

UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA  
IZTAPALAPA

CSH

TESIS: LA CONSTRUCCION SOCIAL DE LA SOLEDAD

LICENCIATURA EN PSICOLOGIA SOCIAL

ASESOR: MIGUEL ANGEL AGUILAR DIAZ

LECTOR: MIGUEL ALFREDO REYES GARCIDUEÑAS



89336261  
90230792

González Garfías Norma Verónica  
Hernández Ruvalcaba María Elena

1997

225618

*A todos los que creyeron en nosotras  
y que siempre nos han apoyado.*

*Elena y Verónica.*



# INDICE

INTRODUCCION.....	7
CAPITULO I .....	9
Antecedentes históricos de la emoción .....	11
Emoción: definiciones .....	16
Teorías de la emoción.....	21
CAPITULO II .....	26
Construcción social de las emociones .....	28
Emociones y cultura .....	34
CAPITULO III.....	37
Construcción social de la soledad .....	39
Soledad y cultura .....	45
CAPITULO IV .....	51
METODOLOGIA .....	52
Planteamiento del problema .....	52
Objetivos .....	52
Variables .....	53
Muestra .....	53
Técnica de investigación .....	53

CAPITULO V .....	58
ANALISIS DE RESULTADOS .....	59
Análisis individual .....	60
Análisis general .....	79
CONCLUSIONES .....	82
BIBLIOGRAFIA .....	86
ANEXOS .....	89
Anexo 1 .....	90
Anexo 2 .....	91
Anexo 3 .....	92
Anexo 4 .....	95

## INTRODUCCION

Cada vez se habla más de las tensiones que afectan a los seres humanos y que surgen como producto de la interacción entre el individuo y el medio ambiente que le rodea. La forma en que la gente reacciona ante tales tensiones es tan variada como la misma naturaleza humana. Sólo la enorme capacidad del hombre para adaptarse a los cambios drásticos del medio ambiente físico y social ha impedido una catástrofe, pero habría que preguntarse si no nos estamos aproximando, día a día, al límite de resistencia. El mayor instrumento provocador de cambio es la tecnología y a pesar de que el gran avance en el área de comunicaciones es palpable, la sensación de estar como perdido y solo, en las grandes ciudades, aumenta cada día más.

El hombre es por naturaleza un ser social y desde siempre ha vivido en grupos, pero a pesar de ello el sentimiento de soledad está a flor de piel entre los habitantes de las grandes urbes como esta.

La presente investigación presenta cómo los individuos van construyendo el concepto de la soledad a partir de su interacción con la sociedad; se divide en cinco capítulos, el primer capítulo muestra los antecedentes históricos de la emoción, da algunas definiciones de emoción y también señala algunas de las teorías más importantes sobre la emoción; hablamos de la emoción porque al iniciar la investigación teórica de la presente tesis nos dimos cuenta de que no hay muchas investigaciones al respecto y al buscar la definición de soledad, estas fluctuaban entre sentimiento, emoción y afecto, y al profundizar un poco más decidimos clasificar a la soledad como una emoción; por lo

anterior, el segundo capítulo señala cómo el individuo va construyendo socialmente las emociones, y cómo se relacionan estas con la cultura.

El tercer capítulo hace mención de cómo se construye el concepto de soledad y la influencia que en ello tiene la cultura. El cuarto capítulo es la estrategia metodológica, en la cual presentamos los aspectos básicos que se consideraron para llevar a cabo la investigación empírica. En el quinto capítulo se analizaron los datos obtenidos en los grupos focales, y por último las conclusiones a las que llegamos.

# **CAPITULO I**



En mayor o menor grado, todos los seres humanos nos encontramos solos en una o más épocas de nuestra vida; para bien o para mal, todos experimentamos la soledad ya sea por experiencia propia o por medio de terceros, lo cierto es que cada individuo tienen una concepción de qué es la soledad, que aunque dicha concepción es muy propia de la persona, en cierto grado termina siendo no individual como pareciera, sino que por el contrario: social. Termina siendo una concepción social porque el individuo nace, crece y se desarrolla dentro de una sociedad y aún cuando es un individuo diferente a los demás no queda exento de cierto grado de influencia.

Para empezar a hablar de soledad necesitamos ubicarnos en un contexto común y es por esto que comenzaremos a hablar de las emociones, y de cómo se relacionan con la soledad.

En el presente capítulo veremos los antecedentes de la emoción, algunas definiciones de qué es la emoción y abordaremos también las teorías de la emoción, todo esto para adentrarnos en un mismo contexto y tratar de manejar el concepto de soledad desde un mismo punto de vista.

## ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EMOCION

Desde hace más de 2500 años, Platón y Aristóteles discutían ya la naturaleza de las emociones, y más tarde en 1884 William James retomó el tema preguntándose ¿Qué es una emoción?. La teoría jamesiana señala que la emoción es una reacción fisiológica; mientras que la opinión de Aristóteles abarca un concepto de la emoción como una forma más o menos inteligente de concebir cierta situación, dominada por un deseo. Aristóteles y los estoicos\* dieron dos de las primeras descripciones de la emoción, y posteriormente otros filósofos y psicólogos produjeron muchas otras. Pero a pesar de que hace muchos años surgió en el ser humano el interés por las emociones, aún no existe una definición clara ni mucho menos precisa de lo que son las emociones y esto puede deberse en gran medida a que no es un tema exclusivo de ninguna ciencia sino que ha sido analizado por diversas disciplinas sociales.

A lo largo del tiempo se han hecho diversos planteamientos con respecto a las emociones, los afectos y los sentimientos. En la época antigua Aristóteles (384-322 a.C.) hablaba de las emociones, distinguía en su filosofía tres aspectos importantes: 1) Una parte teórica, relativa al ser humano, sus elementos, causas y principios. 2) Una parte práctica, sobre la actitud del hombre, y 3) Una parte poética, acerca de la creación.

Aristóteles habla de las emociones en la Retórica, en de Anima, y en su Etica nicomaquea, en donde la emoción correcta es una gran parte de la virtud. En de Anima, clasifica

---

\* ESTOICOS: Representantes de la escuela filosófica surgida en el siglo IV antes de nuestra era; los estoicos eran materialistas en lo tocante a la concepción de la naturaleza. En los primeros siglos de nuestra era empezó a desarrollarse el estoicismo en territorio romano, con la particularidad de que se elaboraban en lo fundamental las ideas morales y religiosas de la doctrina estoica.

"el alma" o "psique" humana como "principio de vida", y divide al alma humana en una parte racional y otra irracional; argumenta que las dos partes forman necesariamente una unidad, y esto se aplica particularmente a las emociones que, para él, abarcan un elemento cognoscitivo, incluyendo creencias y expectativas sobre la situación específica en que se encuentre el sujeto, así como sensaciones físicas. Aristóteles evita el dualismo cuerpo-alma, argumentando que las creencias, los movimientos corporales y los cambios fisiológicos son elementos inseparables de la emoción. En Retórica define como emoción a aquella que hace que la condición de una persona se transforme a tal grado que su juicio puede quedar afectado. Aristóteles evita tratar a las emociones como respuestas irracionales a la situación específica en que se encuentre el sujeto. En Ética nicomaquea señala que en ocasiones nuestras emociones parecen no tener causa justificada. También señala que podemos moldear nuestras emociones por medio de la educación y el hábito; y dice que lo que caracteriza a muchas emociones es una fuerte creencia moral sobre cómo deben comportarse los demás. Aristóteles define una emoción como "... aquello que hace que la condición de una persona se transforme a tal grado que su juicio quede afectado, y que es algo que va acompañado de placer y/o dolor."<sup>1</sup>

René Descartes (1596-1650) señala que hay una distinción metafísica entre dos tipos de substancia, la mental y la física; la cual es la clave para su estudio de las emociones. Para Descartes la mente es una substancia no entendida, definida por sus propiedades de pensamiento. Los cuerpos están sometidos a las leyes mecánicas de la física. Descartes señala que las emociones son sentimientos de excitación física y señala que existe una agitación en el cuerpo cuando experimentamos una emoción. Nos dice que

---

<sup>1</sup> C. Calhoun y R. C. Sólomon. 1992. ¿Qué es una emoción?. Editorial Fondo de Cultura Económica. pág. 53

la sangre sale rápidamente del corazón cuando hay miedo, y los "espíritus animales" llevan mensajes a diversas partes del cuerpo.

Para Descartes las pasiones son causadas fundamentalmente por la agitación con que los espíritus animales mueven la glándula que se encuentra en medio del cerebro, y el principal efecto que causan en el alma del hombre es que la disponen para desear aquellas cosas para las que prepara su cuerpo. Las pasiones a las que hace referencia Descartes son llamadas de una forma más exacta como emociones, "no sólo porque el nombre puede ser atribuido a todos los cambios que ocurren en ella -o sea, todos los diversos pensamientos que llegan a ella- sino más especialmente porque todos los tipos de pensamiento que pueden tener, no hay otros que puedas agitar y trastornar el alma tan poderosamente como las pasiones." <sup>2</sup>

Benedict Spinoza (1632-1677) define las emociones como "modificaciones del cuerpo, que disminuyen nuestros poderes activos." Se basa en la teoría de Descartes y señala que todas las emociones están fundamentadas bien por el placer o por el dolor. Afirma que hay emociones pasivas: que se originan fuera de nosotros, y emociones activas: que son el resultado de nuestra propia naturaleza; y dice que todos los males de la vida se deben a las emociones pasivas, que nos causan dolor. Spinoza señala que la base de todas las emociones son el deseo, la alegría y la tristeza, o más bien señala que no hay más que esas tres; afirma que sólo existen estas tres emociones "cada una de las cuales suelen ser designadas con diversos nombres a causa de sus diversas relaciones y denominaciones extrínsecas."<sup>3</sup>

---

\*\* ESPIRITUS ANIMALES: Pequeñas partículas de sangre que permiten que la mente interactúe con cualquier parte del cuerpo.

<sup>2</sup> Ibid., pág. 68

<sup>3</sup> Ibid., pág. 99

David Hume (1711-1776) en su teoría de la emoción le da seria importancia al papel que juegan las creencias y las ideas al crear las emociones, señala que estas son sólo sensaciones simples, y fue el primero en señalar que *las emociones siempre se sienten con respecto a algo*. Hume a diferencia de Descartes señala que las emociones no son lo mismo que las pasiones y nos dice que estas últimas son mucho más violentas que las primeras. Indica que las pasiones dan pie a la aparición de las emociones. "Los órganos se hallan dispuestos para producir la pasión, después de producida, despierta naturalmente una cierta emoción."<sup>4</sup> Al decir que "los órganos se hallan dispuestos ..." se refiere a que el espíritu del hombre debe tener cierta disposición para que pueda ser "poseído" por la pasión. La magnitud de las pasiones depende directamente del temperamento de cada individuo y es la diversificación de dichas magnitudes lo que, según Hume, constituye las distintas épocas históricas del hombre.

Para entender a los seres humanos no basta con analizarlos individualmente, se deben analizar sus capacidades individuales, pero dentro de un marco social, puesto que podríamos observar el grado de influencia que la sociedad ha ejercido en cada individuo como tal. Cada sociedad difiere de cualquier otra desde su estructura biológica hasta sus conocimientos y habilidades, sin dejar de lado sus creencias y valores.

Muy a pesar de que el individuo se encuentre influenciado por la sociedad, en algunas ocasiones actúa dejándose llevar por sus impulsos, Hume dice que las pasiones surgen de un instinto que con frecuencia es totalmente inexplicable.

---

<sup>4</sup> Ibid., pág. 114

Según Freud la sociedad reprime los impulsos humanos y el orden social está basado en la represión de los instintos. Algunas expresiones emocionales pueden ser catalogadas como "expresiones emocionales instintivas", puesto que se puede generalizar no sólo dentro de una misma sociedad, sino que podemos generalizarlas universalmente, el miedo puede ser un ejemplo muy claro: cuando se siente miedo el organismo reacciona inmediatamente y no lo podemos evitar y en la mayoría de los casos no lo podemos ocultar, es una "emoción instintiva" que puede ser fácilmente reconocida en cualquier parte del mundo.

Por lo común cuando una persona se encuentra en un estado emocional intenso pueden identificarse en ella algunas reacciones fisiológicas (sudación, aceleración del ritmo cardiaco, etc...) y motoras (gestos, muecas, etc...).

Constantemente existe confusión, aún entre los mismos estudiosos del tema con respecto al significado de emoción, puesto que algunos hacen gran distinción entre lo que son las emociones y los sentimientos, y otros aseguran que la definición de ambos conceptos es la misma.

## **EMOCION: DEFINICIONES**

Después de observar la imprecisión de la palabra "emoción", nos dimos a la tarea de buscar una definición concreta preguntándonos ¿Qué es una emoción?, y podemos asegurar que aún cuando no exista una definición, por decirlo de algún modo; universal, con respecto a lo que son las emociones si podemos afirmar que en todas las sociedades y en cualquier nivel económico se presentan, y podríamos atrevernos a decir que existe una muy estrecha relación entre las definiciones de emoción, sentimiento y afecto. No podemos identificar plenamente cuál es la diferencia significativa entre estos tres términos, es por ello que únicamente trataremos de dar una breve explicación de emoción ya que consideramos que ésta abarca a las otras dos.

Encontramos que aún en las definiciones de lo que es una emoción no existe un acuerdo muy claro. El diccionario filosófico de M. M. Rossental (s/f) nos dice que es: "Agitación de los sentidos. La emoción va acompañada de bruscos movimientos expresivos (mímicos y gesticulación específica) y de reacciones vocales (llanto, grito) . A veces por el contrario, la actitud que provoca es la de espasmo. Las formas de expresión externa así como la profundidad de la emoción depende mucho de las particularidades individuales, en particular de la educación, de la voluntad y de las particularidades tipológicas de la actividad nerviosa superior. En las emociones el hombre queda prendido de lo que ha provocado, la vivencia ("estrechamiento de la consciencia") y ello altera el curso de los procesos intelectuales; de ahí que se debilita el control del individuo sobre su conducta. La superación de la emoción exige importantes esfuerzos de voluntad."

En D. E. Papalia (1990) definen las emociones como: "Término general que se refiere a la reacción subjetiva de una persona hacia el ambiente. Las emociones incluyen respuestas neurales y hormonales. Cuando son activadas elicitán una reacción adaptativa que el individuo experimenta como agradable o desagradable."

Para el diccionario de Psicología de Howard C. Warren la definición de emoción es:

1. Una experiencia o estado psíquico caracterizado por un grado muy fuerte de sentimiento y acompañado casi siempre de una expresión motora, a menudo muy intensa.
2. Como un estado de consciencia total que comprende un tono afectivo distinto y una tendencia activa característica.
3. Una actividad no discriminatoria, o en masa, suscitada por situaciones sociales, percibidas o representadas en ideas, es decir, reacciones totales de un organismo en las que una gran porción de la experiencia se compone de elementos viscerales o somáticos.
4. Totalidad de la experiencia durante cualquier periodo en que tienen lugar cambios corporales muy marcados de sentimiento, sorpresa o trastorno.
5. Expresión dinámica de los instintos, que pueden emanar de fuentes conscientes o inconscientes.



6. Predisposición innata sumamente compleja, en la que los instintos se hayan organizado como otras tantas predisposiciones sensorio motoras para movimientos corporales determinados

El señalar si las emociones son de carácter universal implica elegir o más bien, ubicarnos dentro de uno de los tres grupos de teorías que definen el estudio de las emociones y este grupo sería el de las teorías cognitivas, en el que debe existir conexión entre las emociones y la cognición del sujeto. Podemos detectar que existen manifestaciones de algunas emociones que son universales, independientemente de la raza o cultura que se tenga, Ekman<sup>5</sup> realizó algunos estudios con respecto a las expresiones faciales que se tienen ante seis emociones diferentes: alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco; las fotografió a sujetos de nueve países distintos y luego se las mostró a estudiantes de Japón, Brasil, Chile, Argentina y Estados Unidos. Más de 82% de los estudiantes coincidieron en elegir las mismas fotografías para las mismas emociones.

"Cualquier persona que piensa, piensa en algo, y cualquiera que está enojado está enojado por algo, y así sucesivamente."<sup>6</sup> Bretano rechaza las opiniones tradicionales, argumenta que muchas emociones, específicamente algunas manifestaciones de amor y odio, no son irracionales ni subjetivas. Afirmaba que podemos dirigirnos hacia los objetos en tres formas básicas: teniendo algo en mente (una idea), aceptándolos o rechazándolos (valorándolos), o adoptando una actitud emocional en pro o en contra de ellos (a favor o en contra). Partiendo de esto podemos asegurar que existen algunas emociones positivas y otras negativas.

---

<sup>5</sup> P. Ekman. "Darwin y la expresión facial." Nueva York, N. Y. Editorial Academia. pág. 169

<sup>6</sup> C. Calhoun, op. cit., pág. 219

En las emociones podemos hacer una diferencia entre las que son de corta duración, eventuales; y las vivencias que son de larga duración, de carácter permanente. Comúnmente a las de corta duración (alegría, tristeza, etc...) se les denomina emociones y/o afectos, y a las de carácter permanente (amor, odio, etc...) se les menciona como sentimientos.

Para nuestro objetivo no entraremos en discusión de las diferencias que puedan existir entre afectos, emociones y sentimientos.

Todas las personas tienen una gran variedad de emociones y al mismo tiempo tienen diferente valoración de las mismas. La valoración positiva o negativa que le dan los sujetos a las emociones depende en gran medida del medio ambiente que le rodea. "Toda entidad existente puede tener contenido de valor. Funcionan como valores si son oposiciones generalizables, bien reguladas y normativas socialmente, bien expresando una relación con las regulaciones y normas sociales."<sup>7</sup>

Los sentimientos que se denominan comúnmente como "buenos" se refieren a los aceptados socialmente y que por lo mismo tienden a generalizar, lo cual no indica que éste tenga que ser completamente agradable para todos los sujetos. La valoración de las emociones es independiente en cada cultura y al mismo tiempo en cada individuo. "La estructura emocional de los hombres sufre en la sociedad, una transformación tan radical como la de su desarrollo cognitivo."<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Heller, Agnes. 1980. "Teoría de los sentimientos." Editorial Fontamara. Barcelona, España. pág. 178

<sup>8</sup> Asch, Sálomon. 1972. "Psicología Social." Editorial Universitaria de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina. pág. 142

Existen emociones valorizadas "universalmente" como positivas o negativas. La alegría es considerada en cualquier cultura como positiva, en ningún lugar es malo ser alegre. La ira es vista en todo lugar como una emoción negativa, y siempre es "mal vista" una persona con esas características. Pero, sin embargo, existen emociones que tienen una valoración que fluctúa entre lo positivo y lo negativo. Tal es el caso de la soledad, en algunas ocasiones dentro de una misma sociedad no es bueno estar solo, pero en otras podría decirse que es lo ideal. La aspiración de muchos jóvenes (en la mayoría de los casos hombres) tienen como una de sus principales aspiraciones, el llegar a tener "un departamento de soltero."

## "TEORIAS DE LA EMOCION"

Las emociones son parte importante en la vida de todo ser humano, pero a pesar de ello no han podido los interesados en el tema llegar a un acuerdo en qué son y cómo surgen. El estudio de las emociones ha sido olvidado tanto por la Psicología Animal, como por la Psicología Humana, ya que su estudio implica abarcar tanto el campo psicológico como el campo biológico. Dentro del campo biológico, la emoción sólo es accesible a través de las modificaciones objetivas que la acompañan, es decir, sólo interesan los cambios conductuales o fisiológicos que presentan los sujetos; mientras que para el psicólogo las emociones son estados centrales inducidos por determinados estímulos, el individuo está sometido a las presiones del medio que lo rodea. Existen diversas teorías que han dado su definición de emoción, pero cada una de ellas ha sido desde perspectivas diferentes. Los tres grandes grupos que se pueden identificar son, según Calhoun y Sólomon (1989):

- a) Las teorías evolutivas.
- b) Las teorías cognitivas.
- c) Las teorías fisiológicas.

a) Dentro de las teorías evolutivas (se les denomina evolutivas porque consideran que las emociones son elementos rudimentarios heredados de nuestros antepasados, "quienes luchaban por la supervivencia"), la que más destaca es la de Charles Darwin, quien señala que las emociones están regidas por tres principios fundamentales:

- 1) El principio de utilidad que dice que la conducta que se presenta después de una emoción se repetirá si ésta sirvió para aminorar la tensión que dicha emoción produjo. La conducta se repetirá cuando el individuo identifique los síntomas de esa emoción.
- 2) El principio de oposición o antítesis, que dice que las emociones antagónicas generan conductas opuestas. Los individuos no tienen el mismo comportamiento cuando sienten coraje que cuando se encuentran alegres.
- 3) El principio de acción directa de la excitación nerviosa en el cuerpo, que dice que los circuitos nerviosos que permiten la acción motora de las emociones se encuentran preconectados y es a través del principio de utilidad que estos se van haciendo permeables.

Otras teorías que manejan las emociones desde la perspectiva evolutiva son: La teoría conductual de Carlhoum y Sólon, que señala que las emociones no son sensaciones ni ocurrencias fisiológicas sino que estas son intencionalidades, es decir, no ocurren nada más porque si y de pronto, ocurren porque hay algo que impulsó a que ocurriera; y la teoría gestáltica de Mead, quien partiendo de los conceptos darwinianos indicó que la dimensión simbólica de las emociones es lo más rescatable de la teoría de Darwin, puesto que las emociones surgen de una construcción cultural.

b) La teoría más importante de las teorías cognitivas es la de Walter Cannon que señala que "...cuando tropezamos con un atracador, los impulsos nerviosos llevan esta información a dos lugares importantes del cerebro: la

corteza, el área donde tienen lugar los procesos más sofisticados de pensamiento, le dice que el atacante constituye una amenaza para su seguridad personal, y darse cuenta de esto, este pensamiento basta para producir el miedo.

Al mismo tiempo, el tálamo produce diversos cambios fisiológicos inespecíficos, o sea, no son específicos de una emoción determinada, sino que se producen como respuesta a cualquier emoción. Esta reacción le prepara para gastar energía y prevenir un daño potencial. Si más adelante descubre que la persona amenazadora no era un atacante, sino sólo alguien que quería preguntarle una dirección, ambas áreas se calmarán: la corteza hará desaparecer sus sensaciones de miedo y el tálamo suspenderá la reacción fisiológica."<sup>9</sup>

Otras de las teorías que manejan las emociones desde la perspectiva cognitiva son: La teoría de las emociones de Hume, en la que dice que el objetivo primordial de estudiar las emociones es enumerar todas sus causas, y la teoría lingüística de Echevarría y Páez, que dice que el lenguaje proporciona las pautas de los que ha de ser reconocido como sentimiento o emoción.

c) Las teorías fisiológicas se enfatizan en las relaciones entre la emoción en base a su estado cognitivo y su expresión somática. Hans Selye señala que "...la exposición a un agente agresor químico, físico o psicológico, provoca un stress o una desviación del equilibrio del medio interno; el organismo procura compensar esta agresión interna

---

<sup>9</sup> D. E. Papalia. 1990. "Motivación y emoción" en Psicología. Editorial Mc Graw Hill. México. pág. 355

iniciando una contra reacción: ésta se desarrolla en tres fases.

1. Una fase de alarma que se caracteriza por la liberación de catecolaminas\* y glucocorticoides.\*\*
2. Una fase de resistencia durante la cual el organismo encuentra un nuevo estado de equilibrio frente al agente agresor, y
3. Una fase de agotamiento que sobreviene cuando se ha consumido toda la energía de adaptación del organismo."<sup>10</sup>

En la investigación de las emociones, la tendencia psicológica consiste en localizarlas anatómicamente, en estudiar su funcionamiento y su correlación psicofisiológica. En las investigaciones más recientes (Stancak, 1974) la variante de investigación más compleja es la localización anatómico-fisiológica de las emociones. Cuando se menciona estudio de las emociones suele aparecer primero el papel biológico de éstas, siendo que igual interés merece su papel como reguladoras de las influencias cognoscitivas y sociales.

La esencia de dicha regulación de los procesos mentales por parte de los factores sociales está en que los seres humanos han aprendido a dirigir y transformar las expresiones emotivas. Los factores sociales participan para dar apoyo al desarrollo de las emociones y para crear nuevas influencias sociales en la interacción de la sociedad. El origen y la manifestación de las emociones humanas surgen

---

\* Las catecolaminas son un grupo de sustancias químicas que comprenden la noradrenalina, producida principalmente por las terminaciones nerviosas simpáticas.

\*\* Los glucocorticoides son hormonas esteroideas liberadas por la corteza de las glándulas suprarrenales.

<sup>10</sup> R. Dantzer. 1989. "Las emociones." Editorial Paidós Studio. 1ª edición. pág. 59

en la vida social, por ejemplo, en el trabajo, en los momentos de diversión, y más concretamente en la interacción social de todo tipo. "Las otras personas existen tanto como nosotros; para ser una persona son necesarias otras personas." (Mead, 1924)

En lo anterior podemos observar que no existe un consenso, ni siquiera dentro del grupo de los estudiosos del tema, pero creemos que la definición de M. M. Rossental es la que mejor nos define lo que es emoción y que podemos tomarla como base para entender las teorías de las emociones de las que podemos destacar que las teorías que más se adecuan a nuestro interés son las teorías evolutivas puesto que no hacen gran énfasis en la situación fisiológica y si nos señalan que la cultura tiene mucho que ver en el surgimiento de las emociones en los seres humanos.

En el siguiente capítulo podremos ver cómo es que las emociones se construyen socialmente y de qué manera la cultura influye en ello.



# **CAPITULO II**

Después de haber hecho un breve recorrido por los antecedentes de la emoción y de haber leído diversas definiciones y teorías al respecto, veremos cómo es que se construyen socialmente las emociones y cómo la cultura influye en la construcción que hacemos de éstas. Para ello debemos tener en cuenta lo que nos dice M. M. Rossental a cerca de las emociones: "...la profundidad de la emoción depende mucho de las particularidades individuales, en particular de la educación y de la voluntad."

En el presente capítulo podremos ver la importancia que tiene para cada individuo el desarrollarse dentro de una sociedad, y cómo la interacción con otros individuos es determinante en la formación de su conducta.

## CONSTRUCCION SOCIAL DE LAS EMOCIONES

Las emociones se construyen a partir de la interacción que tiene el individuo, desde que nace, con el medio social que lo rodea. Podemos decir que esta mundo no es privado, es común a todos, existe porque vivimos en él, como hombres entre hombres, a los cuales nos vinculan influencias y labores comunes, comprendiendo a los demás y siendo comprendidos por ellos, compartiendo tiempo y espacios con otros. "Esta captación en simultaneidad del otro, así como su captación recíproca de mí hacen posible nuestro ser conjunto en el mundo."<sup>11</sup>

Este mundo cultural del que formamos parte los seres humanos es externo y coercitivo, es decir, es encontrarse a uno mismo en su vida diaria dentro de un mundo que no es creado sólo por nosotros; el ser humano es consciente de que nace en un mundo social pre-organizado, compartido desde el exterior como elemento principal de este proceso, del cual formamos parte y en el cual estamos previamente organizados, mantenemos diferentes tipos de relaciones con nuestros semejantes. Algunas de ellas contienen un alto grado de intimidad el cual está determinado por la familiaridad que existe con los datos personales de otros, esta es una relación cara a cara en la que los sujetos implicados están conscientes de ellos mismos y participan en las vidas de los demás, este tipo de relaciones son sumamente personales e inmediatas, lo cual permite al sujeto entrar en la consciencia del otro.

En el curso de las relaciones los sujetos aprenden las acciones que le permitirán sobrevivir en la sociedad, pero no

---

<sup>11</sup> Ritzer, George. 1994. "Teoría Sociológica Contemporánea." Editorial Mc Graw Hill. México. pág. 268

sólo aprenden las recetas sino que también las utilizan, las comprueban y modifican. Para realizar dicha comprobación los sujetos ponen a prueba diferentes líneas de acción con los demás, abandonan las acciones que provocan reacciones de hostilidad quedándose con las que son aceptadas socialmente. Como diría Schutz "... en las relaciones, los actores modifican constantemente sus acciones tomando en consideración a aquellos con los que están interactuando."<sup>12</sup>

Las personas entablan relaciones, partiendo de ciertos supuestos sobre lo que piensan los otros, suponen que el pensamiento de los otros es del mismo orden que el suyo, en ocasiones el sujeto tiene la posibilidad de confirmar esta impresión con el trato que se tiene con el otro, en otras circunstancias esto no sucede, debido a que las expresiones faciales, los movimientos, las palabras y las acciones de los otros son incongruentes con la idea que se tenía de ellos. "En el ámbito de las relaciones-nosotros, la mayoría de las acciones se realizan cotidianamente de acuerdo con recetas. Las personas generalmente no reflexionan sobre lo que hacen los otros, sin embargo, cuando se topan con problemas, pensamientos y acciones inadecuados se ven en la obligación de abandonar sus recetas y reflexionar sobre lo que sucede para crear una respuesta apropiada."<sup>13</sup>

La significación en la interacción es un acto pura y básicamente social, "...pero se puede restringir el acto social a la clase de actos que implican cooperación de más de un individuo, cuyo objeto, tal como es definido por el acto, es (...) un objeto social. Por objeto social se entiende a quien responde a todas las partes del acto complejo, aunque tales partes se encuentran en la conducta de distintos individuos. El objetivo de los actos de halla pues , en el proceso vital del

---

<sup>12</sup> Ibid., pág. 276

<sup>13</sup> Ibid.

grupo y no en el de los distintos individuos solamente." (Mead, 1927). Si se admite que el ser social constituye, un ser en razón de su significado y de su "armazón simbólica" se tendría que rechazar el reduccionismo individualista, tanto de la conducta humana como de la forma de ser de los seres humanos.

Tomás Ibáñez menciona que existen razones para afirmar que:

"El significado nunca está dado en las cosas, es una estructura ausente, que debe ser constituida y elaborada; es sabido que lo simbólico consiste en la capacidad de hacer aquello que no se es, de estar por aquello que no está presente."<sup>14</sup>

Este carácter convencional, junto con el hecho de que todo significado nos remite siempre a una armazón de otros significados, implica que la construcción de los significados se idea en relación con los demás y también en relación con la institución social y su conjunto, y que la configura como un código simbólico.

Se dan fenómenos que no pueden ser explicados por mera generalización, son fenómenos provenientes de la interacción entre lo individual y lo social. Este modelo de concebir la interacción no se refiere a cómo un individuo o grupo se impone sobre otro, y tampoco a la forma cómo los individuos o grupo se impone sobre otro, y tampoco a la forma a cómo un individuo o grupo se impone sobre otro, y tampoco a la forma cómo los individuos salen de su aislamiento para satisfacer ciertas necesidades, sino que se

---

<sup>14</sup> Ibáñez, Tomás. 1995. "Psicología Social Construccionalista." Editorial Universidad de Guadalajara. México. pág 136

refiere a situaciones y hechos en los que el resultado no está determinado con anterioridad a la interacción, es a través del proceso de interacción como se entrelazan lo individual con lo colectivo, lo personal con lo social, se confrontan valores y una visión de la realidad con otros, observándose el proceso de integración y diferenciación, podríamos decir que son interacciones en las que las dos partes intervienen imponiendo su propia posición, pero a la vez recibiendo la del otro. Este proceso complementario nos lleva a decir que existen nuevas definiciones de las relaciones y nuevos enfoques y significados de los hechos.

De este modo podemos decir que la Psicología Social se ocupará de estudiar, por parte: cómo se describe la realidad social en el individuo y por otra: de qué modo éste se la presenta.

Esta representación no se reduce a una "fotocopia" de la realidad sino que está mediatizada por interacciones reales o simbólicas con otros individuos; y esta resulta de un proceso de elaboración y transformación que esté en función de las propias capacidades psicológicas del individuo. Estudiará también cómo el individuo trata de inscribirse en los otros esa realidad social interiorizada. Es importante retomar que dicha realidad social no puede ser independiente de las prácticas humanas, sino que camina a la par y que son el resultado de esas prácticas. Es por esto que el sujeto es capaz de tomarse como objeto de análisis, constituyendo un mundo de significados compartidos, y un espacio sin los cuales la dimensión social no podría constituirse. Intentar verse con los ojos de los demás y en los ojos de los demás, sería imposible si el individuo no tuviera la consciencia de sí mismo que permite la flexibilidad.

Para Leibniz la flexibilidad no es otra cosa que la atención hacia aquello que en nosotros sucede. Para Hume son las impresiones recibidas desde el exterior; mientras que para Hegel la flexibilidad significa volver la conciencia hacia sí mismo y reflexionar sobre el propio estado psíquico. Lo cual nos llevaría a una necesidad de privacidad que podemos definir como un proceso mediante el cual se pretende regular la interacción con los demás individuos.

Es a través de la interacción con los demás individuos que el ser humano pasa por el proceso de socialización el cual aparece más frecuentemente al rededor de los 4 ó 5 años, que es cuando el niño acude a la escuela y comienza su interacción diaria con otras personas que no son las de la misma familia. Munroe (1975) afirma que "...el depender de otros para la alimentación o cuando se necesita ayuda persiste durante todo el periodo de socialización del niño, aunque desaparece con rapidez después de la infancia."

El primer paso hacia la socialización se da cuando el niño tiene contacto directo con otra persona (generalmente es la madre), "...cuando falta dicha relación, pueden presentarse los efectos adversos del aislamiento." (Wittaker, pág. 177). Las emociones son expresadas socialmente reflejando de modo bastante directo la actividad del ambiente social en que se desarrolla y desenvuelve el individuo.

El niño necesita aprender para poder ser un miembro aceptable en los grupos humanos en que se desenvolverá; aprende primeramente a comer a ciertas horas, a dirigirse en determinada forma a los adultos, etc; con el paso del tiempo interioriza y hace suyos los valores de su grupo. El proceso de socialización incluye el proceso de interiorización de las normas sociales, en primer término, las normas de la familia

y posteriormente las de la sociedad en su conjunto. La socialización conlleva a la interiorización de las normas sociales de la familia en que se ha criado al niño. En un principio todas las normas le son ajenas a éste, quien las va interiorizando por medio de un sistema de recompensas y castigos. Cuando el niño realiza conductas aprobadas por el grupo éstas le son recompensadas, por el contrario, cuando realiza conductas que se desvían de los patrones aceptables se le castiga o sanciona de alguna forma.

En las culturas occidentales se aprende desde la infancia a no expresar todas las emociones. y por consiguiente a valorizarlas, sólo las emociones que vayan acorde a las conductas aceptadas por el grupo cultural en que se desenvuelve son válidas de expresión. Se categorizan en emociones positivas y negativas, las emociones negativas no son bien vistas por la sociedad y por lo tanto deben controlarse o mejor aún evitarse. La capacidad de los individuos para comprender y responder a las experiencias vividas, les permite relacionarse con los demás, "...vivir en sociedad es relacionar razonablemente la experiencia privada y la pública." (Asch, pág. 137)



## EMOCIONES Y CULTURA

La cultura influye en la expresión de las emociones en dos maneras:

1. Definiendo "las circunstancias adecuadas", es decir, algunas situaciones harán que todos los hombres sientan miedo, ira, etc... En algunas sociedades se dan situaciones que incitan a sus miembros a la cólera o a la envidia.

2. El efecto cultural sobre la expresión de las emociones. Parece como si hubiera formas naturales de expresión emocional comunes a toda la humanidad pero los patrones culturales pueden extenderse sobre esas expresiones naturales, inhibiéndolas, estimulándolas o alterándolas. Así, en algunas sociedades incluyendo la nuestra la expresión de una honda emoción puede ser considerada, "indecorosa"; mientras que en otras sociedades se espera que los individuos expresen todas y cada una de sus emociones sin la necesidad de reprimirse. Por otro lado puede requerirse de lágrimas en los funerales no siendo esto de mayor trascendencia, y en otras circunstancias en que no hay ninguna razón para suponer que son causadas por una aplicación la persona puede crearse conflictos sociales.

También tenemos aquellos casos en que se requiere de una expresión "inadecuada", como los que sonríen en ocasiones en que se esperaría que se manifestará tristeza o depresión. Esta inesperada expresión de la emoción puede ser engañosa pero parece que somos capaces de detectar la verdadera emoción aún cuando esté socialmente disfrazada.

Como por ejemplo: en ciertas ocasiones podemos identificar en algunas personas si realmente sienten dolor por la muerte de familiares o conocidos, aún y cuando, a pesar de su dolor, pueden sonreír.

Es importante mencionar que la estructura emocional de los hombres es producto básicamente de la interacción social, la cual sufre una transformación de igual grado que la que sufre el desarrollo cognoscitivo. No todos los seres humanos tienen las relaciones afectivas que quieren, a pesar de que en nuestra sociedad las barreras formales para tener este tipo de relaciones son quizá menores que en tiempos pasados. Las emociones son un fenómeno afectivo, concreto, intenso y breve que distrae y orienta la conducta.

En el seno de una familia los padres y los adultos esperan cierto comportamiento de los hijos, cuando el niño hace algo "indeseable" los padres dicen: "no", y en ocasiones esta palabra va acompañada de gestos o de un tono específico en la voz; de esta forma el niño va aprendiendo a valorar su conducta, comienza a adquirir una imagen de sí mismo, que no es sino un reflejo de las actividades de los demás. Según vaya aprendiendo, lo que su familia espera de él cuando sea mayor, y la clase de conducta que las personas que le rodean (maestros, vecinos, compañeros escolares, etc...) esperan de él, se irá haciendo más social. A lo largo de la vida el individuo tiene contacto con diversos grupos, de los cuales (se quiera o no, se esté consciente de ello o no) se interiorizan algunas expectativas ya sean materiales o emotivas.

Después de haber realizado una revisión de la parte emocional y afectiva de los seres humanos y de decir que estos son determinados por la relación que se tienen con los

otros; llegó el momento de abordar el tema principal de la tesis. Desde el inicio tratamos el tema de las emociones y dedicamos dos capítulos a este tópico para darle un enfoque al tema de investigación y así adentrarnos en un mismo contexto y tratar de manejar el concepto desde un mismo punto de vista.

# **CAPITULO III**

Es importante retomar el hecho de que como ser social, el ser humano parte y comparte con otros, no únicamente cosas materiales, sino también afectivas y emocionales, determinantes en la formación de su conducta. Por tal hecho nos parece importante hablar de la soledad como un estado de ánimo, como una condición del ser humano que le permite en un momento determinado de su vida, alejarse del bullicio y del ritmo tan acelerado de la vida en que últimamente se vive y que parece ser despersonalizada a la gente. Es por esto que hablar de la soledad es hablar de un concepto indefinible e inaprensible por la diversidad de emociones y vivencias que provoca, haciéndola parecer como una entidad viva.

## CONSTRUCCION DE LA SOLEDAD

Al introyectarse la individualidad, la mala comunicación aparece y comienzan a surgir algunos conflictos, como son el retraimiento, el ensimismamiento y la soledad.

El sentimiento de soledad perturba a muchas personas, las condiciones que conducen a la soledad son múltiples y variadas, a pesar de que la gente (en algunos casos) no desea estar sola, sin embargo lo tienen presente como un hecho de su vida. Es un hecho central en la existencia humana la experiencia de estar solos, donde la soledad es parte de la vida misma, pero a últimas fechas este sentimiento se ha agravado debido a diversos acontecimientos, como por ejemplo la desintegración de la familia debido a la movilidad que tiene la gente, el vivir en las ciudades tiende a limitar las amistades y a cortar los lazos afectivos ya existentes. Estudios han demostrado que la experiencia de la soledad es extensa (Peplau y Pearlman, 1982), y donde los individuos que se hacen llamar solitarios se muestran infelices o deprimidos.

Nos dicen Derlega y Margulis (1978), que la experiencia de la soledad parece derivar en parte por no tener un confidente con quien poder comunicarnos íntimamente y que ayude a encontrar metas socialmente importantes. Nos dice que para reducir la soledad es importante el autodescubrimiento.

Morton (1978), nos dice que el autodescubrimiento puede clasificarse sobre la base de dos tipos de intimidad: descriptiva y evolutiva. La primera es la información real de uno mismo, y la segunda es el descubrimiento de

sentimientos o juicios personales. El autodescubrimiento se transmite por diversos medios, lenguaje verbal y analógico. De aquí se desprende el desear autodescubrirse o no.

Irwin Altmaier (1975), define el autodescubrimiento de la siguiente manera: "... es un proceso interpersonal limitado por el cual los individuos regulan su interacción con los demás. Es un proceso selectivo que tiene límite. La privacidad es la barrera que ponemos a nuestro alrededor en un momento determinado." Por lo tanto para regular la privacidad nos sirve el autodescubrimiento. Margulis señala que el autodescubrimiento es cerrar y abrir límites.

Luft (1979), nos dice que cuando nos descubrimos corremos el riesgo de que el receptor utilice la información contra nosotros. Derlega y Grzelak (1979), afirman que si el autodescubrimiento es adecuado se pueden dar beneficios como la autoexpresión, la autoaclaración y la validez. El autodescubrimiento permite a los individuos expresar sus sentimientos encerrados en diversas situaciones. También el autodescubrimiento es útil para incrementar la aclaración personal, ayuda a los individuos a aclarar sus propias opiniones sobre los problemas y a la consistencia de pensamiento. Todo esto nos da como resultado, que las demás personas puedan aportar ayuda a los individuos a definir lo apropiado y correcto de sus actitudes, creencias, sentimientos y valores. A esta función de autodescubrimiento se denomina validez social, cuando se da un autodescubrimiento recíproco dando pie a que se pueda mantener una relación, dándose resultados positivos.

También nos dice que el autodescubrimiento puede servir, para controlar y explotar a los demás, también para obtener su aprobación social o para hacer que los demás se

sientan bien acerca de si mismos, o sea, se da una manipulación social.

El autodescubrimiento, de acuerdo con Altman y Taylor (1973), es una parte del procedimiento de penetración social que acompaña al desarrollo de la amistad íntima. La penetración social se refiere a los acontecimientos subjetivos externos e internos que ocurren entre dos individuos, conforme se desarrolla su relación. Esta teoría nos dice que conforme avanza a etapas más íntimas, los individuos descubren más información. así como las relaciones progresan hacia áreas más íntimas, puede ocurrir lo contrario de este proceso, que se da como una película pasada en reversa, donde se da un decremento en la información; por ejemplo los que fueron amantes terminan siendo "buenos amigos", y en muchas ocasiones ya no existe ninguna relación.

Descubrirse ante un individuo es encontrarse con el descubrimiento recíproco del otro, como nos dicen Altman y Taylor; Levinger y Snoek (1972), dicen que si no hay descubrimiento recíproco en las primeras etapas de una relación, no ocurrirá desarrollo ulterior. Cuando una primera persona comparte algo íntimo, la segunda responde al compartir también algo más íntimo, en este momento se comienza la amistad, y este intercambio de como resultado entendimiento y confianza entre dos personas. de aquí pueden surgir dos factores donde ninguno de los dos desea el inicio de un intercambio íntimo, o el otro es que uno se quede con la información íntima y no le corresponda. Worthg, Gary y Kahn nos dicen que a esta situación se le puede denominar atracción social, donde se postula que confiar el autodescubrimiento a otro se considera como una recompensa social para el que escucha.



Alvin Goulder (1960), propuso que una norma de reciprocidad gobierna gran parte de nuestra conducta social. La gente a veces se siente obligada a devolver los servicios que ha recibido de otros, en este caso de descubrimientos, Mirra Komarovsky (s/f), nos dice que el deseo de escapar a la soledad, de encontrar apoyo, seguridad, aprecio, quizá absolución, genera la necesidad de compartir los sentimientos y pensamientos con los demás. sin embargo, esta el riesgo de compartir crítica, ridículo, pérdida de poder y demás. Este problema se agudiza en los hombres, como dice Komarovsky; en su estudio a un individuo dijo "... yo no podría decirle que yo también estaba en terapia, pues le mostraría lo inseguro y confuso que estaba. A las mujeres les gusta un hombre fuerte, bajaría mi imagen a sus ojos."

El hombre difícilmente descubre información íntima de sí mismo en comparación con la mujer. Y como escribió Kate Millet, "... el hombre reprime, la mujer expresa." Es parte del aprendizaje de los roles sexuales, se espera que los niños oculten sus sentimientos, y a las niñas se les anima a mostrarlos. En la edad adulta las normas culturales operan para mantener las diferencias de sexo en el autodescubrimiento (Lewis, 1978).

Por lo tanto consideramos que la falta de intimidad contribuye a la soledad y que el desarrollo de las relaciones íntimas (el autodescubrimiento) es una parte de superar la soledad. "Conforme vamos tomando posesión de la vida y haciéndonos cargo de ella, averiguamos que, cuando a ella vinimos, los demás se habían ido y que tenemos que vivir nuestro radical vivir ... solos, y que sólo en nuestra soledad somos nuestra verdad."<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> Ortega y Gasset. 1983. "El hombre y la gente." Editorial Espasa-Calpe S. A. Madrid, España. pág. 47

En la medida en que pensamos y hablamos, nos damos cuenta de que no lo hacemos por propia individualidad sino que evidentemente lo hacemos a través de eso que se piensa y que se dice, y es en la misma medida en que nuestra vida deja de ser nuestra, dejamos de ser el individuo como tal y pasamos a formar parte de la sociedad, la cual nos construye todos y cada uno de los conceptos que utilizamos para entablar una buena comunicación con los demás individuos que componen dicha sociedad.

La soledad no siempre significa estar físicamente solo, significa en algunos casos tener carencia de afecto. Se puede crear, meditar, planear y trabajar estando corporalmente aislado y sentirse feliz si en lo más íntimo de ser se tiene la energía de saberse amado por alguien, aunque ese alguien no se encuentre presente físicamente en ese momento. Sin embargo, existe otra posibilidad: hallarse rodeado de mucha gente y al mismo tiempo sentirse ignorado y aislado. todos los hombres en algún momento de nuestra vida nos sentimos solos y es más, estamos solos, somos los únicos seres que nos sentimos solos y somos los únicos que necesitamos la búsqueda del otro y del mundo que nos rodea para reafirmarnos.

El ser humano forma un campo con el mundo que le rodea, dentro del cual no aparece junto a las cosas ni seres humanos de este entorno, sino únicamente en vinculación con ellos, es decir, la existencia del hombre no es concebible sin el mundo que le rodea ni viceversa.

Es importante reconocer que el hombre moderno no se involucra demasiado con lo que hace, podemos decir que una pequeña parte si, pero la más profunda permanece

intacta y alerta, en este caso estaremos hablando de la soledad que orilla al ser humano a una soledad promiscua de hoteles, oficinas, talleres, cine, en fin, al espejo de un mundo sin salida.

El sentirse solo tiene un doble significado; Por una parte un deseo de salir de sí, es decir, de romper con su mundo actual y por otro tener conciencia de sí, la tentativa por crear otro mundo. "La soledad es la ruptura con un mundo caduco y preparación para el regreso y lucha final."<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Paz, Octavio. 1992. "El laberinto de la Soledad." Editorial Fondo de Cultura Económica. México. pág. 184

## **SOLEDAD Y CULTURA**

Cultura en su definición sociológica, dice que es la totalidad de lo que aprenden los individuos como miembros de una sociedad, se refiere a un modo de vida, de pensamiento, de acción y de sentimiento. Edwar Taylor (1871), nos dice que: "... cultura es la compleja totalidad que incluye conocimiento, creencia, arte, moral, ley, costumbre y toda otra habilidad y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de una sociedad."

El hecho de que en una sociedad se puedan identificar patrones similares de conducta, se debe, no a la cultura por si misma, sino a que los individuos tienen cultura, poseen lineamientos comunes sobre el bien y el mal, sobre lo correcto y lo incorrecto, y porque se tienen actitudes similares ante el entorno social. Estamos formados en gran parte por la cultura, por lo cual la damos por hecha, es decir, inevitablemente suponemos que una característica que en nuestra cultura es normal, es así mismo inherente a toda la humanidad.

La cultura no se hereda biológicamente, el comportamiento de los hombres es en su mayor parte adquirido a lo largo de su vida, los modos de comportamiento se aprenden primordialmente de los grupos en que se desarrolla el individuo. Como se mencionó anteriormente las emociones, o mejor dicho, la forma en que se expresan las emociones se aprende de la sociedad en que se desarrollo el ser humano.

Considerando que la soledad es una emoción y que existen muchos y muy diversos casos y tipos de soledad,

podemos observar que algunos individuos pueden aceptarla y algunos otros rechazarla pero al fin y al cabo todos, absolutamente todos los seres humanos experimentamos la soledad en alguna época de nuestra vida.

En las grandes ciudades como la nuestra, los hombres trabajan juntos, y en muchos casos casi hombro con hombro, en las empresas (particulares o gubernamentales) trabajan diariamente miles de personas, los medios de transporte se encuentran abarrotados; el metro, los autobuses, los colectivos se congestionan día con día, pero cuantos de nosotros conocemos a quienes nos acompañan a diario en nuestro recorrido. En el ritmo de vida de hoy, con apenas tiempo para lo indispensable (comer, trabajar y dormir) pareciera que no hay tiempo libre, es decir que no tenemos tiempo de estar solos, sin embargo, la soledad existe y cada día aumenta el número de personas que se encuentran y/o se sienten solas.

¿Por qué si siempre nos encontramos con alguien más estamos solos?, ¿por qué si no tenemos tiempo de estar solos no nos encontramos solos?, la respuesta a estas dos interrogantes es muy sencilla; no hay tiempo para relacionarnos unos con otros, no hay tiempo para cultivar a las viejas amistades, ni mucho menos de crear nuevos lazos afectivos. A propósito de crear nuevos lazos afectivos mencionaremos una pequeña parte de "El Principito" de Saint-Exupéry en el que el protagonista es un niño que vive solo en un pequeño asteroide y viene a la tierra para "conocer a los hombres", pero su visión va a chocar con la de los hombres tecnificados de hoy. Un día decepcionado de lo que había encontrado en la tierra se acuesta a llorar en la hierba: "Fue entonces cuando apareció el zorro sabio."

"¿Quieres jugar conmigo? -le propuso el Principito-; estoy tan triste ..."

"No puedo jugar contigo -contestó el zorro-. No estoy apprivoisé."

"¡Ah, perdón! -dijo el Principito."

Pero pensándolo más despacio, añadió:

"¿Qué significa apprivoise?"

"Es algo muy olvidado hoy en día. Significa **crear lazos.**"

"¿Crear lazos?"

"Eso es -dijo el zorro-. Todavía tu no eres para mí más que un muchacho en todo semejante a otros cien mil. Y yo no tengo necesidad de ti más que un zorro semejante a otros cien mil. Pero si tu me apprivoises (domesticas), tendremos necesidad el uno del otro. Serás para mí único en el mundo. Y seré yo para ti único en el mundo ..."

...el zorro se calló y miró largamente a Principito:

"Si eres tan bueno... ¡domestícame!"

"Querría hacerlo -contestó el principito-, pero me falta tiempo. Tengo amigos que descubrir y muchas cosas que conocer."

"No se conocen más cosas que las que uno mismo domestica -dijo el zorro-. Los hombres no tienen ya tiempo de conocer nada. Compran cosas ya hechas en los almacenes. <pero como no existen almacenes de amigos, los hombres ya no tienen amigos. Si quieres un amigo, ¡domestícame!"

"Es preciso mucha paciencia. Te sentarás primero un poco lejos de mí, como ahora, en la hierba. Yo te miraré por el rabillo del ojo y tú no dirás nada. El lenguaje es fuente de equívocos. Pero, cada día, te irás sentando un poco más cerca..."

Aunque el lenguaje y el sentido del diálogo entre el Principito y el Zorro son muy claros, conviene hacer énfasis en la idea del "apprivoisement". Apprivoiser y domesticar poseen un significado común, captar, hacer de uno, hacer de casa; pero en el sentido que lo maneja Saint-Exupéry apprivosemen es crear compromiso más como entrega que como obligación, es decir, el hombre al domesticar se compromete, y no se trata de domesticar al animal irracional, el autor se refiere a saber domar, a dejarnos domar por otras personas, esto es para Saint-Exupéry crear lazos. Y debemos aprender a hacerlo, sonreír con quienes nos rodean diariamente ya sea en el trabajo o en el transporte es un buen método para iniciar y tratar de crear lazos.

Hablar de soledad en una sociedad urbanizada como la nuestra pareciera ser un tanto absurdo, cómo hablar de soledad si la tecnología en comunicaciones está tan avanzada, y siendo que la buena comunicación es básica para no sentir soledad. Entonces por qué suena tan paradójico que en la actualidad cada vez más individuos utilicen en su lenguaje cotidiano la palabra soledad. En donde podemos ver reflejado esto es en la música, en las canciones que se escuchan a diario en la radio. Se nos ocurrió escuchar la radio, cambiando constantemente de estación y esto fue lo que encontramos...

... y quisiera llorar, y quisiera gritar que me siento tan sola,...  
(Gloria Trevi)

... sola con mi soledad, sola con mis sentimientos...  
(Maricela)

... que mi soledad y yo sin ti no nos llevamos bien...  
(Alejandro Sanz)

...vuelve pronto te esperamos mi soledad y yo...

(Alejandro Sanz)

... la soledad ya se apodera de mis días...  
(Rey Ruiz)

... I'm not afraid of being alone...  
(Gloria Estefan)

... realmente no estoy tan solo, quien te dijo que te fuiste...  
(Ricardo Arjona)

... para apreciar la felicidad hay que saber de soledad...  
(Luis Enrique)

...tell her I'm still alone...  
(Juan Luis Guerra)

... en mi tan profunda soledad, pienso que mi vida entera  
pasa frente a mi.. (Flans)

..si en tu soledad recuerdas lo que fui...  
(Flans)

... dime que color para contrastar vacío y soledad...  
(Flans)

...la esperanza que alumbra el camino de mi soledad...  
(Plácido Domingo)

... luna que se quiebra sobre las tinieblas de mi soledad...  
(Varios)

En lo anterior podemos darnos cuenta de que la palabra soledad y el sentimiento de estar solo es muy socorrido por los autores, al mismo tiempo podemos observar que la soledad se relaciona en la gran mayoría de las veces a la



ausencia de alguien, a la falta de compañía. Podríamos seguir citando ejemplos que se observan en la vida cotidiana, pero lo que en este momento nos interesa es hablar de la soledad de la gente como nosotros, gente común y corriente, gente que (como ya lo hemos mencionada anteriormente) en alguna época de su vida ha experimentado la soledad, sino como participante si como espectador.

Es por los anterior que nuestra investigación se centrará en personas ciudadinas de entre 21 y 29 años de edad. En el capítulo siguiente podremos ver las características específicas de los grupos en que se estudió cómo se construye la soledad.

# **CAPITULO IV**

**225618**

# METODOLOGIA

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿De qué manera se construye y valoriza el concepto de soledad en personas de entre 21 y 29 años de edad?

## OBJETIVOS:

### Objetivo General:

Analizar algunos elementos que permitan entender la construcción social de la soledad.

### Objetivos específicos:

- ☆ Detectar el papel que juega el género en la construcción social de la soledad.
- ☆ Detectar quiénes (mujeres u hombres) aceptan más la soledad.
- ☆ Detectar quiénes (mujeres u hombres) buscan más la soledad.
- ☆ Identificar el sentido de valoración (positivo o negativo) que tiene el concepto de soledad.

## VARIABLES:

### Variables independientes (atributivas):

- ☆ Sexo
- ☆ Edad
- ☆ Escolaridad

### Variables dependientes:

- ☆ Construcción social de la soledad.
- ☆ Valoración de la soledad.

## MUESTRA:

Las características de quienes forman parte de nuestra muestra son:

Sexo: mujeres y hombres.

Edad: entre 21 y 29 años.

Escolaridad: nivel universitario (pasantes o egresados).

## TECNICA METODOLOGICA DE INVESTIGACION:

La metodología que se eligió para esta investigación es de la rama de la metodología cualitativa, se decidió trabajar con grupos focales. Por qué utilizar este tipo de técnica. Bien, nos dimos a la tarea de revisar los pros y los contras de las técnicas tanto cuantitativas como cualitativas, y decidimos trabajar con la cualitativa después de haber realizado un

pequeño piloteo a partir de la técnica de redes semánticas, en el cual se le decía a la gente la palabra soledad y se le daba un minuto para que escribiera los conceptos que relacionara con la palabra mencionada. El objetivo de hacer el piloteo con redes semánticas fue el de saber qué es lo que la gente relaciona con la soledad. Ver anexo 1.

Después de haber obtenido todos los conceptos se armaron algunas categorías o indicadores, con los cuales se pensó realizar una escala tipo Likert, pero si bien la escala, nos permitiría detectar el grado de valoración que tiene la soledad, a demás de saber quiénes tienden a estar más solos sentíamos que no era suficiente y que no nos satisfacía del todo, puesto que necesitábamos un instrumento que nos permitiera conocer lo que opinan y argumentan los individuos en torno al tema. Por tal motivo decidimos abordar nuestro trabajo de investigación con la metodología cualitativa, utilizando específicamente: GRUPOS FOCALES; porque lo que nos interesa no es saber el porcentaje de los que se encuentran solos, sino el por qué y cómo ve la gente en general a quienes se encuentran solos.

Es todo un reto utilizar grupos focales en un tema como este, en donde los sentimientos y las experiencias personales se encuentran a flor de piel, y en donde se podría perder el sentido inicial de la entrevista. Para poder asegurarnos que la técnica elegida sería completamente satisfactoria para nuestro objetivo, se realizó un grupo focal piloto con alumnas y ex-alumnas de la Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Izatapalapa, quienes desde luego no conocían nuestro tema de investigación. Pudimos comprobar que en un inicio las participantes se sintieron un poco intimidadas con el tema, pero al mencionar que no se trataba de experiencias propias sino más bien el cómo vemos la

soledad en los demás, fue mucho más fácil tanto para ellas como para nosotros (moderador, observador).

Después del piloteo del grupo focal se reafirmó la idea de que lo ideal para esta investigación son los grupos focales. La entrevista a un grupo focal es un modalidad de la entrevista cualitativa que consiste en entrevistar a varias personas a la vez. Esta técnica fue desarrollada para conocer el comportamiento y las actitudes que tienen los individuos con respecto a algo en específico. En general el objeto de esta técnica es obtener información de un grupo homogéneo representativo del segmento que se desea investigar. (Taylor y Bogdan, 1992)

Los datos obtenidos a través de esta técnica son útiles para la exploración de eventos relacionados con el tema de investigación, así como para un buen entendimiento de los resultados y de la identificación de otros aspectos que pueden considerarse más tarde en la evaluación. La evaluación resultante puede también apoyar para la elaboración de cuestionarios e igualmente en el desarrollo de materiales promocionales y educativos.

*RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES:* Los participantes de grupos focales deben ser típicos de aquellos grupos que son pertinentes para la evaluación, es preferible reclutarlos con una o dos semanas de anticipación a la sesión del grupo. Estas personas se pueden reclutar directamente en la comunidad y entrevistarlas para determinar si reúnen los requisitos para formar parte del grupo; el evaluados deberá diseñar un cuestionario corto para determinar si los reclutados poseen las características requeridas para la evaluación.

*CARACTERISTICAS DE LOS PARTICIPANTES DE GRUPO FOCAL:* Los grupos focales constan de 5 a 12 participantes, con menos de cinco personas es posible que no se entable un diálogo activo, lo cual reduce la interacción; y con más de doce no todos los participantes tendrían la ocasión de hablar y la discusión puede resultar difícil de controlar. El objetivo de la investigación es lo que determina las características para definir la composición de un grupo focal.

*PREPARACION PARA LA SESION DE UN GRUPO FOCAL:* A los participantes no se les informa anticipadamente el tema a tratar en la sesión y también es preferible que ellos mismos no se conozcan unos a otros. Con el objeto de que se sientan en confianza se les invita a pasar a un lugar acogedor y apropiado, se les puede ofrecer un café, un té, un refresco, entre otros; esto facilita que se entable una charla informal y empiecen a sentirse a gusto, relajados y sin tensiones.

*DURACION:* La duración de las sesiones de grupos focales fluctúa entre una y dos horas.

*MODERADOR:* El moderador de un grupo focal debe poseer una personalidad expansiva y comunicativa, así como buenas habilidades de comunicación interpersonal. Debe estar consciente de que su tarea consiste en guiar la discusión y no en presentar puntos de vista para instruir o educar a los participantes con respecto a determinado tema. Las características del moderador deben ser similares o en el mejor de los casos iguales a las características de los participantes del grupo.

*GUIA PARA LA DISCUSION:* La guía para la entrevista auxilia al moderador para la organización de sus ideas y con el fin de asegurar que la conversación fluya de manera lógica y de que se cumplan todos los tópicos principales. La guía le permite la flexibilidad al moderador para seguir las líneas de pensamiento de los participantes durante la discusión, sin descuidar los objetivos claves de la investigación. Ver anexo 2.

*SESION DE GRUPO FOCAL:* Para iniciar la sesión, el moderador deberá saludar a los participantes y presentar al observador, quien se encargará de ir anotando todo lo que considere que es relevante para el tema de la investigación, con el fin de establecer un contacto amistoso y crear armonía. Una vez instalados los participantes, el moderador se explica la razón por la que se ha integrado al grupo y la necesidad de que los integrantes cooperen. La sesión puede ser grabada (en grabadora de sonido o en videograbadora) siempre y cuando el moderador haya explicado el por qué de la presencia de este y previa autorización de los participantes.

*CIERRE DE UN GRUPO FOCAL:* Al final de la sesión el moderador da las gracias a los participantes por su colaboración y destaca nuevamente la contribución de estos a la entrevista.

Nos propusimos realizar tres grupos dentro de los cuales un fue del sexo femenino, uno del sexo masculino y uno mixto (mujeres y hombres). Para seleccionar a los participantes de los grupos abordamos a quienes se encontraban cerca de la universidad, preguntábamos el grado escolar y después de darles una breve información



sobre lo que se estaba investigando (sin mencionar el tema) hacíamos cita con ellos para realizar el grupo.

Los grupos se realizaron en la cámara de Gesell que se encuentra en el primer piso del edificio "H" de la Universidad Autónoma Metropolitana plantel Iztapalapa. Para obtener más información a cerca de la realización de los grupos, ver en anexo 3.

# **CAPITULO V**

## **ANALISIS DE RESULTADOS**

Posteriormente a la obtención de la información comenzamos el análisis de los resultados. Para dar inicio al análisis se transcribieron las entrevistas, puesto que se habían grabado en cassette. Después se categorizaron para así, con el paquete ethnograph, obtener los segmentos de información de cada una de las subcategorías (pequeñas categorías) y de las categorías (conjunto de subcategorías). Ver anexo 4.

En el presente capítulo presentamos el análisis, en un principio de cada una de las categorías y posteriormente de todas ellas en su conjunto.

## ANALISIS INDIVIDUAL

### DEFINICION DE SOLEDAD

No se puede hablar de un concepto en general de soledad, se señaló en el grupo mixto que cuando se llega a hablar de este tema se tiene que pensar en un cúmulo de posibilidades del término, que tiene que ver con la forma en que cada individuo vivencia el concepto, es decir, que de acuerdo a sus experiencias personales y al momento emocional en el que se encuentre tendrá una definición de la soledad. Pero es importante recalcar que si bien cada individuo tiene un concepto de soledad diferente, se pueden encontrar puntos en común. La mayoría de los individuos coinciden en definir a la soledad como un estado emocional, de aislamiento, de depresión, de angustia, de miedo, que te daña, te degrada e incluso puede llevarte al suicidio. mientras que una pequeña parte afirma que es un estado para meditar y para estar contigo mismo.

Como se puede observar la soledad tiene una connotación negativa para la mayoría de las personas quienes señalan que la soledad es diferente a un estado de quietud. En relación a lo anterior vemos que se hizo una separación entre lo que es soledad física y soledad interna, la soledad que se define como "mala" es la soledad interna porque "una persona que no esta bien ni consigo misma, esta en un fuerte estado de soledad" (Odilón, grupo hombres). Y la soledad física esta relacionada con el estado de quietud, "es un estado que tu puedes tener para estar contigo mismo, para pensar, para meditar..." (Pablo, grupo hombres).

Si bien es cierto que encontramos ciertas similitudes en las definiciones dadas por los grupos realizados, también es importante puntualizar que en el grupo de las mujeres se hace más énfasis al señalar que la soledad es falta de compañía, falta de una pareja con quien poder compartir lo bueno y lo malo. Mientras que en el grupo de los hombres se hizo más hincapié en que la soledad se presenta cuando no estás bien contigo mismo.

Cuando se habla del concepto de soledad, la gente se remonta o hecha mano para dar una definición de dicho término, de sus experiencias ya sea personales o de las experiencias de los otros, y que son conocidas por ellos. Generalmente se habla de la soledad, desde un punto de vista negativo, como un estado de enfermedad que no permite tener lucidez. Pero sin embargo se tiene que reconocer que la soledad también tiene una connotación positiva, la cual permite a los seres humanos experimentar estados agradables, de paz, reflexión, tranquilidad, y también permite que se tome conciencia de si mismo.

Nos podemos dar cuenta que no existe una diferencia marcada entre las concepciones que tienen los hombre y las mujeres de la soledad. Si bien es cierto como ya se menciono en líneas anteriores, que cada sujeto define la soledad de acuerdo a sus experiencias, y al entorno social en el cual se desenvuelve y que influye de manera determinante en la formación de dicho concepto, parece ser que por las definiciones que se tienen las experiencias son las mismas. Hombres y mujeres coinciden en definir a la soledad como un estado emocional (construido socialmente y no de manera individual, aunque a si se viva), como generadora de estados anímicos, depresivos que originan conflictos y malestares más que físicos, mentales, pero también en algunos

momentos , la soledad es generadora de estados anímicos gratificantes, que ayudan a crecer al ser humano.

Es importante retomar otro punto importante, cuando la gente habla de la soledad, por un lado las mujeres hacen referencia a la falta o ausencia de una pareja, mientras que los hombres hablan de la soledad de manera más general, dan una amplitud de posibilidades por las que el ser humano podría caer en un estado de soledad.

## LOS MOTIVOS DE LA SOLEDAD

Hablar de los motivos que orillan al ser humano, en determinado momento de su vida, a experimentar un estado de soledad, es hablar de estados anímicos por los cuales atravesamos todos cuando nos enfrentamos a los problemas que ocasiona el vivir en sociedad. No todos estamos preparados para reaccionar de igual forma ante un conflicto en particular, mientras que algunos puedan salir adelante y no dejarse llevar por el estado de soledad otros ante las mismas circunstancias pueden dejarse caer y llegar al grado más profundo de la soledad. Con lo anterior podemos asegurar que no existe una generalización en torno a los motivos que llevan a los seres humanos a sentir la soledad.

Es de naturaleza humana el vivir en sociedad, aunque en algunos casos los individuos busquen el aislarse de los demás llegará el momento en que tenga que interactuar de alguna forma con la sociedad, no puede (un individuo con sus capacidades normales) estar en completo estado de aislamiento.

Cuando se hace referencia a cuales son los motivos que orillan a los seres humanos a vivir un soledad, ya sea "positivo o negativo", se trata de alguna manera de hacer una búsqueda rápida pero detallada en la parte afectiva y emocional de los seres humanos, para determinar cuales son los puntos claves que llevan al individuo a este estado. Dichos puntos, están íntimamente relacionados con el desarrollo físico, mental, afectivo, económico, etc..., es decir, con todo su entorno social, de manera muy significativa, y ayudan o perjudican el desarrollo del ser humano.

En este rubro se pudo identificar que los tres grupos coinciden en que el exceso en el uso de la tecnología, lleva al individuo a separarse de su interacción diaria con los demás individuos; "la computadora vino a despersonalizar, a sustituir al maestro, hay gente que pasa horas y horas en la computadora y esto le trae conflictos" (Ismael, grupo hombres).

También pudimos observar que el grupo de los hombres se refería con mayor grado a la importancia que la tecnología tiene en la actualidad para que la sociedad sienta en mayor número la soledad. También señala que actualmente se observa que los jóvenes son quienes sienten más la soledad, porque se encuentran ante un futuro incierto.

Por otro lado el grupo de mujeres y el mixto como ya se menciono, también coinciden en tomar a la tecnología como motivo principal que ocasiona estados de soledad. Pero este grupo habla más de relaciones sentimentales, amorosas, de relaciones de pareja, y de relaciones familiares. Por su parte, en el grupo mixto se habla de que los motivos que orillan a la soledad, pueden ser la dependencia social en la que se sumerge el ser humano, al vivir en sociedad, con la muchedumbre, "es el miedo del ser humano a estar solo, a vivir en soledad, que tan grande puede ser su miedo al estar aislado de los demás.(Marco grupo mixto).



## LOS EFECTOS DE LA SOLEDAD

Los efectos más graves a los que llega el individuo que se encuentra en estado de soledad es el atentar en contra de su vida, muchas veces logrando su propósito: el suicidio. Pensar en cuál es la casusa que hace que una persona llegue hasta tal extremo es casi imposible, los seres humanos tienen tantas y tan variadas experiencias a lo largo de su vida que no se puede generalizar en ningún sentido. En algunos casos puede ser que el encontrarse en estado de soledad lleve al individuo a crear cosas positivas, algunas personas pueden ser muy creativas positivamente cuando se encuentran solas; mientras que en otros casos, la soledad lleva a la destrucción, no sólo de la persona, sino también de la misma sociedad.

Cuando se piensa en cuáles son los efectos que trae consigo la soledad, se hace referencia a todo lo que les ocasiona dicho estado, la gente hace un recuento de lo que ha vivido o vivió en la época que experimento la soledad. Tanto lo hombres como las mujeres comienzan por mencionar que la soledad lleva a estados anímicos de depresión, de angustia, de incomprensión, de desesperanza, de melancolía, volviéndose un círculo vicioso del que es muy difícil salir. Señaló el grupo de mujeres que el salir o no de dicho estado de soledad depende en gran medida de las características y vivencias personales, cada persona puede canalizar el mismo problema o conflicto de diferente manera.

El no saber afrontar los problemas que se le presentan al individuo lo lleva a una situación que en cualquier momento "puede ser fatal, porque un estado de depresión grueso puede llevar al alcoholismo, a la drogadicción, e incluso a la muerte" (Julio, grupo hombres).

Podemos decir que en general en los tres grupos se habla de manera similar, sobre los efectos de la soledad, todos (hombres y mujeres) coinciden en mencionar que si no logras salir de ese estado a tiempo puede llevarte a la muerte.

Hay que destacar que en el grupo de mujeres, se sigue haciendo referencia a las cuestiones de pareja, todos los efectos ya mencionados con oportunidad, van encaminados a dicha situación. Mientras que el grupo de hombres habla de cuestiones de socialización, de aprendizaje, e incluso de causa - efecto. En el grupo mixto se pudo observar que se hace una combinación de ambos aspectos, por un lado se enfocan a las cuestiones y problemas afectivos, pero no dejando de lado el aspecto social.

## EL ASPECTO POSITIVO DE LA SOLEDAD

Para el grupo de mujeres, hablar de soledad es hablar de un concepto muy profundo, y que es, en ocasiones una necesidad. En algunos momentos los seres humanos requerimos de momentos de soledad, de paz, de tranquilidad, momentos para reflexionar y meditar, en tú persona, en lo que eres, en lo que haces, en lo que quieres, son momentos que puedes tener para estar contigo mismo, donde puedes coordinar, tus pensamientos y emociones, son momentos donde haces una revisión de lo que haz hecho con tú vida.

Es importante mencionar que ese estado de soledad por el que se esta pasando es un estado transitorio, se sabe que tarde o temprano se abandonara la reflexión y la meditación en la que se encuentran, "cuando tú decides ya hasta aquí le paras vas a salir y vas a volver a relacionarte con medio mundo, vas a entrar en contacto, te aíslas por un momento pero ya por tus intereses"( Lucía, grupo mujeres).

Es importante destacar que la soledad, vista desde el punto de vista positivo, es más que un estado de depresión, de angustia y que todos los estados anímicos negativos ya mencionados; es una necesidad en el sentido de que permite al ser humano, conocerse a sí mismo, para poder conocer a los demás. El aspecto positivo de la soledad, son todas las satisfacciones que tiene el ser humano, cuando descubre que es un ser único, especial, y valioso, que se ayuda a sí mismo y a los demás.

En este rubro, encontramos una unanimidad en cuanto lo que representa, el aspecto positivo de la soledad. Se habla

de la manera tan gratificante y reconfortable, en que el ser humano puede reflexionar y meditar acerca de lo que es y lo quiere, "es un momento que tú puedes tener para estar contigo mismo, para reflexionar en lo que quieras, en lo que eres, y hacia donde quieres llegar" (Pablo grupo hombres), " el sentido de la soledad hace que el individuo crezca, te permite reflexionar sobre ti mismo, porque cuando estas solo piensas en ti estas bien contigo, independientemente de lo que digan los demás" (Carlos grupo mixto).

## EL ASPECTO NEGATIVO DE LA SOLEDAD

Los seres humanos no sabemos vivir aislados, necesitamos de la compañía de los otros, necesitamos reafirmarnos con los otros. Saber enfrentar y canalizar los problemas, con los que se enfrenta, y cuando no llega a encontrar una solución a estos problemas, cuando el ser humano se le cierran las puertas, se buscan todas las salidas posibles a los problemas.

La mayoría de las veces cuando se vive un estado de soledad se genera, depresión, angustia, miedo, desesperación, degradación, llegando incluso a los extremos de buscar salidas falsas como: la drogadicción, el alcohol, ir destruyendo poco a poco tú persona, hasta llegar a la última consecuencia, el quitarse la vida, "es cuando empiezo a sentir las ganas de suicidarme, de quitarme de este mundo porque no le encuentro sentido"(Lucía grupo mujeres).

Es importante rescatar que en los grupos (mujeres, hombres y mixto), se hacen una distinción importante, por un lado ubican varios tipos de soledad pero principalmente mencionan un estado de soledad, que tiene aspectos positivos y una soledad, que tiene aspectos negativos, y dentro de estas dos aspectos de la soledad, se encuentra dos variantes, por una lado se ubica un estado de quietud, en donde se puede pensar, reflexionar, coordinar las ideas, es un estado que se tiene para si mismo, y que no es soledad, y por otro lado se ubica un estado, que genera malestar, depresión, angustia, que no permite reflexionar, que bloquea y causa conflictos, que no permite estar bien contigo mismo, mucho menos con los demás.

El aspecto negativo de la soledad trae consigo una carga de valores, sentimientos, y estados de animo, que facilitan en gran medida la destrucción del sujeto.

La mayoría de las personas cuando se les pregunta si es posible hablar de una soledad positiva que te permite reflexionar, y una soledad negativa generadora de daños, primeramente dicen que es muy difícil hablar de lo que es malo y lo que es bueno, pero finalmente terminan haciendo esta distinción, que en un inicio descartaron. Y hablan del aspecto negativo que les produce, angustia, desilusión, enojo, pero como experiencias de otros, no de ellos mismos. La soledad con valoración positiva si es expresada como vivencia personal; pero la soledad negativa, "mala", siempre es relatada como experiencias del otro. Lo anterior es justificable ya que el ser humano busca ser aceptado socialmente y la vivencia de la soledad no es aceptable en nuestra sociedad.

## SOLEDAD INTERNA

El ser humano desde que nace esta rodeado de mucha gente, pertenece a diferentes grupos sociales, primeramente a la familia y conforme se va dando el proceso de socialización, va perteneciendo a otros grupos, siempre se encuentra rodeado de otros seres como él. Se pensaría que por este hecho y en este mundo donde hay una gran cantidad de gente, donde siempre se está rodeado de otros, el ser humano no se llega a sentir solo, pero no es así; el individuo que habitan en las grandes urbes, aunque se encuentre rodeado de mucha gente, en ocasiones se siente solo, siente que toda esa gente que esta a su lado no tiene nada en común con él, no comparten más que el mismo espacio en un momento determinado, no existe ningún lazo que los conecte.

Cuando el individuo siente que nada tiene sentido, que no existe el futuro, no se encuentra bien consigo mismo, hay un cierto desequilibrio en su interior y se siente incomprendido, rechazado, es cuando se siente la soledad interna; puede encontrarse rodeado de muchas personas que le ofrecen su afecto, su cariño, pero ese conflicto interno no le permite ver que si tiene sentido la vida y que si se puede seguir adelante.

Si bien ya se menciona que se puede hacer una distinción entre la soledad positiva y la soledad negativa, también es importante destacar que la gente habla de dos tipos de soledades, una externa , y otra interna. Esta soledad interna tiene que ver con cuestiones más íntimas, más personales donde la compañía o falta de ella carece de sentido para los implicados en ese estado de soledad.

Es difícil poder comprender lo que dice la gente: vivo en una sociedad, pertenezco a diferentes grupos , mantengo relaciones interpersonales con los otros, me encuentro rodeado de muchas cosas y de mucha gente, y sin embargo nada de esto me satisface, me siento incompleto, no puedo experimentar alegría y alivio por tener alguien a mi lado, al contrario no los necesito, me siento y estoy bien solo. "Estas rodeado de mucha gente, sin embargo te sientes solo y yo le dije, finalmente creo que es necesario que aceptes que estas solo".(Julio grupo hombres)



La soledad interna implica la cuestión física, aunque la soledad física es en ciertos términos menos mala que la interna, lleva consigo una serie de problemas a los que el individuo se enfrenta en una o más épocas de su vida, coincidieron en asegurar los tres grupos. Este tipo de soledad se siente cuando no se tiene a nadie al rededor, cuando se quieren compartir experiencias y no hay nadie que escuche, cuando se siente el individuo aislado de la interacción con la sociedad, lo cual le generará un estado de depresión, angustia, miedo que lo lleva cada vez más hacia la soledad. "El estado de soledad es así como el sentirse aislado, como el no poder decir aquí estoy, aquí existo".(Pablo, grupo hombres)

Como va relacionada con la cuestión física se puede observar en los grupos que hacen referencia a la falta de compañía y la ausencia de alguien a quien hacerle compañía.

Al referirse a la soledad externa, rápidamente se hace hincapié, en que dicho tipo de soledad, tiene que ver con la soledad física, con la falta de la presencia del otro, con la falta de compañía, con la necesidad que se tiene de ser escuchado y comprendido por alguien, hay una necesidad de contacto con los otros.

Podríamos decir entonces que la soledad externa es una cuestión más superficial, que si bien es dolorosa al momento de no tener a alguien con quien hablar, en el momento en que se entra en contacto con los otros seres humanos, se podrá superar dicho estado. "Entonces es el

hecho de estar aislado de no tener contacto con seres de su misma especie, lo obliga a divagar psicológicamente."  
(Carlos, grupo mixto)

## CONTEXTO SOCIAL

La soledad es un sentimiento que expresa el ser humano a través de su vida, cambiando de matiz de acuerdo a su entorno. El ser humano por el simple hecho de ser un ser humano, es social y tiene interrelaciones con los otros para poder sobrevivir y satisfacer sus necesidades básicas, y no únicamente con los demás, sino con todo lo que lo rodea, el marco social donde se desenvuelva es un factor importante en la formación de los seres humanos. Si este marco social es favorable, es decir si las bases familiares son buenas, si el proceso de socialización es satisfactorio, si tiene una buena educación, y todo lo que lo rodea es favorable para que el ser humano viva y se desarrolle plenamente como ser humano, le ayudará a sopesar los problemas que se le presenten, particularmente podrá resolver de manera favorable los estados de soledad por los que pueda atravesar.

Si bien es cierto ya se ha mencionado que el ser humano es un ser social, que tiene que relacionarse con los otros. Si en su desarrollo tanto físico como emocional, llega a tener problemas o le da miedo entablar relaciones con los demás, estará más latente la posibilidad de caer en un estado de soledad, "prefiero estar aislado, porque me da un temor espantoso interactuar con los otros, es que si no me aceptan como soy, si no entienden mi manera de pensar, de actuar, no, no, mejor prefiero la soledad." (Odilón, grupo hombres).

Otro factor determinante de que el ser humano pueda o no experimentar un estado de soledad es la cultura, puesto que esta está determinada socialmente. Considerando que la

cultura la construyen los individuos, podemos aseverar que por lo tanto ocurre lo mismo con el concepto de soledad.

## RELACIONES INTERPERSONALES

Como seres sociales, que vivimos e interactuamos con los demás, los individuos pertenecemos a diferentes grupos sociales, a los cuales nos adaptamos de muy diversas maneras. Con los miembros de estos grupos mantenemos diversos tipos de relaciones, pero para esta investigación nos interesa únicamente mencionar la relación interpersonal que mantenemos entre sí los seres humanos, estas relaciones cara a cara, que implican tener un contacto, tanto físico como emocional con otros sujetos, "ubicarme con todo mi entorno, con la gente, con las relaciones que he tenido." (Ismael, grupo hombres)

Si el ser humano tiene un equilibrio emocional, si trata de alguna manera de tener buenas bases para llevar las relaciones interpersonales, y de esta manera se pueda un poco "romper las murallas de individualidad del otro, ya te sientes parte de él, sus emociones y sentimientos se reflejan en la relación." (Julio, grupo hombres). Con esto se estará dando un paso, un equilibrio emocional que ayudará o no a vivir en determinado momento un estado de soledad.

Otro tipo de relaciones que mantiene el ser humano, y la cual es la primera y más importante, son **las relaciones familiares**. Si el ser humano tiene una buena relación con su familia, si hay comunicación y una educación adecuada, si se le enseña, e inculca al ser humano desde pequeño a adquirir seguridad, y confianza en sí mismo, a aceptarse como individuo único y valioso, que vale por lo que es y no por lo que tiene, podrá actuar ante los problemas que se le presentan, "bueno yo siento que la soledad tiene su mayor raíz o donde mejor se genera, tal vez es en seno familiar, yo siento que ahí es donde se nos podría dar seguridad o

inseguridad, de poder actuar ante problemas que se presentan diariamente.

**Las relaciones de pareja**, también son otro elemento que puede generar estados de soledad, el ser humano es educado para tener aparte de las relaciones familiares, y de amigos tener una relación de pareja, en muchas ocasiones nos involucramos tanto con la pareja y especialmente durante el noviazgo, que llega un momento en que nos volvemos dependientes, se trata de hacer todo lo que nos dicen, tratamos de someterla a nuestra manera de pensar, de actuar y de sentir, de alguna manera ambos se condicionan, puedes hacer esto, aquello, pero no lo otro. Puedes llegar a perder parte de tu identidad, dejas de ser tú mismo intentas cambiar tu personalidad para darle gusto y no ocasionar problemas con la otra parte de la pareja, te vuelves tan dependiente que si llega el momento en que la relación por "x" circunstancia termine, no se sabe que hacer," y ahora que hago estoy sola"(Lucía, grupo mujeres).

Una de las cosas que se puede observar en este rubro, que tanto en el grupo de mujeres, como en el mixto enfocaron más como, causa de soledad, las relaciones de pareja, que te dañan y condicionan, pero que al mismo tiempo te vuelven dependiente, no te permiten ser tú mismo. Mientras que en el grupo de hombres se dio más relevancia a las relaciones familiares.

## DIMENSION INDIVIDUAL

Independientemente de que el ser humano viva en sociedad y siempre esté rodeado de gente se tiene que saber un ser único, especial e importante, y tiene que aprender a aceptarse como es, tiene que aprender a vivir con sus errores y con sus aciertos, tiene que aprender a conocerse y a conocer a los demás.

La soledad tiene que ver un tanto con las características personales de los individuos, de acuerdo con estas, los seres humanos responden al problema de soledad de diferente manera. Cada individuo tiene potenciales diferentes para canalizar el estado de soledad y dependerá de su constitución tanto física como psíquica la forma en que le de salida a ese estado de soledad.

Otro aspecto importante es el desarrollo físico que el ser humano va teniendo a lo largo de su vida. Se pueden mencionar etapas en las que el individuo se siente o se encuentra más en estado de soledad. Tanto en la adolescencia como en la senectud el ser humano tiene una serie de cambios físicos importantes, en los jóvenes es la época del desarrollo hormonal, cambios en su constitución física, engrosamiento de la voz, salida de bello, del acné, lo que produce, que te aíslas, que te sientas rechazado, incomprendido y en determinado momento solo, y en la senectud los cambios físicos son más drásticos, los ancianos van perdiendo la movilidad, se van quedando sordos, ciegos, se van deteriorando, lo cual ocasiona que se le vaya relegando, haciendo a un lado, se aísla, se le abandona.

La soledad puede ser vista como un mecanismo de defensa, el ser humano tiene miedo a mantener relaciones con los demás, tiene miedo a los compromisos, y la manera de superar esos miedos es decir prefiero estar solo, que tener que sufrir después una desilusión.

Las experiencias personales de los seres humanos, están relacionadas con la manera en que cada uno define el concepto de soledad, de acuerdo a lo que te haya acontecido



## **ANALISIS GENERAL**

El análisis general de la información obtenida en las entrevistas focales hechas a los tres grupos, la realizamos mediante la lectura de todas las categorías, de los tres grupos de manera general. Las categorías analizadas se fundamentaron tanto en lo ya previsto por nosotras, como en lo que surgió de los grupos.

Dentro de los tres grupos realizados encontramos muchas similitudes en cuanto a lo que significa la soledad y a la manera en que se la representan conforme a la interacción que los sujetos tienen con la sociedad.

Señalan que la soledad es un estado anímico de depresión, angustia, miedo, y que tiene una connotación negativa debido a la naturaleza del ser humano a vivir congregado a un grupo, por lo tanto el permanecer aislado no es natural y no es aceptado culturalmente; considerando que aunque no se llegó (en ninguno de los grupos), al acuerdo de que existiera una soledad positiva, y una soledad negativa, si afirman que existe una necesidad de los individuos de aislarse por momentos de su entorno, este aislarse momentáneamente y por decisión propia, no tiene nada que ver con la soledad, tiene que ver con un estado de aislamiento en el que se puede meditar y hacer reflexión de lo que ha sido y será su vida. También aseveran que aún y cuando la soledad no es deseada; el estado (que llamaron soledad positiva) en que uno puede reflexionar y meditar lo necesitamos todos los seres humanos en algún momento de la vida.

Pudimos constatar igualmente que también se conjugaron las opiniones en torno a los motivos y las causas, que en primera instancia orillan a la soledad, y que en un segundo momento trae como consecuencia dicho estado. Dichos motivos que orillan a los individuos a experimentar estados de soledad, se encuentran en el andar del ser humano, y en todo lo que lo rodea.

El avance tecnológico que se está viviendo en los últimos tiempos en todos los ámbitos, está propiciando la creación de estereotipos, se trata de imitar y parecerse a los demás por el hecho de pertenecer a un grupo y sentirnos aceptados, es tanta la necesidad de la aceptación que llega el momento en que perdemos contacto con nuestra realidad, no sabemos quiénes somos ni lo queremos saber; parte de nuestra identidad si no es que toda esta en entredicho, hasta el grado de que no nos identificamos con los demás y preferimos estar solos.

Dentro de este mismo avance tecnológico el uso de la computadora vino a romper con el proceso de interacción cara a cara, la máquina despersonaliza, aísla, preferimos hablar con otras personas por medio de la máquina que entablar una relación donde se pueda ver y entrar en contacto físico con el otro, lo cual va originando que las personas que no tengan las posibilidades económicas para comprarse una computadora conectarse a internet y comunicarse por este medio, igual que las que lo tienen y no practican otro tipo de interacción, están más propensos a vivir un estado de soledad. Es decir, se crea un círculo vicioso entre la creación y satisfacción de necesidades, provocadoras del estado de soledad.

Los efectos que origina el estado de soledad, son los mismos en los tres grupos, la soledad lleva a la depresión, a la angustia, a la inestabilidad emocional, al deterioro como persona, y en el caso más extremo al suicidio. Es importante destacar que para el grupo de mujeres son los mismos motivos y efectos que produce la soledad, pero ellas hacen más énfasis en las relaciones de pareja, en la falta de ésta y aunque no descartan las otras posibilidades ya mencionadas como causas de la soledad, definen toda la problemática en torno a este rubro.

En lo que se refiere a las demás categorías ( soledad externa, soledad interna, contexto social, dimensión individual y relaciones familiares) la forma en la que se refieren a ellas en los tres grupos son de manera similar, mencionan que la soledad externa tiene que ver con la presencia y ausencia física de los otros, se sienten solos cuando no tienen a otra persona a su alcance, para platicar, alguien que les haga compañía, el estar con otros es una necesidad, y la soledad interna la relacionan con un estado más profundo, este tipo de soledad es la que ocasiona más daños al ser humano, tiene que ver con un desequilibrio emocional fuerte. Dentro de este apartado se pone en juego también la categoría de dimensión individual, este desequilibrio y los problemas interno afectivos que experimentan los individuos están relacionadas entre si, cuando se tiene un problema emocional fuerte se pone activa la parte de identidad, de características personales, de mecanismos de defensa.

Es te problema que se experimenta, pone en juego y cuestiona la identidad de cada individuo, quién es, y qué es lo que quiere, cuando esto sucede la persona entra en un conflicto existencial del que es muy difícil salir, negando todo contacto con la realidad , todo su mundo se vuelve gris.

# **CONCLUSIONES**

La soledad constituye un elemento de gran importancia en la estructura de la vida anímica de los seres humanos. Podemos considerar a la soledad como una emoción porque tiene un núcleo ideativo (idea de individualidad), matizado por fenómenos de agrado y desagrado. En esto podemos observar lo que Bretano afirma de que cuando nos dirigimos a los "objetos", lo hacemos emocionalmente valorándolos, es decir, aceptándolos o rechazándolos, y adoptando una actitud emocional en pro o en contra de ellos (a favor o en contra). La soledad nada más en contadas ocasiones se hace tangible a la conciencia como algo radicalmente bueno para el hombre, ya que algunas veces la soledad aparece como todo lo contrario.

La soledad se caracteriza por la ruptura o debilitamiento de la relación afectiva hacia el mundo y hacia sí mismo; Hans Selye señala que la exposición a un agente agresor psicológico provoca una desviación del equilibrio del medio interno, el organismo procura compensar esta agresión interna iniciando una contrareacción; que en el caso de la soledad pudiera ser el salir adelante de la situación o dejarse caer y llegar a los extremos más graves.

Tomando en cuenta que la soledad es una emoción y que las emociones se construyen socialmente a partir de la interacción que tiene el individuo desde que nace con el medio social que le rodea, podemos concluir que la soledad la aprendemos, la construimos a partir de nuestras propias experiencias y las experiencias de los otros. Los sujetos aprenden a partir de las acciones que les permitirán sobrevivir en la sociedad, aprendemos, y es más utilizamos las vivencias para poder modificarlas y tratar de dejar atrás las que hacen reaccionar de una manera hostil y quedarnos sólo con las que son aceptadas socialmente.

La manera más eficiente que existe para entender y comprender la soledad del otro es por medio de la nuestra propia; siendo que todos en uno o más momentos de nuestra vida la hemos o la llegaremos a sentir. La representación que los individuos hacen de su realidad se encuentra mediada tanto por interacciones reales como simbólicas con otros individuos.

Al construir el concepto de soledad, el género influye más que por el concepto en sí, por las diferentes formas en que se les educa a los niños. El niño aprende del medio en que se desenvuelve, aprende cuáles son los comportamientos que se esperan de él para ser aceptable, interioriza los valores del grupo, y esto en neutra cultura, se encuentra con roles un tanto estrictos en relación al género. Por mucho que se diga que la igualdad de sexos ya existe, la influencia cultural es demasiado fuerte y aún a la fecha no se puede romper con ello.

El sentido que se le dé al concepto de soledad dependerá de la educación y del medio ambiente en que el individuo se desarrolla. Asch (1972), afirma que para vivir en sociedad debemos relacionar en forma razonable la experiencia privada y la pública.

Pareciera ser que a pesar de que aparentemente tienen iguales posibilidades de asimilar de la misma forma tanto mujeres como hombres, esto no es así. Mientras que las mujeres dependen de la compañía de alguien más y de preferencia de una pareja sentimental, para no sentir el estado de soledad; los hombres necesitan tener una base familiar sólida y tener bien cimentada su autoestima.

Considerando que la soledad es una emoción y que la estructura emocional de los individuos se encuentra regulada culturalmente, podemos reafirmar el hecho de que sean distintas las formas en que se maneje ésta entre hombres y mujeres. Las emociones son un fenómeno afectivo que se encuentra relacionado con "la debilidad", "el sexo fuerte" no debe ser débil, y por lo tanto el hombre debe aprender a no expresar fehacientemente que el estado de soledad le afecta de igual forma que a una mujer. Por ello y considerando los mecanismos de defensa los individuos aprende a sobrellevar los diferentes estados emocionales, de forma que su comportamiento sea "bien visto" y aceptado por los individuos con quienes interactúa cotidianamente.

Si tomamos en cuenta que la soledad como tal tiene una concepción negativa, podríamos afirmar que nadie, en estado de salud emocional sano, buscaría la soledad. Pero se hablamos de la "soledad positiva", de aquella que te permite reflexionar sobre tu propia persona, entonces pensamos que a todos nos interesa estar bien con nosotros mismos y que todos deseáramos ese estado para poder meditar, para recapacitar y preocuparnos por nuestra persona. En la investigación no encontramos diferencia significativa entre cuál de los dos sexos busca más el estar en soledad; consideramos que eso depende de una gran variedad de aspectos y de vivencia que el individuo tenga.

# **BIBLIOGRAFIA**



Asch, Sálomon. 1972. "Psicología Social". Editorial Universitaria de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

C. Calhoum y R. Sólomon. 1989. "¿Qué es una emoción?". Editorial Fondo de Cultura Económica. México.

D. E. Papalia. 1990. "Motivación y emoción" en Psicología Social. Editorial Mc Graw Hill. México.

D. Pearlman y P. C. Cosby. 1985. "Psicología Social". Editorial Interamericana. México.

E. Chinoy. 1990. "Introducción a la sociología". Editorial Paidós Studio. México.

Gómez Jara, Francisco. 1987. "Técnicas de desarrollo comunitario". Editorial Fontamara. México.

Heller, Agnes. 1980. "Teoría de los sentimientos". Editorial Fontamara. Barcelona, España.

Ibáñez, Tomás. 1995. "Psicología social construccionista". Editorial Universitaria de Guadalajara. México.

J. F. Morales. 1994. "Psicología Social". Editorial Mc Graw Hill. Madrid, España.

M. M. Rossental. (s/f). "Diccionario filosófico". Editorial Pueblos Unidos.

Miquel, Ramón. 1989. "La soledad". Editorial Planeta. México.

Ortega y Gasset. 1983. "El hombre y la gente". Editorial Espasa-Calpe S.A.

Paz, Octavio. 1992. "El laberinto de la soledad". Editorial fondo de cultura Económica. México.

P. Ekman. (s/f). "Darwin y la expresión facial". Editorial Academia. Nueva York, N. Y.

R. Dantzer. 1989. "Las emociones". Editorial Paidós Studio. Barcelona, España.

Ritzer, George. 1994. "Teoría sociológica contemporánea". Editorial Mc Graw Hill. México.

Schwartz, Howard, Jacobs. 1989. "Sociología cualitativa: Métodos para la construcción de una realidad". Editorial Trillas. México.

Taylor, S.J. y Bogdan R. 1992. "Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados". Editorial Paidós. Barcelona, España.

V. J. Vakmir. 1967. "Emoción y sufrimiento". Editorial Labor. Barcelona, España.

# **ANEXOS**

# ANEXO 1

- SOLIDAD.
- TRISTEZA.
  - AMISTAD.
  - AMABILIDAD.
  - RAZONABILIDAD.
  - ~~ACTIVIDAD~~ ~~POESIA~~

- Tristeza.
- ~~Amor~~. Desamor.
- Egoísmo.
- Inmiterío.
- Hogreño.

Edad 24 años Sexo MASC.  
Estado Civil SOLTERO  
Profesión 657. MEDICINA

Edad 27 Sexo Masc  
Estado Civil Soltero  
Profesión Sociólogo.

Vacío.  
Tranquilidad  
desesperación  
Paz  
reflexión

Tristeza  
Angustia  
Depresión.  
Melancolía.  
Desanimado.

Edad 25 Sexo F  
Estado Civil Soltera  
Profesión aux. administrativa

X  
Edad 25 Sexo FEMENINO  
Estado Civil Soltera  
Profesión Estudiante

## ANEXO 2

### GUIA DE ENTREVISTA

1. ¿Qué es para ustedes la soledad?
2. ¿Qué personas se encuentran más solas?
3. ¿Qué es lo que hace que \_\_\_\_\_ se encuentren más solos?
4. ¿Que orilla a las personas a estar solas?
5. ¿Por qué se encontrarán solos?
6. ¿Qué estados de ánimo se relacionan con la soledad?
7. ¿Por lo general qué actitud se toma ante una persona sola?
8. ¿Cuándo es buena la soledad?
9. ¿Cuándo es mala la soledad?
10. ¿Qué profesión es para ustedes la más solitaria?
11. ¿ En qué edad se presenta más frecuentemente la soledad?
12. ¿En qué casos es benéfica la soledad?
13. ¿De qué color pintarías un cuadro que represente a la soledad?
14. ¿ Por qué creen que los héroes o heroínas de algunos cuentos son en su mayoría personajes solitarios?
15. ¿Qué es lo contrario a la soledad?

### **ANEXO 3**

Para realizar los grupos focales, reclutamos a los participantes partiendo de el hecho de que necesitábamos personas que tuvieran el nivel licenciatura, titulados o pasantes. En un principio los reclutamos con una semana de anticipación, pero al darnos cuenta de que esta técnica no resultaba, porque no llegaban la mayoría de los participantes, optamos por reclutarlos con máximo dos días de antelación. Les hicimos una muy breve entrevista, que consistía en preguntarles su edad y su grado escolar, por supuesto después de haber dado una pequeña información de para que se les requería.

Los grupos estuvieron conformados por:

#### **Mujeres: 8 participantes.**

Isabel, 21 años, pasante de Lic. en Psicología Social.  
Patricia, 23 años, pasante de Ing. en Biología.  
Lucia, 22 años, estudiante de Lic. en Psicología Social.  
Consuelo, 24 años, pasante de Lic. en Sociología.  
Claudia, 26 años, egresada de Lic. en Psicología.  
Concepción, 21 años, estudiante de Lic. en Economía.  
Carolina, 23 años, pasante de Ing. en Alimentos  
Paulina, 24 años, egresada de Ing. en Computación.

**Hombres: 5 participantes.**

Ismael, 25 años, pasante de Lic. en Psicología Social.

Julio, 27 años, egresado de Ing. en Alimentos.

Pablo, 28 años, egresado de Ing. en Computación.

Odilón, 28 años, egresado de Ing. en Computación

Jaime, 27 años, pasante de Ing. Civil.

**Mixto: 5 participantes (2 mujeres y 3 hombres).**

Lucia, 27 años, pasante de Ing. en Alimentos.

Gabriela, 24 años, pasante de Lic. en Literatura.

Marco Tulio, 22 años, estudiante de Lic. de Derecho.

Carlos, 23 años, pasante de Ing. Biomédica.

Omar, 22 años, estudiante de Ing. en Electrónica

Escogimos la cámara de Gesell para la realización de los grupos porque es uno de los lugares en que sería más fácil el acceso para los participantes, puesto que los abordamos en las áreas cercanas a la universidad. La cámara presta las comodidades necesarias, comodidad, cercanía y fue un lugar que nosotras consideramos neutro para que los participantes se sintieran más en confianza. Las sesiones duraron entre hora y media y dos horas.

Está por demás señalar que tanto moderador como observador fuimos nosotras mismas, por lo que pudimos percatarnos de todos y cada uno de los detalles que ahí

ocurrieron. Se pidió la autorización de los participante para grabar la entrevista, con lo cual no tuvieron ningún inconveniente.

Al finalizar la sesión se les ofreció un pequeño refrigerio puesto los tres grupos se realizaron entre las 12:30 y las 15:00 horas, y es la hora que muchos utilizan para comer.



## **ANEXO 4**

### **GUIA DE CODIFICACION**

#### **1. DEFINICION**

#### **2. MOTIVOS**

Estados anímicos  
Tecnología

#### **3. EFECTOS**

Estados anímicos  
Tecnología  
Despersonalización

#### **4. POSITIVO**

Reflexión  
Meditación

#### **5. NEGATIVO**

Suicidio  
Muerte

#### **6. INTERNO**

Desequilibrio emocional  
Problemas interno-afectivos

## 7. EXTERNO

- Soledad física
- Falta de compañía
- Ausencia

## 8. CONTEXTO SOCIAL

- Socialización
- Formas de vida
- Cultura
- Comunicación
- Educación
- Economía
- Experiencias del otro

## 9. RELACIONES INTERPERSONALES

- Relaciones familiares
- Relaciones de pareja
- Relaciones de amigos

## 10. DIMENSION INDIVIDUAL

- Identidad
- Características personales
- Cambios físicos
- Mecanismos de defensa
- Experiencias personales