

Percepción Que Tienen Sobre La Soledad Los Adolescentes Estudiantes

De Un Colegio Militar De Bogotá

Ana Maria Bolaños Esguerra, Margoth Peñuela Moreno

Universidad De La Sabana

Tabla De Contenido

	Pág.
Portada	1
Tabla de Contenido	2
Resumen	3
Marco de Referencia.	4
Problema	35
Objetivos	36
Hipótesis	36
Método	36
Categorías	39
Participantes	38
Instrumento	39
Resultados	42
Discusión	46
Referencias	56
Apéndice A	60

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo reconocer la percepción que tienen sobre la soledad los adolescentes estudiantes de un colegio militar de Bogotá. Esta investigación se realizó con una muestra aleatoria de 90 alumnos cuyas edades se encuentran ubicadas entre los 14 y 16 años de ambos sexos. El ejercicio investigativo se llevo a cabo a través de la metodología descriptiva – exploratoria, dentro del área educativa de la psicología. Para este fin se utilizó un instrumento basado en la escala likert. Como resultado se encontró que los adolescentes perciben la soledad directamente relacionada con las relaciones interpersonales en un promedio de 68% y con el apoyo social con un 66%, siendo los sentimientos no tan significativos con un 56%.

Percepción Que Tienen Sobre La Soledad Los Adolescentes Estudiantes

De Un Colegio Militar De Bogotá

El ser humano vive evitando estar solo. Nace en una familia, luego generalmente se enamora y forma una nueva familia, crece, madura siempre tratando de estar al lado de alguien pues de otro modo la melancolía y la tristeza harían que se sintiera solo. Algunas veces tiene miedo de no sentirse amado y protegido pues considera que su propio cariño no es suficiente para elevar su autoestima y la confianza en sí mismo.

La soledad es tanto un modo mentalmente aflictivo, como físicamente estresante y doloroso de sentirse y estar solo. Es un sentimiento involuntario relacionado primeramente con el propio estado de separación y secundariamente con la separación de los demás. Claro que la separación puramente física no es una condición necesaria, ni suficiente, para sentirse solitario, ambos causantes de sentimientos de vacío principalmente la falta de intimidad y superficialidad que acompaña a la soledad. Por consiguiente, la soledad es un sentimiento frustrado y desesperado, de un vacío profundo lo cual es el resultado de la ausencia o presencia inadecuada del otro deseado. (McGraw, 1992)

McGraw (1992) explica que, el vacío mencionado antes, está lleno de negaciones personales y negatividades emocionales. Contiene dichas negaciones personales, en que la soledad hace que uno se sienta nulo, como un ser exento de

plenitud. Incluye las negatividades emocionales en que la soledad contiene opiniones personales negativas contra uno mismo, como sentimientos de inutilidad, vergüenza y culpabilidad. Por consiguiente, la soledad es un fenómeno que eminentemente demuestra un deseo frustrado por una experiencia futura o algún tipo de intimidad con otra persona.

La soledad solo adquiere significado y se define, dentro de un contexto social, pues, como se dijo anteriormente, es una condición particularmente humana, esto se ve reflejado en los distintos momentos históricos, dependiendo de las circunstancias y vivencias de la época.

En la Edad Media se consideraba que el hombre que andaba solo estaba en peligro, debiendo siempre estar integrado a una grupo o comunidad. No había espacios para la intimidad individual y quien buscaba encerrarse era objeto de sospechas, aunque existían también órdenes religiosas que veían como una virtud la soledad y el aislamiento, planteaban que lo que empobrecía era la soledad en el ámbito urbano, que no alimentaba el espíritu y entonces había que recluirse en un convento o en el campo.

En los siglos XVI y XVII, evolucionan las relaciones interpersonales y se lleva a afirmar más la individualidad con preservación de la vida privada. La familia se convirtió en el ámbito de la privacidad por excelencia. Se comienza a hablar en el siglo XVIII de la amistad como una relación entre personas de nivel similar que permite la satisfacción mutua. Surgen otros modelos de relaciones como las hermandades y logias, lugares neutros donde no interviene el Estado. En el siglo XIX se amplió más el horizonte social y hubo autores que idealizaron la 'comunidad'.

Precisamente, en los últimos siglos se ha percibido la soledad como un impedimento para el desarrollo integral del hombre, por esta concepción de que el

hombre es un ser social por naturaleza se ha caído en el error de confundir soledad con aislamiento y soledad como sentimiento negativo con el estado de soledad.

Es necesario hacer evidente la diferencia entre soledad y aislamiento. Si se confunden, se puede emprender un camino que conduzca más a una patología que al desarrollo de la persona. Una de las tragedias del hombre actual es que siempre está en otro sitio de donde está, por la cantidad de cosas que tiene que hacer. Es el eterno ausente y precisamente porque no se sabe quedar solo.

El aislamiento está hecho de la negación de relaciones. Es una situación llena de sí mismo y que propicia el buscar un tiempo y un espacio interior para poder dar vueltas sobre sí mismo. No abre a nada: lo encierra en sí y sobre sí y, aunque se da cuenta de que se hace daño, no cesa de llevar y de poner en su interior aquello mismo que hiere y daña. El amor propio quisiera no ser rozado nunca, pero, si alguna vez lo ha sido, quisiera dar un tiempo para no olvidar nunca que lo ha sido... no está abierto a nadie, ni quiere estarlo.

El aislamiento, implica no estar en contacto con otros seres humanos. Esta privación sensorial produce alucinaciones, delirios, etc. En situaciones de aislamiento social o grupal hay más depresión y pensamiento ineficiente, así como mayor hostilidad y aburrimiento. Se ve por ejemplo en tripulantes de submarinos, prisioneros en celdas, grupos aislados en la Antártida,

Para Sullivan (1954) la soledad es un sentimiento que impulsa a buscar el contacto y romper el aislamiento, y los seres humanos enferman cuando fracasan en la forma de manejar su soledad.

Peplau (1982) afirma que la soledad estriba en la discrepancia entre lo que uno desea y lo que realmente obtiene en la intimidad con el otro.

La soledad en el mundo contemporáneo según Gergen (1992), la multiplicación de estímulos sociales, la pluralidad de modelos y la saturación de modernas tecnologías producen muchos estímulos que quiebran el sentido de coherencia en la vida cotidiana. El hombre escucha muchas voces y la soledad deviene así de la fragmentación del sentido de sí mismo.

Para McGraw (1992) La soledad se divide en la buena y la mala. La buena, es decir como estado y no como sentimiento negativo, está hecha de relaciones. En la soledad buena no se niega la capacidad de relacionarse. Es posible que el otro no esté físicamente presente, pero se sabe y se siente en relación con él. Entonces, esa soledad estaría como poblada por algo (por un recuerdo, un libro, una audición de música, lo más hondo de mí mismo) o por alguien que, estando en el fondo de sí mismo, no lo encierra en sí.

En todas las etapas, los encuentros personales de cara a la formación de la afectividad, surge la tentación de la mala soledad. Es la de un ser que, en la sociedad en la que vive, familiar o profesional, no se siente reconocido por otro, de cualquier manera que sea, con razón o sin ella: se siente un peso para los otros y rechazado por ellos. Ya no se reconoce objeto de amor de relaciones personales. Está verdaderamente solo. Está aislado.

Este tipo de soledad es “malo” porque remacha a un ser en él mismo. No sintiéndose admitido y no obstante, teniendo que vivir en sociedad, un ser se construye un personaje: el que los otros esperan. Él mismo es inconsciente de la doble vida en la que se hunde. Vive según las normas pero, en las horas de abandono, su vida le parece vacía. Se evade, se aburre, se endurece. Es portador de un mundo ignorado de él y de los otros, en el que se incuban todas las causas de depresión o de

tristeza incurable. Un tal estado no permite establecer verdaderas relaciones, solo permite cese de actividad, aburrimiento y vacío. (McGraw ,1992)

La soledad concebida como problema cuando es un sentimiento negativo, no se puede hacer a un lado ya que son muchas las personas que declaran sentirse solas, entre estas personas se puede encontrar viudas o viudos, personas de avanzada edad que no se han realizado o no han alcanzado su meta en la vida y por eso se sienten solos y defraudados, quizás porque no han encontrado su ayuda idónea, otras personas se sienten solas y tristes porque no las escuchan, piensan que las ignoran y eso hace que se sientan rezagadas y también hay personas que se encuentran lejos de su país y de su familia y eso hace que sientan soledad porque no tienen a los suyos a su lado.

Son muchos los casos y las causas de la soledad acompañada de tristeza profunda y diversos sentimientos negativos, porque si el vacío y la falta de sentido que se experimentan son muy grandes pueden llegar a consecuencias nefastas como depresión profunda, otras psicopatologías, la muerte o el suicidio.

Para la soledad no hay diferencia de personas y muchas han perdido la salud mental a causa de ella; por esta razón se debe tener cuidado con este sentimiento ya que por pensar o creerse solos se pueden tomar decisiones erróneas como el consumo del alcohol o de las drogas cayendo así en las adicciones y así encontrar la muerte.

Page (1991) retomó una definición realizada por Young en la que afirma que la soledad es la ausencia o percepción de ausencia de relaciones sociales satisfactorias; manifiesta que esta definición enfatiza la importancia de la cognición, emoción y conducta, considerando que la emoción y conducta de los solitarios son

comúnmente una función de sus pensamientos y atribuciones, lo que se deben comprender para comprender su comportamiento.

Por otro lado, Peplau & Perlman citado por Jones (1982) definen soledad como una respuesta a la discrepancia entre las relaciones interpersonales deseadas y las existentes. Estos autores plantean que la soledad posee ciertas características esenciales, que son como primera medida el resultado de deficiencias en las relaciones sociales y en segundo plano representan una experiencia subjetiva, que no necesariamente es sinónimo de aislamiento social, ya que se puede estar solo sin sentirse solitario o sentirse solo cuando esta en grupo, desagradable y emocionalmente angustiante (Koenig, 1994)

Peplau & Perlman citado por Jones (1982) proponen que la soledad es una experiencia aversiva, similar a otros estados afectivos negativos tales como depresión o ansiedad pero que es distinta del aislamiento social y refleja una percepción subjetiva del individuo de deficiencias en su red de relaciones sociales. Esta deficiencia puede ser cuantitativa o cualitativa.

Weiss citado por Stokes (1985), distinguió entre teorías situacionales y caractereológicas para explicar la soledad. La primera enfatiza acerca de las deficiencias en el ambiente como causa de soledad. Situaciones claramente certeras como muerte del marido, mudarse hacia una nueva ciudad, vivir aislado geográficamente, conducen a la soledad. Existen algunas evidencias de que este ambiente social de la soledad es restringido y limitado.

La perspectiva caractereológica, enfatiza las diferencias individuales, ya que ciertas personas estarían más dispuestas a la soledad, por la manera en que ellos reaccionan ante situaciones interpersonales, distinguiendo que la personalidad, o más bien, las diferencias individuales, muestran estar asociadas con la soledad.

Sólo en los últimos años la soledad ha sido considerada como un problema clínico, que requiere de una terapia específica. El tema ha cobrado una enorme importancia, ya que tiene una alta incidencia, tanto en la población en general como en personas que presentan algún grado de desajuste, curiosamente la población que más la padece es la referente a mujeres, se cree que por su alto nivel de vulnerabilidad y su tendencia tanto a la dependencia como a la codependencia.

Como ya ha sido precisado, la soledad también se considera como uno de los posibles factores que causan otros desórdenes. Entre ellos depresión, suicidio y graves problemas médicos como enfermedades cardiovasculares.

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

Es importante destacar que existe la *soledad crónica* en aquellas personas que no han sido capaces de establecer relaciones satisfactorias por un período de varios años y por lo menos a través de dos etapas de su vida, como podrían ser la adolescencia y la adultez joven; o la adultez joven y la edad madura.

También existe la *soledad temporal*, que incluye un estado de ánimo breve y ocasional de soledad, por ejemplo después del trabajo o durante los fines de semana.

Aunque este problema pueda no ser tan llamativo como otros y, además, no plantee de manera directa ninguna dificultad, riesgo o peligro para la persona o para las personas que la rodean, la realidad es que puede llegar a suponer, tanto a corto como a largo plazo, un verdadero problema, ante la cronificación de sus manifestaciones más directas (pérdida de apetito, aislamiento) y las consecuencias

derivadas del padecimiento del problema (como la apatía, dejadez, etc.) puede provocar en la persona sentimientos de enfado, irritabilidad, preocupación, etc.

A propósito Weiss citado por Russel (1984) propuso una tipología para la soledad. Él plantea que existen dos tipos distintos de soledad; la soledad emocional y la soledad social. La primera consiste en una falta de una relación intensa o relativamente perdurable con otra persona (por ejemplo individuos recientemente divorciados, personas viudas, etc.); estas relaciones pueden ser de tipo románticas o relaciones personales que generen sentimientos de afecto y seguridad. La soledad social involucra la no pertenencia a un grupo o red social. Estas pueden ser un grupo de amigos quienes participan juntos en actividades sociales o cualquier grupo que proporcione un sentido de pertenencia basado en el compartir preocupaciones, trabajo y otra actividad.

Subyacente a la tipología de Weiss citado por Russell (1984), es su creencia de que los diferentes tipos de relación se encuentran con necesidades interpersonales o a menudo diferente *provisión social*. De este modo cuando una relación particular se pierde, el déficit interpersonal vivenciado por la persona, depende de la provisión social que era aportado por esa relación

Weiss identifica seis tipos de relaciones, cada una de las cuales satisfacen ciertas necesidades ofreciendo, para esto, ciertas provisiones sociales: (Russell, 1984)

Apego en las relaciones: la persona recibe una sensación de seguridad. Habitualmente del cónyuge o pareja. Su ausencia predice la soledad por aislamiento emocional.

Integración social: provista por la red de relaciones, los amigos. Aquí las personas comparten intereses, la pertenencia y desarrollan la identidad. Una falla a

este nivel produce la soledad por aislamiento social y se produce en mudanzas, migraciones, cambios sociales, desplazamiento, etc.

Posibilidad de ser cuidado, nutrido. El rol se asigna generalmente a los hijos adultos.

Re - aseguramiento del valor: Se reconocen las habilidades de la persona, mayormente por parte de compañeros de trabajo. Su ausencia es el mejor predictor de la soledad por aislamiento social. Existe una íntima relación entre aislamiento y autoestima.

Alianza confiable: La persona puede confiar con ser asistida en cualquier circunstancia, función provista mayormente por familiares cercanos.

Guía: por parte de personas en cuya autoridad se confía como proveedores de consejos o asistencia, como maestros, mentores, padres, etc.

La soledad puede ser resultado de una fusión excesiva, intrusión parental o de una presencia insuficiente como descuido, separación o pérdida de los padres, ambas desfavorables para la consolidación de vínculos emocionales firmes con los demás.

Los vínculos de apego y de integración social pueden coexistir, aunque no necesariamente se da. La persona aislada socialmente, con pocos vínculos desarrollados, siente enojo, aburrimiento, irritabilidad, etc. La soledad surge a partir de una sed de contactos sociales no satisfecha.

Una persona puede estar aislada socialmente y también emocionalmente, aunque ambas situaciones tengan, como se vio, orígenes diferentes.

Weiss tomo de las seis provisiones sociales, dos de las cuales se relacionan con la soledad. (Russell, 1984)

La provisión de acercamiento, proporcionada por relaciones en las cuales las personas reciben una sensación de satisfacción y seguridad. Se vincula con la soledad emocional.

La provisión de integración social, proporcionada por una red de relaciones en la cuales el individuo comparte intereses y preocupaciones. Se vincula con la soledad social.

Por otro lado, McGraw (1992) distinguió la soledad de forma conceptual y experimentalmente, esta tipología contiene la soledad metafísica, epistemológica, comunicativa, antológica, étnica, existencial, emocional, social, cultural y cósmica, las cuales serán descritas a continuación, todas estas clases de soledad se encuentran conectadas recíprocamente:

McGraw (1992) plantea que la soledad metafísica señala una falta de solidaridad y solidez íntima y significativa con otros; representa sentimientos de grandes vacíos y superficialidad en oposición a sentimientos de plenitud y sustancialidad. Es un hambre, ya que todo tipo de soledad puede ser descrito apropiadamente como una clase de hambre emocional por intimidad/significación o una sed por la plenitud, por el complemento, y la conexión con los demás. Además se puede entender como un “estado de ánimo supremo”, como un rechazo a la propia separación de uno como un todo, esto se deriva del sentimiento de ser solo sin ningún fin o sentido, sentirse árido en un espacio ilimitado, sin fundamento, a la deriva, es como si el mundo se estuviera destruyendo, parece ser poroso, etéreo e impredecible, donde los objetos que habitan en él parecen estar en desorden, sin conexión y fuera de lugar, mientras tanto el deseado mundo interpersonal se aleja de todo logro. Este planteamiento se puede fundamentar en la afirmación de Fromm (1956), donde propone que “el verse uno como una entidad separada es la fuente de

toda ansiedad; uno podría volverse loco a causa de la prisión de su soledad”, así, se puede deducir que este tipo de soledad apoya la necesidad de la socialidad radical del ser humano y de la no existencia sin la coexistencia, de la misma forma rescata la necesidad humana de encontrar y / o crear intimidad y significado con respecto a la realidad.

Si metafísicamente no se logra una aproximación deseada hacia el otro, ésta podría ser llenada epistemológicamente, es decir, a través de las funciones de la conciencia. Mijuskovic citado por McGraw, J. (1992), sostiene que todos los actos de conciencia y conducta son el análisis final, motivados por el deseo de huir de la soledad, sin embargo, plantea, que esto no se puede lograr por cuanto la conciencia se encuentra formada de manera tal que la soledad es su principal elemento, por ende la soledad vendría a ser como el prisma, por medio del que se percibe y se evalúa la realidad, aunque no haya conciencia de éste.

La soledad epistemológica, asegura que se está demasiado cerca de sí mismo para poder conocerse y demasiado lejos de los demás para ser conocido, en este orden de ideas, el conocimiento propio de las otras personas es superficial, por tanto genera soledad epistemológica. Así como hay dimensiones humanas que pueden ser conocidas conscientemente, de igual manera existen otras menos tangibles, que se encuentran más a nivel inconsciente y no pueden ser descubiertas ni por sí mismo y mucho menos por los demás, convirtiéndose así en un obstáculo para una interacción completa y profunda con otros, siendo de esta forma la razón y la causa principal por la cual se da la soledad.

Por consiguiente y además del deseo de ser reconocidos en su valor intrínseco como personas, los seres humanos, quieren ser reconocidos por ser aquella persona especial y cuando sienten que no lo son, ocurre la soledad epistemológica. Sin

embargo, la gente solitaria, no solamente se queja de la falta de reconocimiento de su persona esencialmente diferente y de la falta de comprensión y aprecio, si no también de que su propia existencia es desconocida e ignorada; tienden a creer que su presencia no es tomada en cuenta y su ausencia menos. (Mijuskovic citado por MacGraw, 1992)

MacGraw (1992) plantea sobre la soledad comunicativa que se refiere a la soledad que surge cuando la persona no puede comunicarse en general, como a la soledad que tiene que ver con la inhabilidad o indisposición de comunicar sentimientos negativos, o de negación y aislamiento que surge de los nueve tipos de soledad. La soledad evidencia la naturaleza solitaria de los humanos, en la medida en que uno puede hablar de esta soledad, uno puede sobrepasarla, pero la soledad comunicativa no puede ser sobrepasada por ningún tipo de expresión. Aquellas personas que son testigos de la agonía de la soledad no mitigada, se pueden alejar de los que sufren de ella, y así crear un aislamiento e incomunicación mayor.

La soledad ontológica (intrapersonal) se concentra en la falta de la presencia del " ser " en uno mismo, una deficiencia derivada de la falta de la presencia del otro y de uno con el otro deseado. Es el sentimiento de división del ser por tal motivo este tipo de soledad es denominada ontológica. Esta soledad es un sentimiento de amenaza de no poder obtener o mantener la identidad y la integridad propia del ser a causa de la falta de intimidad y significación en el ser. Es como no tener una brújula interior. La soledad ontológica severa puede ser patológica, puede enervar el cuerpo, fragmentar la mente, destrozar el espíritu y en general puede despersonificar el ser. La soledad es un contribuyente significativo y consecuencia de la psicosis y la neurosis. (MacGraw, 1992)

MacGraw (1992) plantea que la soledad étnica incluye la soledad inherente a libertad, selección responsabilidad, formación de valores y compromiso; está referida a la proeza de enfrentar la soledad en todas sus formas y convertirla en algo éticamente constructivo que a la vez obliga a vivir y a subsistir en la soledad. Sartre citado McGraw (1992), plantea que el precio de la libertad es la soledad; se puede decir que la soledad y la libertad están inextricablemente conectadas, cada quien escoge y es responsable de su propia soledad y del significado de ésta en la existencia moral del ser, escoger libertad, implica por tanto escoger soledad.

Mientras Sartre (1977) sitúa la ética y la soledad en un contexto esencialmente de la igualdad, Nietzsche citado por MacGraw (1992) puntualiza una moralidad elitista infringida en la propia superación de la soledad y de su transformación de soledad a solitud.

Al hablar de soledad, se hace necesario también nombrar la intimidad, la cual a diferencia de la soledad, no es un sentimiento. Es la cualidad de una relación con cierta simetría y mutualidad, relación que brinda un espacio de confianza. La intimidad se diferencia del apego en que en el apego hay una asimetría: alguien brinda seguridad y apoyo, y el otro la recibe. Sin embargo, en la intimidad hay algo de apego porque se supone que alguien da seguridad al otro. (MacGraw, 1992)

En la intimidad ambos seres buscan y expresan la validación de sus atributos, y comparten una visión del mundo. Es un requisito para la empatía adulta. La capacidad de sostener relaciones íntimas es una habilidad social.

En la intimidad, la apertura emocional favorece el atractivo mutuo, pero también aumenta el riesgo porque uno se expone frente al otro, queda desnudo, a merced del otro. Sin embargo, la intimidad aumenta la seguridad y la auto

aceptación, mientras que disminuye el miedo y la vulnerabilidad. Quienes tienen dificultades para una relación íntima, temen el sufrimiento implicado en ella.

Hay una coincidencia en afirmar dos causas principales de soledad: a) causas internas o personales, dificultad para estar solo, habilidades sociales deficientes o patrones cognitivos disfuncionales; y b) causas externas o situacionales, carencia de recursos sociales, económicos, demográficos. Ambas causas interactúan.

La dificultad para estar solo o para relacionarse con otros, forman parte del aspecto central de la soledad. La falta de capacidad para estar solo toma dos formas: la evitación de la soledad (buscan contactos sociales para romper el aislamiento) y el refugio en la soledad (buscan estar solos para protegerse de rechazos sociales reales o imaginarios).

Hay siete habilidades sociales, cuya falla precipita el sentimiento de soledad: 1) iniciación del contacto social, 2) apertura de la persona, 3) habilidad para concertar encuentros, 4) capacidad para proveer consejo y guía, 5) asertividad general, 6) asertividad acerca de situaciones y sentimientos negativos, y 7) resolución de conflictos.

Dos habilidades sociales permiten predecir la soledad: dificultad para entablar relaciones sociales e inhabilidad para profundizarlas. También son importantes los patrones cognitivos disfuncionales, como la baja autoestima, el pesimismo sobre la relación social, falta de auto confianza, etc.

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

1) Según la causa sea externa o interna. Por ejemplo "estoy solo porque soy poco simpático" es atribuir un fracaso, la soledad, a una causa interna. Atribuirlo a una causa externa sería decir "estoy solo porque me abandonaron".

2) Según que la causa sea permanente u ocasional. En el primer caso sería por ejemplo "siempre soy un fracaso con las mujeres".

3) Según el grado de control sobre la situación. La soledad está asociada con un escaso deseo de controlar y con la creencia de que uno no tiene el control, es decir, no puede controlar las causas de su soledad. Por ejemplo, atribuyo mi soledad a la actitud de los demás.

Las personas que se sienten solas atribuyen su soledad a lo inexorable de la vida, el destino, pero también a su propia culpa, la mala suerte o un mensaje divino.

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

La soledad se presenta como factor de riesgo, por tanto es muy importante para todo individuo la vida en sociedad ya que precisamente su desarrollo mental se realiza a través del desarrollo social, el contexto social retroalimenta las percepciones de la realidad y va creando signos, señales e indicadores a través de los cuales las personas desde niños aprenden a construir su mundo y actuar en él, por lo tanto esta interacción con el medio que siempre incluye otras personas resulta clave para que se dé el aprendizaje, así se construye el mundo a través del lenguaje y la comunicación con otros, creando contextos significativos que se acrecientan y modifican por la diversidad de relaciones que se establecen y por esto se afirma que el aprendizaje se produce en y a través de la red social. (Elkind, 1970)

La existencia de la red no supone necesariamente un medio de conexión entre sus elementos, basta con que haya una relación entre ellos, por esto una red es un cúmulo de relaciones existentes entre algunos elementos que pertenecen a un mismo conjunto; mediante su utilización se intenta ubicar, describir y explicar un contexto, el andamiaje que constituyen las relaciones humanas, las relaciones sociales de un individuo o un grupo; es decir, una red social puede ser personal, familiar, comunitaria o institucional; por lo tanto, así como lo afirma el investigador Harvey D. Suárez (1996) una red no puede existir en el vacío porque requiere de operadores concretos; es decir, cuerpos y estructuras conjugadas en prácticas, códigos y productos socioculturales, los cuales emplean diversos modos de transacciones sociales formando un conjunto complejo de interacciones, siendo lo social el principal espacio de acción en el que la red se reproduce y busca una permanencia estratégica.

El tejido social esta constituido por un gran número de redes las cuales han sido clasificadas en tres grandes grupos: *las redes de sociabilidad*, compuestas por relaciones de vecindad, de amistad, o de parentesco; *las redes de comunicación*, compuestas por las relaciones que permiten la circulación fluctuante de informantes según las direcciones propuestas por la interacción y el diálogo; y *las redes de transacción*, que implican la movilización de los recursos, la negociación, resolución de conflictos y la utilización de intermediarios. Se funciona más fácil cuando se siente un apoyo y respaldo de otros.

Por otro lado, la experiencia de soledad, se encuentra también relacionada a las cuestiones de género, por ejemplo, los varones se socializan con preferencia en grupos y por ello suelen desarrollar vínculos de adhesión fuertes a un grupo social. Las mujeres, en cambio, forman vínculos de apego diádicos más sólidos y son

quienes hacen más referencias explícitas sobre la soledad, propia o ajena. Como son mejores cuidadoras, son más sensibles y están más pendientes de la relación que los hombres, quienes entablan relaciones menos íntimas.

La soledad suele verse como un estigma social: el solitario es un 'perdedor'. Esto a su vez aumenta la vulnerabilidad. Los hombres tienden a atribuir su soledad a factores externos a ellos. En las relaciones amorosas, a las mujeres les interesa ejercer un poder y un control más encubierto e indirecto.

Para Winnicott (1996), tanto la soledad como la capacidad para estar solo son experiencias que se originan en la familia. Tomar conciencia de la soledad puede producir angustia, pero también es un mecanismo adaptativo para defenderse del estrés causado por una carencia. Esto lleva a explorar nuevas relaciones, tanto dentro como fuera de la familia.

Por temor al estigma social, la gente puede negar su condición de soledad, pero el poder reconocer esta condición es el primer paso para poder afrontar la soledad. Salir de la situación de soledad requiere estrategias de afrontamiento y un primer paso puede ser revelar el estado mismo de soledad.

Algunos autores mencionan cuatro estrategias para afrontar la soledad: autocompasión y pasividad (personas que caen en la inactividad, no hacen nada, miran TV, es la forma que tienen de afrontar la soledad); soledad activa (hacen algo en su soledad: leen, tienen un hobby, etc); gastan dinero como forma de pasar el tiempo; y buscan contacto social, llaman a amigos, etc.

Es indispensable seguir entendiendo que la soledad se puede presentar como 'estado' y como 'rasgo'. En el primer tipo, la terapia pasa por una terapia breve dirigida a reconstruir la red social. Para la soledad como rasgo se requiere, en cambio, una intervención que mejore las habilidades sociales e interpersonales del

sujeto. Hay tres tipos de intervención: las que facilitan los contactos sociales, las que promueven mejores estrategias de afrontamiento de la soledad, y la prevención de la soledad, como por ejemplo en grupos de apoyo en situaciones de riesgo (hijos de padres divorciados, etc).

La soledad por aislamiento social requiere una estrategia comunitaria, mientras que la soledad por aislamiento emocional requiere explorar el pasado de la persona.

Para Sullivan (1954), la soledad como carencia de intimidad sólo puede ser sentida hacia los 9 -12 años. Asimismo, los niños de padres divorciados son los más proclives a sentir soledad, pero la experiencia de soledad se hace bien patente en la adolescencia, donde la autopercepción de soledad es máxima, lo que es atribuido a una falta de sentido de la comunidad. Para Erikson citado por Hoffman (1997), los adolescentes tienen difusión de rol, no saben bien quienes son y buscan ser más que otras personas reconocidos y admirados.

La adolescencia es una etapa relevante de la vida del hombre, es una etapa en que el joven, después de haber desarrollado su función reproductiva y determinarse como individuo único, va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, como también, un plan de vida para decidir qué orientación va a tener, de esta forma, cuando ya haya logrado estas metas, constituirse en adulto. (Craig, 1997)

En esta etapa de desarrollo el adolescente experimenta nuevos cambios en cuatro niveles fundamentales: *Desarrollo físico*: Se llega a plena constitución de las características físicas masculinas y femeninas. En la mujer, se presenta redondez de las caderas por aumento de tejido adiposo y ensanchamiento de éstas, acompañado de un total desarrollo de los senos; además, existe un aumento de la fertilidad. En el

varón, se produce un ensanchamiento de los hombros, que hacen ver las caderas más estrechas y un aumento del desarrollo de la musculatura (Remplein, 1971), que permite el desarrollo de aptitudes motoras gruesas, por lo que resulta una etapa óptima para el aprendizaje de deportes, bailes, etc. (Montenegro y Guajardo, 1994).

En su *Desarrollo cognitivo*, el pensamiento hipotético deductivo se consolida plenamente (Remplein, 1971; Montenegro y Guajardo, 1994; Mussen, 1985), y puede aplicarlo a las áreas personales como estrategias para resolver sus problemas (Remplein, 1971; Berryman, 1991).

Las capacidades cognitivas del adolescente posibilitan que cobre una mayor consciencia de los valores morales y una mayor sutileza en la manera de tratarlos. La capacidad de abstracción permite al adolescente abstraer e interiorizar los valores universales (Remplein, 1971; Mussen, 1985). En esta etapa el adolescente puede alcanzar el nivel de moralidad Post-convencional de Kohlberg, en donde el sujeto presenta principios morales autónomos y universales que no están basados en las normas sociales, sino más bien en normas morales congruentes e interiorizadas. (Mussen, 1985; Papalia y Olds., 1998).

Ya definida su identidad como ser único e independiente del resto, el adolescente puede dirigir su interés hacia la realidad, haciéndose más objetivo y extrovertido (en el sentido filosófico) (Remplein, 1971), esto unido al pensamiento lógico- formal hace que el adolescente pueda comparar la realidad con "una posible y mejorada realidad", que lo puede llevar a un inconformismo, depresión o rebeldía (Montenegro y Guajardo, 1994). Esto también le permite buscar una imagen integrada del mundo, guiado por una tendencia filosófica (Remplein, 1971).

El desarrollo de la conciencia unido al dominio de la voluntad, junto a los valores e ideales definidos, concluye en la formación del carácter definitivo (Remplein, 1971).

Gracias a su posición más objetiva frente al mundo, le es posible realizar una planificación vocacional realista de acuerdo a sus intereses y posibilidades concretas, dejando atrás el periodo de fantasía y ensayo (Papalia y Olds., 1998)

A nivel *emocional*, el sentimiento deja de ser preponderante sobre la razón, y la gran emotividad presente en la pubertad disminuiría, llegando incluso al letargo del sentimiento, exceptuando el periodo del primer amor. Esto también hace que los estados de ánimo sean más constantes, con un marcado optimismo (Remplein, 1971). Sin embargo en la crisis juvenil, existen altas probabilidades de presentar una depresión, lo cual puede adoptar una de dos formas. La primera se expresa como "un sentimiento vacío, una falta de autodefinición, que se asemeja según su descripción verbal, a un estado de despersonalización", lo que genera un alto grado de ansiedad (Mussen, 1985). La segunda clase de depresión tiene su fundamento en repetidas experiencias de derrota a lo largo de un espacio de tiempo (Mussen, 1985). Esto puede deberse a los numerosos cambios que presenta al mismo tiempo la vida de un adolescente (Papalia y Olds., 1998). La depresión tiene su índice más alto entre los 16 y 19 años. En general es dos veces más frecuente entre las muchachas que entre los muchachos adolescentes, pues si tienen trastornos se inclinan más a dirigir sus síntomas al interior y se deprimen

La extroversión propia del adolescente lo induce a notar la diferencia que existe entre él y los ideales que impone la sociedad. En relación con la depresión, influyen los ideales de belleza, que traen un desprecio a su apariencia física y consecuente malestar (Craig, 1997).

El suicidio en esta etapa aumenta considerablemente, transformándose en la segunda causa de muerte entre los adolescentes (Muzzo y Burrows, 1987; Mussen, 1985; Papalia y Olds., 1998; Craig, 1997)). Los suicidios reales son más comunes entre los hombres, con una proporción de 3 a 1, en relación a las mujeres, y emplean métodos más activos, como armas de fuego; las mujeres utilizan métodos más pasivos, drogas e intoxicaciones con pastillas para dormir, por lo que muchos no llegan a concretarse, catalogándose de "intentos de suicidio", cuyo índice resulta ser significativamente mayor que el que se presenta en los varones (Muzzo y Burrows, 1987; Mussen, 1985; Papalia y Olds., 1998; Craig, 1997).

Entre los factores inmediatos que precipitan al suicidio, están el rompimiento amoroso, embarazo, conflicto con los padres, fracaso escolar, etc. pero por lo general, es la culminación de una serie de dificultades crecientes (Mussen, 1985). Las drogas y el alcoholismo pueden aumentar las probabilidades de que estos factores lleven al adolescente a suicidio (Muzzo y Borruws, 1987).

En cuanto a lo *social*, en esta etapa se espera que el individuo alcance el status primario, asumir una independencia que le expresa personalmente y dirigirse hacia roles y metas de acuerdo con sus habilidades y posibilidades ambientales (Montenegro y Guajardo, 1994). El adolescente estructura las actitudes y pautas de comportamiento adecuadas para ocupar un lugar en el mundo de los adultos (Hurlock, 1980). Se produce la maduración social, puesto que el individuo logra incorporar las relaciones sociales y sus esquemas, comprendiendo de esta manera la importancia del orden, la autoridad y la ley (Remplein, 1971). La relación con los otros es más sincera, y no se busca como un medio de referencia para conocerse a sí mismo, sino con un verdadero interés por su valor personal, incluyendo la ayuda y sacrificio si lo necesita (Remplein, 1971)

El adolescente se motiva a la acción solidaria, posibilitado por los nuevos sentimientos de altruismo, empatía y comprensión, lo que le provoca una gran satisfacción, y logra el anhelo de ser importante; estos afanes solidarios comunmente se desarrollan en conjunto con otros jóvenes de ideas comunes, que son los movimientos juveniles(Remplein, 1971; Hurlock, 1980; Craig, 1997).

Las amistades cumplen en esta etapa variadas funciones, como el desarrollo de las habilidades sociales, como ayuda para enfrentar las crisis y los sentimientos comunes, ayuda a la definición de la autoestima y status, no por lo que dicen, sino por la posición del grupo al que pertenecen (Remplein, 1971; Hurlock, 1980; Craig, 1997). En la adolescencia disminuye el número de amigos, en comparación con la pubertad, buscando características afines; se hacen más estables en el tiempo e íntimas; también aparecen las amistades con el sexo opuesto (Montenegro y Guajardo, 1994; Hurlock, 1980; Craig, 1997). La capacidad racional desarrollada junto con la objetividad lograda, permite que las tensas relaciones con los padres y profesores se relajen, admitiendo sus influencias, dependiendo del valor objetivo de su opinión, dándose incluso la relación de amistad con uno de los padres(Remplein, 1971).

En todas las décadas se ha dado que los adolescentes, sobre todo los universitarios, son una fuerza de cambio valórico de la sociedad; también son capaces de formar nuevos valores a parte de los entregados por los padres (Craig, 1997).

Una de las conductas riesgosas más difundidas en la adolescencia es el consumo de alcohol y drogas, porque creen que es una marca distintiva de la adultez (Craig, 1997). La adolescencia se constituye actualmente en un factor de riesgo para el consumo de drogas, porque le permiten adquirir una identidad, establecer fuertes

lazos de amistad, recursos para enfrentar situaciones estresantes. Otros factores descubiertos en Chile son la actitud favorable de la actitud de la familia hacia las drogas, un alto grado de conflicto familiar, fracaso académico o bajo compromiso escolar, aprobación o uso de drogas entre amigos e insatisfacción personal. En Chile existía en 1991 una prevalencia de consumo experimental del 11.8% y consumo frecuente del 10.4% entre jóvenes de 18 a 25 años. La primera experiencia de consumo ha sido ubicada entre los 15 y los 19 años (Montenegro y Guajardo, 1994).

En algún punto de su vida la mayoría de los adolescentes incurren en una conducta delictiva, aunque sólo la minoría participa en conductas de riesgo elevado con propósitos destructivos (Craig, 1997). No se puede atribuir sólo a la pertenencia de un estrato social, sino que más bien a que no están dispuestos a adaptarse a la sociedad y desarrollar un adecuado control de los impulsos o a encontrar salidas a la ira y a la frustración (Craig, 1997). También se postula que la delincuencia se produce por una baja autoestima, sentimiento de insuficiencia, rechazo emocional y frustración de las necesidades de auto expresión; la indiferencia, el rechazo o apatía de los padres también puede ser considerado un indicador de delincuencia (Mussen, 1985).

La delincuencia es una adaptación extrema a lo que la sociedad desapueba, satisface necesidades de autoestima, brinda la aceptación del grupo de camaradas, y da una sensación de autonomía (Craig, 1997).

Las conductas de riesgo de los adolescentes (alcoholismo, drogadicción y delincuencia, estarían relacionadas con un sentimiento de omnipotencia, necesidad de probar su capacidad asegurando su autoestima (Montenegro y Guajardo, 1994).

Y por último el *Desarrollo psicosocial*, donde se logra el primer amor real, pues se busca, por las características internas y estéticas de la pareja, el bienestar del

otro; en esta etapa es cuando se une el deseo sexual al amor, comprendiéndose el acto sexual como una expresión de éste (Remplein, 1971). En esta etapa es muy importante el logro de la identidad sexual como parte fundamental de la identidad del yo, asumiendo el adolescente los roles, actitudes, conducta verbal y gestual y motivaciones propias de su género; es necesario que esta identidad sea confirmada por otros y por ellos mismos para asegurar su propia aceptación y adaptación sexual (Montenegro y Guajardo, 1994; Mussen, 1985).

Algunos sostienen que las diferencias de carácter entre hombres y mujeres son producto de factores biológicos innatos, pero no se debe olvidar que el proceso de socialización es responsable de la adquisición, formación y desarrollo de la mayoría de los roles sociales, incluyendo los sexuales. Los principales agentes de socialización que influyen en la identidad sexual alcanzada son la familia, los medios de comunicación, el grupo de pares y el sistema educacional. Estos entregan tradicionalmente al hombre un rol instrumental, con una orientación cognitiva, con un énfasis en la asertividad, competencia e inhibición emocional. Y a la mujer, un rol de tipo expresivo, que implica ser el apoyo emocional dentro del sistema familiar, establecer relaciones interpersonales armoniosas y protectoras (Milicic, Alcalay y Torretti, 1994).

La división estereotipada de roles por género acarrea costos psicológicos, ya que implica una limitación para el desarrollo de una parte significativa de las características de la personalidad, pues hombres y mujeres se desarrollan "incompletamente" en muchas de sus capacidades, deseos y posibilidades. Esta situación a llevado a diversos investigadores a replantear los roles sexuales de acuerdo a las necesidades actuales de nuestra sociedad (Milicic, Alcalay y Torretti, 1994).

Un concepto más integral de roles de género se plantea en la Teoría Androginia Psicológica de Sandra Bern (1974), que corresponde a la adquisición relativamente equilibrada de características instrumentales y expresivas, favoreciendo la formación de individuos más sanos psicológicamente (Milicic, Alcalay y Torretti, 1994).

La masturbación es muy frecuente entre los adolescentes y con mayor prevalencia en los hombres que en la mujeres (90% y 26%, respectivamente, en un estudio realizado en la III región de Chile), aunque las mujeres fantasean más. Se considera una conducta normal y esperable a esta edad que cumpliría funciones como alivio de la tensión sexual, mejora de la auto confianza en el desempeño sexual, mayor dominio del impulso sexual, mitigar la soledad, etc. las fantasías sexuales sustituyen la experiencia sexual real e inaccesible, sirven de ensayo para futuras experiencias y realzan el placer de la actividad sexual. El nivel y profundidad de las caricias entre los adolescentes ha aumentado en las últimas décadas, lo que podría explicar en parte las relaciones sexuales a edades muy tempranas (Montenegro y Guajardo, 1994).

El pololeo es una vivencia propia de la adolescencia al igual que en la pubertad. Se considera como un aprendizaje erótico natural a esta edad, permite el desarrollo personal así como el conocimiento del otro sexo, al compartir ideas, sentimientos, emociones, temores e ideales; es un proceso de crecimiento con el otro (Montenegro y Guajardo, 1994).

En un estudio realizado en el norte de Chile en una población de 1000 adolescentes se vio que el 6% de los adolescentes menores a 15 años habían tenido relaciones sexuales, y en los menores de 18 años fue de un 62 % (Montenegro y Guajardo, 1994). Los factores que interviene en la temprana iniciación sexual son de

variada índole y entre ellos están la incapacidad para posponer satisfacciones inmediatas por metas trascendentales; baja autoestima, inseguridad y temor al rechazo; mala relación con los padres, carencia de afecto, mala comunicación y control de los padres sobre los hijos; carencia de creencia y compromiso religioso; pubertad cada vez más temprana; uso y abuso de drogas y alcohol; grupo de amistades sexualmente activos y por último, la influencia ambiental como, por ejemplo, los medios de comunicación con mensajes erotizantes y carencia de valores (Montenegro y Guajardo, 1994; Craig, 1997)

En Chile en 1991 el 13,72 % de los niños nacidos corresponden a hijos de madre menores de 20 años (INE, 1991). El embarazo adolescente generalmente es indeseado y a destiempo y se produce con más frecuencia en estratos sociales bajos. El padre generalmente es un adulto joven, pero en los últimos años ha aumentado el número de padres adolescente, en 1987 15,5%, en 1988 sube a 16,4 % y en 1989 a un 16,93 % (INE, 1991). Las madres adolescentes son muchachas que pasan bruscamente de hijas dependientes a madres obligadas igualmente

En la juventud, la soledad aparece en experiencias de inserción en ámbitos institucionales desconocidos, como por ejemplo sentirse solo al ingresar en la universidad o en un empleo. En la mediana edad, un buen matrimonio provee la intimidad, el afecto, la identidad y el cuidado necesarios para el bienestar físico y psíquico. Es aquí donde se dan los menores porcentajes de soledad.

Del mismo modo, los adolescentes que son más agresivos reportan mayores sentimientos de soledad e insatisfacción social. Los adolescentes son rechazados por varias razones por lo que los profesores y los padres deben identificar las circunstancias que parecen conducir al rechazo. Los responsables pueden señalar las consecuencias de su conducta sobre otros, mostrarles cómo adaptarse o ayudarlos a

comunicar claramente sus sentimientos y deseos. Los jóvenes que son apoyados, reforzados y animados son menos propensos a ser rechazados y tienen más posibilidades de interactuar positivamente con sus compañeros.

Los adolescentes que son rechazados o expulsados también reportan sentimientos de soledad aunque en menor intensidad que los agresivos. En estos casos los adultos pueden enfocarse en darles retroalimentación, sugerencias e ideas que los niños pudiesen implementar para superar sus dificultades.

Mary Ainsworth (1978) describió tres estilos de apego que luego se convierten en modelos:

El apego seguro, que se da en niños cuyos cuidadores responden a las necesidades del niño, disfrutando ambos de una relación placentera.

El apego ansioso / ambivalente, donde el cuidador da una respuesta de cuidado inestable, imprevisible. El niño queda crónicamente solo. Y

Apego ansioso elusivo o evitativo, donde el cuidador es básicamente inexpresivo y rechazante. El niño se vuelve desapegado, socialmente aislado, irritable, distante.

Las personas con apego ansioso / ambivalente siguen buscando con esperanzas compañeros de apego. Esto define el modelo de afrontamiento frente a la soledad. Asimismo, el modelo de apego evitativo / ansioso lleva a un patrón de autosuficiencia consigo mismo que implica gran soledad. Esto resulta del miedo al dolor en las relaciones con los demás.

Así como los niños experimentan la soledad, en los adolescentes, ésta es un estado que en ocasiones es casi permanente.

El adolescente no existe en el vacío. Pertenecer a una familia, a diversos grupos y éstos están inscritos en una sociedad, la cual determina en gran medida los roles que se le asignan y la problemática que de ella se deriva.

La adolescencia es quizás la etapa donde el grupo desempeña un papel más importante. Le permite al adolescente asumir ciertos comportamientos: rebeldía y oposicionismo, sin el consiguiente sentimiento de culpa que le produciría el presentarlos individualmente.

El sentimiento de pertenencia a un grupo que presenta dificultades e inquietudes parecidas es una fuente de seguridad para el adolescente. El grupo es un laboratorio donde el adolescente ensaya sus nuevas conductas, comparte sus sentimientos de soledad e incomprensión y se reafirma en la búsqueda de su identidad.

En la medida que el adolescente se sienta más incomprendido, se refugiará con mayor intensidad en el grupo y habrá más posibilidad de que se involucre con grupos que asuman comportamientos asociales tales como robos, consumo de drogas, etc.

El grupo, podría ser, una estrategia educativa muy importante y en él, el adolescente aprende a asumir responsablemente las normas que acepta el grupo, a sentirse solidario y a buscar en los otros comprensión y apoyo, aprendizajes muy importantes para su posterior adaptación a la sociedad.

Complementando lo anterior, es importante aclarar que no es posible impedir que los jóvenes recojan las opiniones sobre los más diversos aspectos de la vida familiar y social que se expresan a través de todos los medios de comunicación, así como tampoco se puede evitar que los jóvenes formen sus propias opiniones y elaboren sus propios ideales.

El desarrollo personal depende, en la mayoría de los casos, exclusivamente de los padres, pues el Estado no garantiza la educación de los jóvenes, ni la sociedad les ofrece suficientes oportunidades de empleo. En estas condiciones, la dependencia de los hijos es total, con lo cual se refuerza la autocracia en el hogar. A esto se une el que la problemática económica que deben afrontar muchos padres produzca ignorancia y falta de conciencia acerca de la importancia de unas buenas relaciones familiares en el desarrollo de la personalidad.

Por otra parte, tanto los niños como los adolescentes están sometidos a la presión de la publicidad comercial y al influjo de ideas tanto nacionales como extranjeras, difundidas ampliamente por los medios de comunicación los cuales contribuyen a agudizar las discrepancias en el seno de la familia. La publicidad estimula los naturales deseos de comodidad y lujo en los jóvenes, y como generalmente los hogares no disponen de la capacidad económica suficiente para satisfacer estas necesidades creadas, se generan graves conflictos con los padres, situaciones de continua insatisfacción y frustraciones que puedan llevar hasta el suicidio.

Los padres, más apegados a la realidad, rechazan generalmente las ilusiones de los jóvenes y sobre todo, las manifestaciones culturales foráneas que estos adoptan con facilidad, razón por la cual son tachados de “anticuados”, “retrógrados” o “anacrónicos”. No podemos negar que este rechazo de los padres a ciertas costumbres, expresiones, lenguaje y maneras de vivir de los jóvenes es en muchos casos correcto; pero el tipo de comunicación empleado es casi siempre tajante, violento y sarcástico, por lo cual provoca la indignación y el encaprichamiento de los adolescentes.

Es doloroso contemplar cómo padres e hijos son individualistas, competitivos, indisciplinados socialmente y faltos de solidaridad.

Esta carencia de identidad nocional no permite juzgar de manera crítica y acertada la conveniencia o inconveniencia de las ideas novedosas y, puesto que se carece de criterios objetivos y posiciones constructivas, las discusiones fácilmente se tornan violentas.

La preocupación por los temas sociales, el diálogo sobre los mismos y la motivación de la familia por las labores sociales son una manera de lograr la integración familiar y de orientar al adolescente. En definitiva puede asegurarse que las condiciones sociales inciden en el comportamiento de los adolescentes de manera fundamental, y la tarea de prevenir atender y resolver sus problemas se facilitan en la medida en que estas condiciones mejoren.

De lo anterior, parte su necesidad de aliarse con otros de su misma condición social para alcanzar su estatus y esforzarse por lograr la madurez. Estos grupos de jóvenes son fuertes y muy pocas veces los adultos tienen un acceso total a sus actividades.

Sin embargo esto es importante y útil para lograr las metas individuales o grupales ya que provee a sus integrantes un rol y una serie de habilidades necesarias para la vida en comunidad.

Casi todos los muchachos encuentran en su adolescencia un grupo de personas con el cual se identifican y que les da un sentido de pertenencia; los que no lo encuentran son los jóvenes angustiados que tratan de ir en contra de todo lo establecido a causa de su falta de aceptación social

Como plantea Fernández citado por Schufer (1988), la adolescencia es una etapa de tan fundamental importancia en el ciclo vital del individuo que ha sido

considerada como un segundo nacimiento, un nuevo y gran desprendimiento, no ya del seno materno, sino del núcleo familiar.

En esta etapa se producen cambios acelerados tales como un crecimiento físico y hormonal con su desarrollo psicológico implícito, el cual implica procesos de crisis de identidad, desarrollo hacia el pensamiento adulto e introyección de nuevos roles sociales.

Según Piaget (1972), la "etapa de operaciones formales" se caracteriza por una reducida dependencia de los objetos o imágenes para estudiar en detalle los problemas y las situaciones. El adolescente desarrolla una capacidad para comprender contenidos puramente abstractos como conceptos matemáticos y filosóficos elevados. La capacidad evoluciona hacia el aprendizaje y la aplicación de información general necesaria para adaptarse y la información específica que se requiere para una ocupación.

La "Etapa Genital", se caracteriza por una nueva energía que rompe con la estabilidad de la sexualidad reprimida en la niñez, con un nuevo ajuste dinámico hacia los cambios físicos y un avance desde la indiferencia sexual hacia unas relaciones más íntimas y maduras que pueden abarcar las atracciones sexuales. (Freud 1955).

Kohlberg (1969), afirma que la "Moralidad Posconvencional" se desarrolla a medida que el individuo comienza a conceptualizar filosofías morales abstractas incluyendo derechos y privilegios. Cuanto más sofisticado sea el código moral de la persona, más podrá diferenciar entre moralidad y legalidad.

Para Erikson citado por Hoffman (1997) identifica dos tareas diferentes para la adolescencia: la primera de ellas es la "identidad vs difusión de rol," la cual

requiere que la persona cuestione los antiguos valores sin un sentido de temor o pérdida de la identidad y avance gradualmente hacia un sentido de identidad y propósito más maduros. La segunda tarea, "intimidad vs aislamiento", es necesaria para que el individuo prepare el terreno para establecer y mantener unas relaciones personales satisfactorias, aprendiendo a compartir la intimidad sin ningún tipo de inhibición o temor. Por consiguiente, es la etapa donde con mayor intensidad se aprecia la interacción entre las tendencias del individuo y las metas socialmente disponibles.

Suele ser difícil establecer un límite de edad exacto para este periodo. Pero sería más fácil identificarlo con los cambios de la pubertad como su comienzo, y un completo crecimiento y desarrollo como su final.

De esta manera la adolescencia ha sido caracterizada como una etapa en la que se atraviesa por un proceso de duelo que abarca las tres áreas de la conducta como lo son el duelo por el cuerpo infantil, la pérdida de los vínculos familiares primitivos y la sustitución por otros menos conocidos hablando de los sociales; y la pérdida de las identificaciones y procesos mentales infantiles.

Frente a los cambios de la adolescencia surgen sentimientos distintos como la inseguridad, la confusión, el desamparo y la soledad.

De lo anterior se puede decir que el estar solo es una característica innata de esta etapa tanto como replegarse en su mundo interno, para desde este recogimiento, salir actuar en el mundo exterior. Esos espacios de soledad permiten un encuentro más cercano con el sí mismo, nunca vividos de manera tan intensa en otras etapas.

Enfrentarse con el cambio es enfrentarse a lo desconocido, enfrentarse a un futuro que no siempre es previsible y es además estar dispuesto a afrontar

consecuencias; esto genera sentimientos de ansiedad, depresión y soledad puesto que significa perder aspectos propios del yo y estructuras previamente establecidas.

En algunas circunstancias, el sentirse solo genera angustia, está dada por los cambios que ocurren en sí mismos o en la realidad; pueden resultar intolerables, lo que puede llevar al adolescente a reasegurarse de que todo permanece igual, ya que, el cambio es vivido como una amenaza a su sentimiento de identidad y de manera clara porque tal vez nadie entiende lo que pasa tanto interna como externamente con ellos.

En la búsqueda de identidad en esta edad, los padres, los iguales y la sociedad generan y desempeñan un papel importante, de esta manera acompañan al adolescente cuando para él es agradable y lo dejan “solo” cuando él lo necesita.

La soledad puede permitir en esta edad un acercamiento claro con los sentimientos y emociones reales, proporcionando de esta manera un espacio importante para la búsqueda y estructuración de la identidad.

Problema

¿Cuáles son las percepciones que están asociados a la presentación del sentimiento de soledad en adolescentes estudiantes de un Colegio Militar de Bogotá?

Objetivos

Objetivo General

Identificar las percepciones que están asociadas a la presentación del sentimiento de soledad en adolescentes estudiantes de un Colegio Militar de Bogotá.

Objetivos Específicos

- Conocer elementos teóricos que fundamenten el análisis del tema de la soledad.
- Conocer posibles factores escolares que están asociados a la presentación de soledad, en estos adolescentes.
- Conocer posibles factores familiares asociados a la presentación de soledad en estos estudiantes.
- Diseñar y aplicar un instrumento para identificar las percepciones de los sentimientos de soledad que influyen en los adolescentes estudiantes de un Colegio Militar de Bogotá.
- Identificar algunas de las percepciones que están asociados a la aparición de soledad en adolescentes estudiantes de un Colegio Militar de Bogotá.

Hipótesis

La descripción de la percepción que tienen los adolescentes estudiantes de colegios militares de Bogotá acerca de la soledad, permitirá identificar algunos sentimientos que produce la soledad en ellos.

Método

Tipo de diseño: Para este proceso se utilizará como referente el uso de la metodología descriptiva-exploratoria, la cual tiene como propósito describir sistemáticamente los componentes y características de una comunidad o ecosistema en la forma más completa y precisa posible. Estas investigaciones tienen como objetivo general acumular datos básicos que son solo descriptivos y que no pretenden dar explicación de relaciones, probar hipótesis, o hacer predicciones. A pesar de que es deseable que todos los datos que se obtengan tengan significado e implicaciones para el que los interpreta, esto no siempre es posible en este tipo de

investigación. Muchas veces no se refieren a este tipo de estudio como investigación pues carece de hipótesis y elementos experimentales. (Hernández , A, Fernández, C 1991)

Las investigaciones descriptivas-exploratorias parten del hecho de que hay una cierta realidad (o sector del mundo) que resulta insuficientemente conocida y, al mismo tiempo, relevante e interesante para ciertos desarrollos. El objetivo central de estas investigaciones está en proveer de un buen registro de los tipos de hechos que tienen lugar dentro de esa realidad y que la definen o caracterizan sistemáticamente. Se estructuran sobre la base de preguntas cuya forma lógica se orienta a describir; ¿Cómo es x? ¿Qué es x? ¿Qué ocurre en calidad de x o bajo la forma x? Sus operaciones típicas o formas de trabajo estandarizadas son las observaciones (recolección de datos), las clasificaciones (formulación de sistemas de criterios que permitan agrupar los datos o unificar las diferencias singulares), las definiciones (identificación de elementos por referencia a un criterio de clase), las definiciones, las comparaciones (determinación de semejanzas y diferencias o del grado de acercamiento a unos estándares), etc. Sus técnicas típicas de trabajo varían según el enfoque epistemológico adoptado dentro del Programa de Investigación o dentro de la Línea: mediciones por cuantificación aritmética o estadística (enfoque empirista-inductivo), registros de base cualitativa (enfoque introspectivo-vivencial) o construcción de estructuras empíricas mediante sistemas lógico-formales (enfoque racionalista-deductivo). (Milton, J toskos 1997)

Participantes: Es un conjunto de 90 adolescentes entre 14 y 16 años, estudiantes de Colegios Militares de Bogotá, de ambos sexos, nivel socio económico medio-alto y alto. La muestra estará conformada por estudiantes del los Colegios Militares que

tiene convenio con la Universidad De la Sabana. Para este fin se tomará una muestra aleatoria que nos facilitará no realizar ningún tipo de sesgo sobre la población.

Instrumento: Para la elaboración de este, se tienen en cuenta las categorías, sentimientos, apoyo social, y relaciones interpersonales, con el fin de facilitar la recolección de datos y la obtención de resultados. De acuerdo a los objetivos propuestos en la investigación se utilizará para alcanzar tal fin, la encuesta como instrumento. (Apendice A) Este es un cuestionario que se aplica a una población numerosa y dispersa. Permite recoger información en un momento determinado, depende del contacto directo con las personas, es sometido a la estadística descriptiva, es útil para la entrevista masiva y se aplica en forma amplia a problemas de muchos campos, como en este caso es la soledad.

Para la realización de este instrumento se siguieron estos pasos: en primera medida se realizó una revisión bibliográfica sobre el tema a tratar; seguidamente se seleccionó el tipo de escala que se llevaría a cabo, en tercer lugar se identificaron las categorías a evaluar; seguidamente se diseñaron las preguntas y por último se validó este instrumento pasando por tres jurados y asesorado por el Dr. Gabriel Cadavid.

Categorías

Categoría : Sentimientos. Durante la adolescencia ocurren cambios drásticos a nivel físico, social y psicológico. Estos cambios alteran generalmente el tipo y la calidad de las interacciones que los jóvenes desarrollan, con las personas significativas de su entorno (padres, hermanos, maestros, amigos o adolescentes del sexo opuesto). Por lo que se hace necesario que el joven posea o desarrolle aquellas conductas más idóneas que le permitan tener relaciones interpersonales más satisfactorias. Las conductas que posibilitan lo anterior, han sido denominadas por diversos autores

como habilidades sociales (Roth, 1986). Y han sido definidas de distintas maneras, por ejemplo “expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (Wolpe, 1977, p. 12); “conjunto de conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales, para obtener o mantener reforzamiento de su ambiente” (Kelly, 1982, p.19); “capacidad de expresar interpersonalmente sentimientos positivos y negativos sin que dé como resultado una pérdida de reforzamiento social “ (Hersen y Bellack, 1977, p. 13).

Como se puede observar, algunos autores enfatizan la expresión de sentimientos y otros las conductas aceptables; aunque no hay un acuerdo total, es un hecho que las habilidades sociales son conductas aprendidas y aprobadas socialmente, las cuales dependen del contexto en el que se emiten, la edad, el sexo, la clase social y la educación de quien las pone en práctica. Además de que pueden producir reforzamiento positivo más que negativo (Caballo, 1986).

De acuerdo con Caballo (1986) “La conducta socialmente habilidosa, es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo, en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente, resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (p.14). (Preguntas número 2,8,10,16,20,6,4,14 y 23)

Categoría: Relaciones Interpersonales. Según José María León Rubio & cols (1998), afirman que los humanos tendemos a relacionarnos unos con otros y a preferir conductas de tipo asociativo frente a situaciones de soledad y aislamiento. Propone reflexionar sobre la existencia de diferentes tipos de relaciones

interpersonales, analizar el proceso de comunicación y adquirir habilidades sociales y de resolución de conflictos. Se pueden destacar dos ámbitos de especial relevancia:

Las relaciones personales: el amigo íntimo, el afecto, el encuentro, la negociación, el "ligar" (la seducción, el deseo, el sexo). *La vida en grupo*: la pertenencia, lo que el grupo aporta (afecto, poder, ideología, aprendizaje, diversión, valoración social), el "peaje" del grupo (presión de grupo, ritos de iniciación, identidad, normas),

Con respecto a este tema Rogers (1985) plantea Cuando existe entre las partes un deseo mutuo de entrar en contacto y comunicación, podemos decir que cuanto más grande sea la congruencia realizada por la percepción, la experiencia y la conducta de una de las partes, la relación se caracterizará en mayor grado por una comunicación recíproca con las mismas propiedades, un funcionamiento psicológico mejor por ambas partes, un mayor grado de satisfacción procurada por la relación y una mejor comprensión mutua del objeto de la comunicación.

En cambio, cuanto mayor sea la incongruencia entre experiencia, percepción y conducta, la comunicación entre ellos tendrá esas mismas propiedades de incongruencia, habrá menor comprensión, más descenderá el nivel de funcionamiento en ambas partes y menor será la satisfacción que reporte la relación a ambos. (Preguntas Número 1,3,5,7,9,11,13,15,17,19 y 21)

Categoría: Apoyo Social. Según Linda Davidoff, el apoyo social se refiere a una serie de ventajas ofrecidas por seres humanos, de manera formal o informal, como individuos o como grupos. Una abundante literatura de investigaciones sugiere que los niños y adultos que cuentan con apoyo social tienen más posibilidades de desarrollarse bajo una serie de circunstancias, incluyendo enfrentamiento a la muerte

y contrarrestar depresiones, que los infantes y los mayores sin él. Los adultos alegres y sociables, así como los niños, tienen más probabilidades de reunir a otros en torno a ellos y, a su vez, beneficiarse de su apoyo (1989)

Sarason & Cols, 1985, citado por Davidoff afirma que el apoyo social depende hasta cierto grado de las habilidades sociales. (Preguntas número 12,18,22,24 y 25)

Resultados

La presente investigación tuvo como objetivo evaluar e identificar las percepciones que están asociadas a la presentación del sentimiento de soledad en adolescentes estudiantes de un Colegio Militar de Bogotá.

Para lo anterior se aplicó un instrumento tipo escala Likert a un grupo de alumnos del Colegio Militar y que se caracterizó por ser un grupo de 90 alumnos adolescentes entre 14 y 16 años.

El análisis de resultados se llevó a cabo mediante el programa estadístico SPSS versión 8.0 bajo Windows.

Para el anterior análisis se realizó una calibración a cero (0) de los Items y se aplicó una transformación lineal a puntajes porcentuales que tienen la posibilidad de oscilar entre cero (0) y cien por ciento (100%), siendo cero por ciento (0%) una baja actitud y (100%) una alta actitud u opinión sobre lo encuestado.

Para evaluar la utilidad psicométrica de la escala aplicada se calculó la Kuder Richardson (KR) apropiada a las escalas actitudes hallándose una consistencia interna del 0.73 lo que indica una confiabilidad alta, mediante lo cual se puede afirmar que los Items están evaluando constructos equivalentes.

Los resultados hallados se presentan a continuación en tabla y figuras tanto por Item como por criterio.

Tabla 1

Promedio de respuestas por pregunta del factor sentimientos

Número pregunta	%
2	46%
4	68%
6	54%
8	59%
10	53%
14	62%
16	45%
20	62%
23	56%
Total	506%
Promedio	56%
Desviación St.	8%

En esta categoría la pregunta 16 que se refiere a si disfruta pasar solo un fin de semana obtuvo el menor porcentaje (45%) lo cual quiere decir que hay una actitud negativa no significativa.

La pregunta 4 que se refiere a si se aburre o se siente mal cuando esta solo obtuvo el mayor porcentaje (68%) lo que quiere decir que es una actitud positiva tampoco muy significativa .

Tabla 2

Promedio de respuestas por pregunta del factor Relaciones Interpersonales

Número pregunta	%
12	81%
18	85%
22	56%
24	53%
25	52%
Total	328%
Promedio	66%
Desviación St.	16%

En esta categoría la pregunta 25 que se refiere a que, no recibir lo que espera de los demás, es motivo para que usted se sienta solo, obtuvo un porcentaje mayor (52%) lo cual quiere decir que hay una actitud poco positiva .

La pregunta 18 que se refiere a si cuenta con el apoyo de las personas que lo rodean, obtuvo un porcentaje mayor (85%) lo que significa que es una actitud significativa.

Tabla 3

Promedio de respuestas por pregunta del factor Apoyo Social

Número pregunta	%
1	55%
3	76%
5	78%
7	84%
9	93%

11	36%
13	59%
15	74%
17	55%
19	67%
21	65%
Total	743%
Promedio	68%
Desviación St.	16%

En esta categoría la pregunta 11 que se refiere a si, prefiere realizar actividades que no impliquen contacto con otras personas, se obtuvo un porcentaje menor de (36%), lo que quiere decir que hay una actitud negativa.

La pregunta 9 que se refiere a si disfruta de los momentos compartidos con otras personas, arrojó un porcentaje mayor (93%) que es una actitud muy significativa.

Tabla 4

Promedio de respuestas y desviación estándar de los factores Relaciones interpersonales, Apoyo social y Sentimientos

Factor	%	Desviación St.
Relaciones interpersonales	68%	16%
Apoyo social	66%	16%
Sentimientos	56%	8%
Promedio	63%	13%

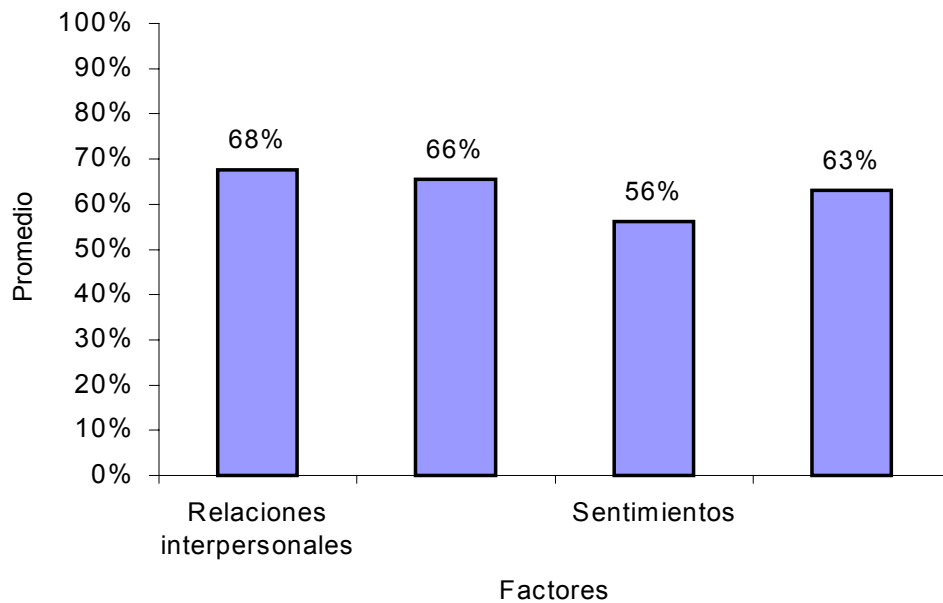


Figura 1. Promedio de respuestas de los factores Relaciones interpersonales, Apoyo social y Sentimientos

Discusión

La adolescencia es una etapa relevante de la vida del hombre, es una etapa en que el joven, después de haber desarrollado su función reproductiva y determinarse como individuo único, va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, como también, un plan de vida para decidir qué orientación va a tener, de esta forma, cuando ya haya logrado estas metas, constituirse en adulto. (Craig, 1997)

De esta manera se hace relevante indagar acerca de diferentes aspectos que cambian y se estructuran en esa bella etapa de la vida.

A continuación se hará una reflexión de los resultados encontrados, relacionados con el marco de referencia que sustenta la investigación.

Categoría : Sentimientos. En la prueba aplicada los resultados arrojaron que la categoría de sentimientos fue la que menor promedio puntuó siendo este de 56% sobre el 100%, esto indica que los sentimientos, aunque no muy significativo, representan un aspecto importante en la percepción que manejan los adolescentes de la soledad, de acuerdo a las preguntas realizadas se observa que el sentirse solo es bastante común en los adolescentes encuestados.

Ya que durante la adolescencia ocurren cambios drásticos a nivel físico, social y psicológico. Estos cambios alteran generalmente el tipo y la calidad de las interacciones que los jóvenes desarrollan, con las personas significativas de su entorno (padres, hermanos, maestros, amigos o adolescentes del sexo opuesto). Por lo que se hace necesario que el joven posea o desarrolle aquellas conductas más idóneas que le permitan tener relaciones interpersonales satisfactorias. Las conductas que posibilitan lo anterior, han sido denominadas por diversos autores como habilidades sociales (Roth, 1986). Y han sido definidas de distintas maneras, por ejemplo “expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (Wolpe, 1977, p. 12); “Conjunto de conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales, para obtener o mantener reforzamiento de su ambiente” (Kelly, 1982, p.19); “Capacidad de expresar inter personalmente sentimientos positivos y negativos sin que dé como resultado una pérdida de reforzamiento social “ (Hersen y Bellack, 1977, p. 13).

Como se puede observar, algunos autores enfatizan la expresión de sentimientos y otros las conductas aceptables; aunque no hay un acuerdo total, es un hecho que las habilidades sociales son conductas aprendidas y aprobadas socialmente, las cuales dependen del contexto en el que se emiten, la edad, el sexo, la

clase social y la educación de quien las pone en práctica. Además de que pueden producir reforzamiento positivo más que negativo (Caballo, 1986).

De acuerdo con Caballo (1986) “La conducta socialmente habilidosa, es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo, en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente, resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (p.14).

Por consiguiente el sentimiento deja de ser preponderante sobre la razón, y la gran emotividad presente en la pubertad disminuiría, llegando incluso al letargo del sentimiento, exceptuando el periodo del primer amor. Esto también hace que los estados de ánimo sean más constantes, con un marcado optimismo (Remplein, 1971). Sin embargo en la crisis juvenil, existen altas probabilidades de presentar una depresión, lo cual puede adoptar una de dos formas. La primera se expresa como "un sentimiento vacío, una falta de autodefinición, que se asemeja según su descripción verbal, a un estado de despersonalización", lo que genera un alto grado de ansiedad (Mussen, 1985). La segunda clase de depresión tiene su fundamento en repetidas experiencias de derrota a lo largo de un espacio de tiempo (Mussen, 1985). Esto puede deberse a los numerosos cambios que presenta al mismo tiempo la vida de un adolescente (Papalia y Olds., 1998). La depresión tiene su índice más alto entre los 16 y 19 años. En general es dos veces más frecuente entre las muchachas que entre los muchachos adolescentes, pues si tienen trastornos se inclinan más a dirigir sus síntomas al interior y se deprimen.

De lo anterior se puede concluir que la expresión de sentimientos en la adolescencia es un poco complicada por la misma no concluida, estructuración de la

personalidad. La utilización adecuada de las habilidades sociales, podría apoyar la expresión sincera y gratificante de los sentimientos, aspecto que sería favorable fortalecer en la educación integral del adolescente.

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

Según José María León Rubio & cols (1998), afirman que los humanos tendemos a relacionarnos unos con otros y a preferir conductas de tipo asociativo frente a situaciones de soledad y aislamiento. Propone reflexionar sobre la existencia de diferentes tipos de relaciones interpersonales, analizar el proceso de comunicación y adquirir habilidades sociales y de resolución de conflictos. Se pueden destacar dos ámbitos de especial relevancia: que serían: Las relaciones personales: el amigo íntimo, el afecto, el encuentro, la negociación, el "ligar" (la seducción, el deseo, el sexo). y La vida en grupo: la pertenencia, lo que el grupo aporta (afecto, poder, ideología, aprendizaje, diversión, valoración social), el "peaje" del grupo (presión de grupo, ritos de iniciación, identidad, normas),

Con respecto a este tema Rogers (1985) plantea Cuando existe entre las partes un deseo mutuo de entrar en contacto y comunicación, podemos decir que cuanto más grande sea la congruencia realizada por la percepción, la experiencia y la conducta de una de las partes, la relación se caracterizará en mayor grado por una comunicación recíproca con las mismas propiedades, un funcionamiento psicológico mejor por ambas partes, un mayor grado de satisfacción procurada por la relación y una mejor comprensión mutua del objeto de la comunicación., en cambio, cuanto mayor sea la incongruencia entre experiencia, percepción y conducta, la comunicación entre ellos tendrá esas mismas propiedades de incongruencia, habrá

menor comprensión, más descenderá el nivel de funcionamiento en ambas partes y menor será la satisfacción que reporte la relación a ambos.

Por otro lado, Peplau & Perlman citado por Jones (1982) definen soledad como una respuesta a la discrepancia entre las relaciones interpersonales deseadas y las existentes. Estos autores plantean que la soledad posee ciertas características esenciales, que son como primera medida el resultado de deficiencias en las relaciones sociales y en segundo plano representan una experiencia subjetiva, que no necesariamente es sinónimo de aislamiento social, ya que se puede estar solo sin sentirse solitario o sentirse solo cuando esta en grupo, desagradable y emocionalmente angustiante (Koenig, 1994)

En esta etapa se espera que el individuo alcance el status primario, asumir una independencia que le expresa personalmente y dirigirse hacia roles y metas de acuerdo con sus habilidades y posibilidades ambientales (Montenegro y Guajardo, 1994). El adolescente estructura las actitudes y pautas de comportamiento adecuadas para ocupar un lugar en el mundo de los adultos (Hurlock, 1980). Se produce la maduración social, puesto que el individuo logra incorporar las relaciones sociales y sus esquemas, comprendiendo de esta manera la importancia del orden, la autoridad y la ley (Remplein, 1971). La relación con los otros es más sincera, y no se busca como un medio de referencia para conocerse a sí mismo, sino con un verdadero interés por su valor personal, incluyendo la ayuda y sacrificio si lo necesita (Remplein, 1971)

El adolescente se motiva a la acción solidaria, posibilitado por los nuevos sentimientos de altruismo, empatía y comprensión, lo que le provoca una gran satisfacción, y logra el anhelo de ser importante; estos afanes solidarios comúnmente

se desarrollan en conjunto con otros jóvenes de ideas comunes, que son los movimientos juveniles(Remplein, 1971; Hurlock, 1980; Craig, 1997).

Las amistades cumplen en esta etapa variadas funciones, como el desarrollo de las habilidades sociales, como ayuda para enfrentar las crisis y los sentimientos comunes, ayuda a la definición de la autoestima y status, no por lo que dicen, sino por la posición del grupo al que pertenecen (Remplein, 1971; Hurlock, 1980; Craig, 1997). En la adolescencia disminuye el número de amigos, en comparación con la pubertad, buscando características afines; se hacen más estables en el tiempo e íntimas; también aparecen las amistades con el sexo opuesto (Montenegro y Guajardo, 1994; Hurlock, 1980; Craig, 1997). La capacidad racional desarrollada junto con la objetividad lograda, permite que las tensas relaciones con los padres y profesores se relajen, admitiendo sus influencias, dependiendo del valor objetivo de su opinión, dándose incluso la relación de amistad con uno de los padres(Remplein, 1971).

De lo anterior se puede concluir que las relaciones interpersonales desempeñan un papel primordial en cuanto al sentimiento de soledad en los adolescentes, relacionado de hecho con que el compartir con otras personas de su misma edad, ya sea de su propio sexo o de su opuesto generan en el adolescente una buena actitud al entablar relaciones de todos los tipos y promueven alcanzar la madurez de una manera pronta y adecuada.

Por consiguiente la soledad en muchos casos se puede presentar al no entablar buenas relaciones con las personas que lo rodean. El entorno social en el que se desempeña el individuo, por esta razón busca en la mayoría de los casos, una buena aceptación de los demás y así sentirse acompañado.

Parecería importante desarrollar y promover espacios de aprendizaje y ejercitación de habilidades para los adolescentes que permitan mejorar las relaciones que se mantengan con otros en diferentes situaciones cotidianas.

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

Según Linda Davidoff, el apoyo social se refiere a una serie de ventajas ofrecidas por seres humanos, de manera formal o informal, como individuos o como grupos. Una abundante literatura de investigaciones sugiere que los niños y adultos que cuentan con apoyo social tienen más posibilidades de desarrollarse bajo una serie de circunstancias, incluyendo enfrentamiento a la muerte y contrarrestar depresiones, que los infantes y los mayores sin él. Los adultos alegres y sociables, así como los niños, tienen más probabilidades de reunir a otros en torno a ellos y, a su vez, beneficiarse de su apoyo (1989)

Sarason & Cols, 1985, citado por Davidoff afirma que el apoyo social depende hasta cierto grado de las habilidades sociales.

El tejido social está constituido por un gran número de redes, las cuales han sido clasificadas en tres grandes grupos: las redes de sociabilidad, compuestas por relaciones de vecindad, de amistad, o de parentesco; las redes de comunicación, compuestas por las relaciones que permiten la circulación fluctuante de informantes según las direcciones propuestas por la interacción y el diálogo; y las redes de transacción, que implican la movilización de los recursos, la negociación, resolución

de conflictos y la utilización de intermediarios. Se funciona más fácil cuando se siente un apoyo y respaldo de otros.

En el desarrollo psicosocial, es donde se logra el primer amor real, pues se busca, por las características internas y estéticas de la pareja, el bienestar del otro; en esta etapa es cuando se une el deseo sexual al amor, comprendiéndose el acto sexual como una expresión de éste (Remplein, 1971). En esta etapa es muy importante el logro de la identidad sexual como parte fundamental de la identidad del yo, asumiendo el adolescente los roles, actitudes, conducta verbal y gestual y motivaciones propias de su género; es necesario que esta identidad sea confirmada por otros y por ellos mismos para asegurar su propia aceptación y adaptación sexual (Montenegro y Guajardo, 1994; Mussen, 1985).

Algunos sostienen que las diferencias de carácter entre hombres y mujeres son producto de factores biológicos innatos, pero no se debe olvidar que el proceso de socialización es responsable de la adquisición, formación y desarrollo de la mayoría de los roles sociales, incluyendo los sexuales. Los principales agentes de socialización que influyen en la identidad sexual alcanzada son la familia, los medios de comunicación, el grupo de pares y el sistema educacional. Estos entregan tradicionalmente al hombre un rol instrumental, con una orientación cognitiva, con un énfasis en la asertividad, competencia e inhibición emocional. Y a la mujer, un rol de tipo expresivo, que implica ser el apoyo emocional dentro del sistema familiar, establecer relaciones interpersonales armoniosas y protectoras (Milicic, Alcalay y Torretti, 1994).

La división estereotipada de roles por género acarrea costos psicológicos, ya que implica una limitación para el desarrollo de una parte significativa de las características de la personalidad, pues hombres y mujeres se desarrollan

"incompletamente" en muchas de sus capacidades, deseos y posibilidades. Esta situación a llevado a diversos investigadores a replantear los roles sexuales de acuerdo a las necesidades actuales de nuestra sociedad(Milicic, Alcalay y Torretti, 1994).

La adolescencia es quizás la etapa donde el grupo desempeña un papel más importante. Le permite al adolescente asumir ciertos comportamientos: rebeldía y oposicionismo, sin el consiguiente e sentimiento de culpa que le produciría él presentarlos individualmente.

El sentimiento de pertenencia a un grupo que presenta dificultades e inquietudes parecidas es una fuente de seguridad para el adolescente. El grupo es un laboratorio donde el adolescente ensaya sus nuevas conductas, comparte sus sentimientos de soledad e incomprensión y se reafirma en la búsqueda de su identidad.

En la medida que el adolescente se sienta más incomprendido, se refugiará con mayor intensidad en el grupo y habrá más posibilidad de que se involucre con grupos que asuman comportamientos asóciales tales como robos, consumo de drogas, etc.

El grupo, podría ser, una estrategia educativa muy importante y en él, el adolescente aprende a asumir responsablemente las normas que acepta el grupo, a sentirse solidario y a buscar en los otros comprensión y apoyo, aprendizajes muy importantes para su posterior adaptación a la sociedad.

La soledad se presenta como factor de riesgo, por tanto es muy importante para todo individuo la vida en sociedad ya que precisamente su desarrollo mental se realiza a través del desarrollo social, el contexto social retroalimenta las percepciones de la realidad y va creando signos, señales e indicadores a través de los cuales las

personas desde niños aprenden a construir su mundo y actuar en él, por lo tanto esta interacción con el medio que siempre incluye otras personas resulta clave para que se dé el aprendizaje, así se construye el mundo a través del lenguaje y la comunicación con otros, creando contextos significativos que se acrecientan y modifican por la diversidad de relaciones que se establecen y por esto se afirma que el aprendizaje se produce en y a través de la red social. (Elkind, 1970).

El apoyo social que se percibe en la etapa de la adolescencia, desempeña un papel importante en cuanto a los aspectos intelectual y moral entre otros, de esta manera, la ausencia de este, podría generar sentimientos de soledad los cuales pueden desencadenar, sumados a los cambios físicos y cognitivos, consecuencias poco agradables entre las cuales se pueden nombrar la depresión y por que no el suicidio.

De esta manera sería importante y además necesario que en las instituciones educativas, en el hogar y en todos los ámbitos donde se desenvuelva el adolescente, se desarrollen programas de fortalecimiento de habilidades sociales, pues como se mencionó anteriormente, estas serían fructíferas en el desarrollo de una mejor sociedad mediada por paz, respeto, y buenas relaciones interpersonales; y por que no sin tanta soledad...

Referencias

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum (Cap.8)
- Caballo, V. (1986). *Teoría, Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Valencia España: Promolibro.
- Craig, G. (1997). *Desarrollo Psicológico*. Prentice Hall.
- Davidoff, L. (1989). *Introducción a la Psicología*. México. McGraw Hill.
- Elkind, D. (1968). *Desarrollo Cognitivo en Adolescentes*. En J. F. Adams, *Understanding adolescents*. Boston: Allyn & Bacon, págs. 128-158.
- Freud, S. (1955). *Tres ensayos en la teoría de la sexualidad*. En The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 7). London: Hogarth press.
- E. Fromm.(1956). *El arte de amar*. Paidos. Buenos Aires.
- Gergen, K. (1992, noviembre/ diciembre). *Las Declinaciones y Caídas de la Personalidad*. *Psychology Today*, pp. 59 – 60.
- Hernández, R. Fernández, C Baptista (1991). *Metodología de la investigación*. México. McGrawHill.
- Hoffman, L., Paris, S., Hall, E. (1997). *Psicología del desarrollo hoy*. McGraw Hill. España.
- Hurlock, E.(1980). *Psicología de la adolescencia*. Madrid:Paidós

Jones, W.; Hobbs, S (1982) *La Soledad y los Deficit de las Habilidades Sociales*. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 682 -689

Kelly, J.A. (1982). *La Reformulación del Concepto de las Habilidades Sociales*. Behavioral Assessment, 4. 1-33.

Koenis, L.; Isaacks, A.; Schwarts, J.(1994) *Depresión Y Soledad, Diferencias De Genero En Adolescents. ¿Por Qué Los Hombres Son Más Solos, Si Las Mujeres Son Más Depresivas?.* Journal of Research in Personality. 28, 27-43.

Kohlberg, L. (1969). *Stage and Sequence*. En D.A. Goslin (Ed.) Handbook of Socialization Theory and research. Chicago: Rand – Mc nally

McGraw, J., (1992). *La Soledad: Un Análisis Filosófico*. Revista de Filosofía. Departamento de Filosofía de la Universidad Iberoamericana. México.

Milicic Alcalai y Torretty(1994). *Ser mujer hoy y mañana de Sudamérica*.

Milton, J. Toskos, J., (1997). *Estadística para Biología y Ciencias de la Salud*. Madrid. Interamericana. McGraw Hill.

Montenegro y Guajardo (1994). *Psiquiatría del niño y del adolescente*. Santiago: Salvador

Mussen. P(1985). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Trillas

Muzzo y Burrows, (1987). *El adolescente chileno*. Santiago: Universitaria.

Page, R. (1991) *La Soledad como un Factor de Desesperanza en los Adolescentes*. Journal of Research in Personality. 25, 181-195.

Papalia y Olds.(1998). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw- Hill

Peplau, L.; Weeks, D. (1982) *Dimensiones y Atributos de la Soledad*. Journal of Personality and Social Psychology, 43 929 -936

Piaget, J. (1972). *La evolución intelectual del adolescente al adulto*, *Desarrollo humano*, 15, 1 to 12

Remplein, H. (1971). *Tratado de Psicología Evolutiva*. Barcelona: Labor.

Rogers. (1985). *Una Forma de Ser*. Boston: Houghton. Mifflin.

Roth, E. (1986). *Competencia Social: El Cambio de Comportamiento Individual en la Comunidad*. México:Trillas.

Russell, D.; Cutrona, C.; Rose, J.; Yurko, K. (1984) *La soledad Social y Emocional: Una exploración a la tipología de la Soledad de Weiss*. Journal of Personality and Social Psychology, 46, 1313 -1321

Sartre, J. (1977). *El existencialismo es un humanismo*. Vintage Books. Buenos Aires.

Stokes, J. (1985). *La Relación Social y diferentes Variables Individuales en la Soledad* Journal of Personality and Social Psychology, 48, 981-990.

Schufer, M. (1988) *Así piensan nuestros adolescentes*. Ediciones Nueva Vision. Buenos Aires.

Sullivan, H. S. (1954). *La Entrevista Psiquiátrica*. Nueva York: Norton.

Weiner, B. (1986). *Atribuciones a la Teoría de la motivación y la Emoción*. New York: Springer-Verlag (Cap.12)

Winnicott Donald, (1965) *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador, Estudios para una teoría del desarrollo emocional*. Buenos Aires, Paidós, 1996.

APENDICE A

INSTRUMENTO

EDAD: _____ **SEXO:** M F
COLEGIO: _____ **CURSO:** _____
FECHA: _____

En el siguiente cuestionario usted encontrará una serie de preguntas, compuestas por un enunciado y por 5 alternativas, de las cuales se deberá escoger solo una, basándose únicamente en la opinión personal y en la propia experiencia. La respuesta debe marcarse con una "X" en la casilla que corresponda a la alternativa seleccionada. Recuerde que este cuestionario es respondido de forma anónima por lo cual solicitamos la mayor sinceridad posible.

Tenga en cuenta que:
T.A = TOTAL ACUERDO
A = ACUERDO
I = INDIFERENTE
D = DESACUERDO
T.D = TOTAL DESACUERDO

EJEMPLO

0. El consumo de café le produce insomnio?

T.A.	A	I	D	T.D.
				X

1. Para sentirse solo usted necesita estar alejado de la gente
2. Le gusta vivir solo
3. Siente más confianza en si mismo estando acompañado que cuando está solo
4. Se aburre o se siente mal cuando está solo
5. Sus relaciones interpersonales son estables
6. Usted ve la soledad como una alternativa positiva para sentirse bien consigo mismo
7. Le gusta estar rodeado de gente

T.A	A	I	D	T.D

PERCEPCIÓN QUE TIENEN SOBRE LA SOLEDAD LOS ADOLESCENTES
ESTUDIANTES DE COLEGIOS MILITARES EN BOGOTA

Ana Maria Bolaños E., Margoth Peñuela

Universidad de la Sabana