FACTORES PSICOSOCIALES EN LAS RELACIONES IGUALITARIAS: IDEOLOGÍA Y REALIDAD EN EL FENÓMENO DE LA SOLEDAD

TESIS DOCTORAL

Presentada por

FRANCISCA EXPÓSITO JIMÉNEZ

Director

DR. D. MIGUEL C. MOYA MORALES

UNIVERSIDAD DE GRANADA

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA SOCIAL Y METODOLOGÍA DE LAS CIENCIAS DEL COMPORTAMIENTO

NOVIEMBRE, 1997

A mi padre

A Pedro y José Pedro, porque ellos también
han aprendido algo sobre la soledad.
Gracias por vuestro apoyo.

A Miguel C. Moya Morales, mi director, mi amigo.

Le agradezco todo el tiempo que me ha dedicado, su apoyo incondicional y su consejo experto. Sin su ayuda y dirección, este trabajo no hubiera salido adelante. El confió en mi, y participó de mi entusiasmo por el estudio de la soledad. Con él he aprendido mucho.

Por tantas cosas... Gracias Miguel.

A los alumnos de 3° de Psicología del año académico 1996/97, que han participado directamente en la realización de algunos cuestionarios.

A los alumnos de 4° de Psicología de este mismo año académico que me han ofrecido su ayuda desinteresada para la pasación de otros tantos cuestionarios.

A todas las personas anónimas que han hecho posible que este trabajo se llevara a término, contestando en ocasiones, interminables cuestionarios y revelándonos sus sentimientos más íntimos.

A todas ellas, gracias.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

a) Tablas:

b) Figuras:

INTRODUCCIÓN

La soledad es un estado emocional que sobreviene a la persona cuando no ha logrado las relaciones interpersonales íntimas o estrechas que desea. Este estado negativo afecta a muchas personas y parece que tiende a aumentar en nuestros días, aún cuando las condiciones de vida parecen ir mejorando. Pudiera incluso hipotetizarse una posible relación entre el desarrollo del estado de bienestar y el aumento del sentimiento de soledad en las personas, en tanto en cuanto que a medida que se avanza en el logro de las necesidades básicas de los seres humanos y en la mejora de las condiciones de vida en las que ésta transcurre (condiciones de vivienda, laborales, de prestaciones sociales, sanitarias, educativas, etc.) mayores son también las expectativas de las personas por otras facetas de su vida, concretamente, las relaciones interpersonales íntimas, y por tanto, mayor es la probabilidad de experimentar la soledad.

A pesar de que la evidencia empírica muestra que la relación entre el desarrollo del estado de bienestar (tomando como indicador la calidad de vida percibida de las personas) y la soledad es, cuando existe, inversa, también existe evidencia empírica de la incidencia cada vez mayor de la soledad que ha llegado a afectar a alrededor del 25% de la población americana y en nuestro país, a un tercio de las personas que superan los 65 años de edad.

El interés por el estudio de la soledad no se ha debido exclusivamente a su creciente incidencia, sino que una de las razones que ha hecho emerger este área ha sido en parte el interés de las relaciones interpersonales en Psicología Social, hecho que a ocurrido en las últimas décadas, y que ha supuesto un avance en la investigación de diversos aspectos de las relaciones que las personas mantienen en su vida cotidiana. Si bien en un primer momento, la atención estaba puesta casi exclusivamente en el conocimiento de los factores que intervienen en la formación de los vínculos sociales (atracción,

enamoramiento, factores que intervienen en la elección de amigos y de pareja, etc.), ha sido casi generalizado el olvido en el que ha permanecido sumido el estudio de otros aspectos de las relaciones interpersonales que son de gran importancia por su posible impacto en el bienestar físico, psicológico y social de las personas implicadas. Nos estamos refiriendo a las consecuencias que para una persona tiene la ruptura de los lazos sociales más íntimos o la insatisfacción con los mismos, entre las que se encuentra la soledad.

A pesar de que existen argumentos que ponen de relieve la relevancia social de la soledad, el retraso en su investigación también ha estado justificado en alguna medida por las dificultades asociadas a su estudio. En primer lugar, han sido varias las definiciones que se han dado de la soledad, lo que en ocasiones ha llevado a que se considere ésta como la ausencia de compañía (soledad social), mientras que en otras se ha utilizado el término para referirse a una experiencia subjetiva mucho más compleja que tiene su origen en el modo en que el individuo percibe la calidad de las relaciones que mantiene (soledad emocional). Algunos autores consideran la soledad como un rasgo de personalidad, mientras que otros la consideran simplemente un estado pasajero. Para algunos, la soledad es un constructo unidimensional mientras que otros resaltan su naturaleza multidimensional.

En segundo lugar, no existe un modelo teórico que de coherencia a los resultados obtenidos en el área, ya que la mayoría de los investigadores han procedido sin guiarse por un modelo contextual y teórico que articule el desarrollo de la misma. En este sentido, existe un cúmulo de resultados inconexos procedentes de diversos enfoques y que no han contribuido demasiado a arrojar luz sobre el tema que nos ocupa.

En tercer lugar, y no por ello menos importante, la dificultad que entraña

la medida de la soledad debido al estigma social que lleva asociado. La literatura existente sobre el fenómeno de la soledad ha puesto de manifiesto que las personas solitarias son evaluadas negativamente en el contexto de las relaciones sociales, y que además, esta evaluación negativa se generaliza a otras facetas que nada tienen que ver con el ámbito relacional. Así, a las personas solitarias se las consideran incompetentes, poseedoras de características de personalidad negativas y son elegidas por los demás como amigas o como compañeras con menor frecuencia que las personas no solitarias.

No es extraño que ante este estado de cosas las personas que se sienten solas traten de ocultar sus sentimientos y no los comparta con nadie, con lo que su situación de soledad entra en un círculo vicioso del que es difícil salir. De este modo la persona solitaria aprende a creer que posee ciertas características socialmente indeseables y que carece de atributos socialmente deseables, lo cuál justificaría su situación de soledad y la perpetuidad de la misma.

Por todo lo expuesto, nos parece que el estudio de la soledad tiene una gran relevancia psicosocial, ya que lejos de lo que en un principio se pudiera pensar, la soledad no es meramente una característica de la persona que la padece como si consideramos el locus de control o la asertividad, sino que se trata de un fenómeno dinámico y complejo que transciende a la esfera social, pudiendo en ocasiones haber sido originada por la respuesta o conducta de quienes mantienen la creencia de que las personas solitarias son perdedoras sociales.

A pesar de la existencia de suficientes razones que justifican el tardío interés por este fenómeno, el desarrollo de instrumentos de medida adecuados, capaces de superar las dificultades asociadas al mismo, han hecho emerger este campo de estudio en los últimos años. Desde que Russel y colaboradores

desarrollaran la UCLA Loneliness Scale (Escala de Soledad de la Universidad de California Los Angeles) en 1980, el estudio de la soledad ha experimentado un auge inusitado.

En nuestro país, sin embargo, el estudio de la soledad es casi inexistente, si bien es cierto que en los últimos años han salido a la luz algunos estudios sociológicos sobre la situación de soledad, entendida fundamentalmente como la ausencia de compañía (soledad residencial). Sin embargo, aún no contamos con trabajos realizados sobre la soledad como experiencia emocional o trabajos que aborden el fenómeno de la soledad desde una perspectiva psicosocial. Por este motivo, los resultados que hemos ido acumulando en nuestras investigaciones han sido casi siempre comparados con los obtenidos por otros autores en países anglosajones, siendo conscientes de que algunas de las explicaciones esgrimidas por estos autores de sus resultados no son del todo extrapolables a los obtenidos en nuestros estudios dado que existe una distancia cultural que hemos de tener en cuenta y que consideramos ejerce una importante influencia en el origen y la percepción del objeto de estudio.

Tratando de salvar las dificultades asociadas al estudio de la soledad, nos ha parecido un trabajo sumamente atractivo de realizar por varias razones: 1) Por la incidencia cada vez mayor de este fenómeno entre nosotros, hecho al que no podemos permanecer ajenos ya que nuestra formación como psicólogos sociales nos hace especialmente sensibles a este tipo de situaciones; 2) Por tratarse, a nuestro juicio, de un fenómeno que hunde sus raíces en un momento social y cultural concreto y que no puede ser abordado desde una perspectiva puramente individualista y, 3) Por las consecuencias que se derivan de esta experiencia, que en ocasiones transcienden de lo meramente individual para convertirse en un problema social.

Esta tesis ha sido estructurada en seis capítulos. Los dos primeros se han dedicado a la revisión de la literatura sobre soledad existente hasta el momento. En el capítulo I presentamos una exposición de las diferentes perspectivas teóricas que se han adoptado en el estudio de la soledad, así como las definiciones que de este constructo se han dado.

El capitulo II recoge un breve repaso de las investigaciones empíricas más relevantes en el estudio de la soledad. De ellas hemos extraído las principales variables (individuales y psicosociales) que han sido con más frecuencia asociadas a dicho fenómeno, realizando una breve exposición de los principales resultados obtenidos. Para terminar, en este capítulo también se presentan los diferentes instrumentos de medida que se han desarrollado para medir la soledad y que han servido como herramientas en las investigaciones realizadas.

Ya que no existían datos referentes a la soledad desde el punto de vista psicosocial en nuestro país, creímos necesario comenzar este trabajo tratando de acercarnos de manera intuitiva a la situación real en la que nos encontramos. El capítulo III presenta dos investigaciones que fueron diseñadas para conocer de manera exploratoria la percepción que las personas en general tienen de la soledad. En el primer estudio, pedíamos a un grupo de estudiantes que pensaran en diferentes tipos de personas que pudieran sentirse solas y a continuación, que escribieran las características que definían, a su modo de ver, a cada una de las personas mencionadas. De esta manera obtuvimos una información muy valiosa y útil en tanto que nos facilitó: 1) Un conocimiento amplio de los tipos de personas que pueden sentirse solas. Las tipologías obtenidas en esta primera investigación transcendió la taxonomía de personas que tradicionalmente se ha relacionado con la soledad (adolescentes, ancianos y personas sin pareja) dándonos una impresión general de que la experiencia de la soledad puede

afectar a cualquier persona sea cual sea su sexo, edad y condición social. 2) Las principales características que definen a las personas que se sienten solas. Tales dimensiones coinciden en parte con las recogidas en la literatura revisada sobre la soledad y hacen referencia principalmente a las características de la red social de la persona (apoyo social), a su situación sentimental (tiene o no pareja) y variables como el atractivo físico o la controlabilidad.

No obstante, no hemos pretendido con esto establecer una relación causal entre las dimensiones encontradas en nuestra investigación y el sentimiento de soledad de las personas, más bien se trata establecer qué circunstancias o condiciones rodean generalmente a la experiencia de soledad.

En el capítulo III también hemos incluido un inventario desarrollado por Rokach y Brook (1997) sobre la experiencia de la soledad que nos permitió conocer qué experimentan realmente las personas cuando se siente solas, a qué causas atribuyen su soledad y qué estrategias ponen en marcha para afrontar la situación de soledad. Los resultados obtenidos, en general, coinciden en lo esencial con la literatura sobre el tema, lo cuál nos sirvió de apoyo para investigaciones posteriores.

El verdadero objetivo de esta primera fase exploratoria fue extraer una información necesaria sobre la que, con ayuda de la literatura sobre el tema, poder empezar a investigar en el fenómeno de la soledad tal y como esta experiencia se vive en nuestro país. La información obtenida por estos análisis exploratorios sirvió de piedra angular de otras dos investigaciones sobre aspectos muy concretos relacionados con la soledad y que fueron tratados de manera pormenorizada en los siguientes capítulos.

En el capítulo IV se recoge una investigación que tenía como objetivo

estudiar la relación existente entre el Apoyo Social (AS) y la soledad. El AS ha sido una de las variables psicosociales que más tradición empírica ha tenido en relación con la soledad, hasta el punto de que en ocasiones se ha definido la soledad como la falta de Apoyo Social, mostrando ambos constructos como los dos extremos de una misma dimensión. Uno de los objetivos de la investigación fue, precisamente, demostrar que si bien Apoyo Social y soledad están relacionados, se trata de conceptos diferentes. El AS es un constructo multidimensional y cada una de las dimensiones tendrá un efecto específico sobre la soledad de las personas, así pues, pensábamos que el apoyo de tipo emocional y empático ejercería una mayor influencia en la soledad de las personas que el apoyo de tipo informativo y tangible.

Los resultados de esta investigación mostraron claramente dos cosas: 1) que lo más importante del AS en relación con la soledad de las personas no son los aspectos cuantitativos (instrumentales) sino por el contrario, los aspectos cualitativos (Expresivos); 2) que no todas las fuentes suministradoras de apoyo social tiene el mismo efecto en la soledad de las personas, de modo que el apoyo que proviene de las fuentes con las que el sujeto mantiene una relación más estrecha e íntima tiene mayor influencia en la soledad de las personas.

La revisión de la literatura sobre soledad ha resaltado la importancia de un confidente en la atenuación de la soledad así como la importancia de poseer una pareja o compañero sentimental. El capítulo V presenta una investigación encaminada a tratar de poner de manifiesto la influencia que las relaciones de pareja tienen en la soledad de las personas. En las relaciones de pareja existen dos dimensiones claramente diferenciadas: 1) los aspectos cuantitativos (interdependencia), como el tiempo que la pareja pasa juntos, las actividades que realizan en común, la influencia que un miembro de la pareja ejerce en la vida del otro, etc.; 2) los aspectos cualitativos (calidad) que hacen referencia la

satisfacción que se deriva de dicha relación. Era de esperar que cada una de estas dos dimensiones tuvieran un efecto diferente en la soledad de las personas implicadas en la relación.

Si bien en un principio, la soledad ha estado asociada a personas sin pareja (solteros/as, viudos/as y separados/as), numerosas investigaciones más recientes han puesto de manifiesto que las personas casadas o con pareja estable no están exentas de experimentar la soledad. Por tanto, ¿qué es lo ejerce más influencia en la soledad de las personas: tener pareja o la calidad de la relación que la persona mantiene con su pareja?.

La conclusión a que nos llevó esta investigación viene a corroborar una vez más que lo más importante para una persona no es el hecho de tener o no una relación estrecha con otra persona sino lo satisfecha que esté con dicha relación, en tanto que ésta le permite satisfacer si no todas, muchas de las expectativas de apoyo, intimidad y apego, que todos buscamos para la satisfacción plena en la vida.

CAPÍTULO 1

APROXIMACIÓN PSICOSOCIAL AL FENÓMENO DE LA SOLEDAD

1. LA NECESIDAD DE RELACIONES INTERPERSONALES

Una motivación humana fundamental es la necesidad de establecer vínculos sociales o pertenecer a una comunidad de personas. Según la *Teoría de la pertenencia* (Baumeister & Leary, 1995), el ser humano cuenta con mecanismos suficientes para formar y mantener un mínimo de relaciones interpersonales duraderas, positivas y significativas. Para conseguirlo, es necesario que se den dos condiciones básicas, por un lado, es necesario un número de interacciones frecuentes y agradables con unas pocas personas; y por otro, la existencia de un contexto estable y seguro en el que tales relaciones puedan tener lugar.

Pero la hipótesis de que la gente está motivada para formar y mantener lazos interpersonales no es nueva. Autores como Freud (1930), Maslow (1968) y Bowlby (1969, 1973), por citar algunos, han resaltado la importancia de los lazos afectivos entre los seres humanos. Esta perspectiva nos permite retomar la importancia que las fuerzas y motivaciones psicológicas tienen como motor de la humanidad. La necesidad de formar y mantener relaciones interpersonales es innata en los seres humanos y tiene una base evolucionista aportando beneficios para la reproducción, la supervivencia, el alimento, etc. El resultado de esa selección natural podrían ser los mecanismos internos a los que hacíamos mención anteriormente, que conducen al ser humano a formar parte de un grupo social y a establecer relaciones duraderas. Tales mecanismos incluyen, por tanto, una tendencia a orientarse hacia los demás miembros de la especie, a experimentar angustia afectiva cuando somos privados de contacto social o afecto así como la tendencia a sentir placer o estados afectivos positivos con el contacto social y las relaciones interpersonales. Pero a diferencia de otras teorías, como la de Freud o la Teoría del Apego de Bowlby, para quienes es

importante la persona y la relación concreta de la que se trate, la ***teoría de la pertenencia*** se refiere a una necesidad de relación que en principio, va dirigida a cualquier ser humano y, cuya pérdida puede ser reemplazada por una relación con cualquier otra persona. Obviamente hemos de resaltar que cuando sustituimos una relación que hemos mantenido de forma duradera por otra relación nueva, necesitamos un tiempo determinado para lograr el nivel de intimidad y amistad necesarios para que la relación sea gratificante. El contacto social con personas íntimas es más satisfactorio que el que obtenemos en contactos sociales con extraños o con nuevos conocidos. No se trata de una mera necesidad de contacto social sino de la búsqueda de relaciones deseadas, positivas y placenteras.

La revisión de la *teoría de la pertenencia* nos permitirá ir enlazando los distintos pasos que hemos seguido en el estudio sobre las relaciones interpersonales y más concretamente en el estudio de la soledad.

La idea de que las personas necesitamos unas relaciones que se caracterizan por vínculos sociales frecuentes y un contacto continuo fue recogida por Weiss (1973), para quien la soledad podría precipitarse cuando, o bien existiera una cantidad de contacto social insuficiente (soledad social), o bien se diera una pérdida de intimidad y de significatividad en las relaciones existentes (soledad emocional).

La *teoría de la pertenencia* nos sirve por un lado para justificar la importancia y universalidad de la motivación de mantener vínculos interpersonales, y por otro, para considerar las consecuencias negativas que pueden derivarse de la no satisfacción de tal necesidad. Para entender mucho mejor el alcance de nuestro planteamiento, vamos a hacer un breve recorrido

por las principales predicciones que desde esta teoría se establecen, y que pueden sintetizarse en las siguientes: Primero, existe una tendencia casi innata del ser humano a formar grupos y a adoptar determinadas conductas que en ocasiones vienen determinadas por su pertenencia a dichos grupos; segundo, como consecuencia de esa búsqueda de pertenencia a ciertos grupos y al establecimiento de relaciones con los demás, se desarrolla una conducta generalizada de evitación a deshacer los lazos que previamente hemos establecidos, aunque en ocasiones, estos no sean gratificantes para el individuo; tercero, las personas emplean una parte importante de su procesamiento cognitivo a las interacciones y relaciones interpersonales que mantienen; cuarto, los cambios que se producen en el estado de las relaciones que las personas mantienen con los demás tienen un efecto, de modo que si del desarrollo de las relaciones se pueden derivar emociones tanto negativas como positivas, y por último, en quinto lugar, *la teoría de la pertenencia* establece que la falta de sentido de pertenencia o vínculos sociales pueden conducir a una gran variedad de efectos indeseables para la persona.

Debido a la importancia que estas predicciones tienen para nuestro estudio vamos a centrarnos más detenidamente en cada una de ellas.

En primer lugar, la *teoría de la pertenencia* predice que los lazos o vínculos sociales se forman con relativa facilidad sin requerir para ello unas circunstancias específicas. Ejemplos de esta realidad aparecen en Antropología, cuando se afirma que en todos los seres humanos se dan grupos naturales (Coon, 1946) y especialmente en Psicología Social. Valgan como ejemplos los estudios de Sherif (1961) en los que la creación de grupos llevaba a la atracción intragrupal y a la rivalidad intergrupal, las investigaciones generadas a partir del paradigma del grupo mínimo (Tajfel & Billis, 1971) en las que la pertenencia

a un grupo sobre una base mínima estaba relacionado con el favoritismo endogrupal y la discriminación exogrupal, o la investigación de Festinger y colaboradores (1950) en la que se encontró que la proximidad física era un factor estrechamente relacionado con la atracción interpersonal.

En segundo lugar, las personas somos bastante reacias a romper vínculos sociales, o dicho de otra manera, tratamos por todos los medios de preservar nuestras relaciones y evitamos romperlas. Una muestra de esta realidad son las tradicionales tarjetas de Navidad que mantienen en contacto a la gente tan solo mediante una postal que envían una vez al año. Hazan y Shaver (1994) decían que la tendencia del ser humano a responder ante las rupturas con ansiedad es una respuesta universal y que se da en todas las culturas y a lo largo de toda la vida de las personas. Incluso en las relaciones sociales que están limitadas por factores externos, como pueden ser los grupos que se forman para una actividad específica y con una duración concreta, los grupos de trabajo, encontramos que la gente se resiste a romper los vínculos que han establecido, y ponen en marcha estrategias encaminadas a perpetuarlos (por ejemplo, se intercambian los teléfonos, prometen quedar para salir, etc.).

En tercer lugar, las personas dedicamos una cantidad considerable de nuestro procesamiento cognitivo a las interacciones y relaciones interpersonales. En general, se piensa más acerca de otras personas con las que nos relacionamos y en interacciones concretas que acerca de la gente en general. Por ejemplo, Sedikides y cols. (1993) mostraron que las relaciones son categorías naturales, esto es, que las personas espontáneamente clasifican la información que reciben en términos de relaciones sociales. Además, muchos de los sesgos que las personas mostramos cuando procesamos la información, por ejemplo favorecernos a nosotros mismos, también se ha encontrado que

aparecen cuando procesamos la información relativa a las personas con las que tenemos una relación más estrecha. Por ejemplo, Fincham y cols. (1987) encontraron que el sesgo autofavorecedor consistente en atribuirnos mayor responsabilidad por nuestros éxitos que por nuestros errores también se aprecia cuando un miembro de la pareja interpreta los resultados del otro miembro.

En cuarto lugar, la principal implicación emocional de la hipótesis de la pertenencia es que los cambios reales, potenciales o imaginados en el estado de pertenencia de una persona producirán respuestas emocionales que serán positivas si se han producido incrementos en el establecimiento de vínculos, o negativas si lo que se ha producido es un descenso en el número de vínculos. Si la situación se hace duradera o crónica, los efectos serán mayores.

Al referirnos a la respuesta emocional positiva, quizás el prototipo de este tipo de respuestas sea enamorarse, aunque también pueden resultarnos familiares otras situaciones como conseguir un nuevo empleo, el nacimiento de un hijo, una conversión religiosa, etc. Cuando nos situamos en el otro extremo, esto es, el estado afectivo negativo que sobreviene de la disolución de lazos sociales, podríamos señalar como la más significativa, la soledad. La gente se siente sola cuando ha perdido relaciones importantes para ella. La soledad refleja "*una percepción subjetiva del individuo de deficiencias en sus relaciones*" (Russell et al., 1984). En otras palabras, la gente se siente sola cuando sus vínculos o relaciones de pertenencia son insuficientes a las deseadas. Sin embargo, es el sentido de pertenencia más que el mero contacto social, el factor crucial. El contacto social por sí solo no amortigua los efectos de la soledad. La gente que se siente sola no difiere significativamente de la que no se siente así en la cantidad de tiempo que pasan con otras personas, más bien lo que se observa es que la gente que se siente sola pasa menos tiempo con amigos

íntimos o con la familia- esto es, con aquellas personas que con más probabilidad podrían satisfacer sus necesidades de pertenencia (Jones, 1981). Se han encontrado correlaciones muy altas (-.71) entre sentirse sólo y sentirse incluido y aceptado por otros (Spivey, 1990). Por tanto, la soledad parece ser más una cuestión de pérdida de conexiones íntimas que la pérdida de contacto social en general (Reis, 1990; Wheeler et al., 1983).

Aunque hemos resaltado las consecuencias emocionales directas que producen los cambios en el estado de pertenencia de la persona, también existen otras influencias indirectas de las relaciones de pertenencia sobre las emociones y sentimientos. Los procesos emocionales pueden cambiar y de hecho son diferentes cuando estamos ante una relación de amistad, una relación laboral o una relación afectiva íntima. De alguna manera, la existencia de ciertos lazos interpersonales cambian la forma en que uno responde emocionalmente a las representaciones y acciones de las personas implicadas en esa relación y además, intensifican muchas reacciones emocionales. *La teoría del mantenimiento de la autoevaluación* de Tesser (1988) ha elaborado más detalladamente estos procesos. Según esta teoría las personas necesitan evaluarse a sí mismas y necesitan sentirse bien con los resultados de estas evaluaciones. El éxito o fracaso de otras personas puede tener consecuencias para estas auto-evaluaciones: pueden hacerles sentirse bien (asociándose al éxito de esa persona) o pueden hacerles sentirse mal (si la otra persona supera al individuo). El que se de una u otra consecuencia depende de tres factores: a) la cercanía psicológica que exista entre los dos individuos, b) la relevancia de la dimensión de comparación para la auto-definiciones del perceptor, y c) la calidad de los resultados propios y ajenos. Cuanto más cerca está la otra persona del perceptor más probable es que sus éxitos o fracasos le afecten (cuanto más lejana, menos le afectarán). Si le afectan negativamente el perceptor intentará

distanciarse. El que le afecten los resultados positiva o negativamente depende tanto de cuál sea el resultado (mejor o peor que el perceptor) como de cuál sea la dimensión de comparación. Así, si la otra persona supera al perceptor en una dimensión que es importante para él, lo más probable es que se sienta mal; si lo supera en cambio en una dimensión que no es importante, entonces puede sentirse bien, asociándose a ese éxito. Por ejemplo, si para un individuo el éxito académico es muy importante, el que uno de sus amigos también lo obtenga puede serle amenazante; en cambio, que este amigo tenga éxito en los deportes- algo que a él no le llama la atención- no le amenaza e incluso, si el éxito es grande puede sentirse orgulloso de ser su amigo (Morales & Moya, 1996).

La última predicción de la *teoría de la pertenencia* establece que la falta de sentido de pertenencia o de vínculos sociales puede conducir a una gran variedad de efectos indeseables entre los que se incluye un deterioro en la salud física y mental, así como efectos sobre la felicidad y el bienestar general del individuo.

Una línea de investigación cuyos resultados avalan las predicciones de la *teoría de la pertenencia* es la realizada sobre Apoyo Social. El Apoyo Social se ha definido como "*la ayuda, consejo, bienestar e información que uno recibe de su red social incluyendo la familia, amigos, compañeros de trabajo y vecinos*" (Cobb, 1976). Las investigaciones en este área señalan que el apoyo social amortigua los efectos del estrés y ayuda a enfrentarse a los sucesos negativos de la vida (enfermedad, muerte de un familiar, pérdida del empleo, etc.)(Cohen et al., 1986).

Para entender los efectos de la falta de sentido pertenencia es necesario retomar lo que decíamos al principio respecto a las premisas de la *teoría de la*

pertenencia. Por un lado, la gente necesita contactos frecuentes con una pocas personas y por otro, un contexto estable y seguro. Pues bien, existen personas que pueden contar con lo uno pero no con lo otro. Algunos ejemplos de situaciones en las que las personas carecen de las interacciones deseadas aunque dispongan de un contexto estable y seguro que pudiera contribuir a ello serían las personas que están en prisión, las madres que han sido separadas de sus hijos, etc. Weiss (1973) encontró que las amas de casa esposas de hombres que habían sido trasladados a un área de Bóston decían sentirse muy solas debido a que habían estado privadas de interacciones sociales la mayor parte del tiempo, no tenían amigas en ese lugar, sus maridos estaban muy ocupados con sus nuevos empleos, etc. Las relaciones a larga distancia ofrecen otro ejemplo de ello. En general, tener una relación sin interacciones frecuentes sólo ofrece una satisfacción parcial.

El caso contrario, esto es, tener interacciones frecuentes y carecer de una relación estable, también produce insatisfacción. Según Weiss (1973) "*la soledad no es simplemente un deseo de compañía, cualquier compañía, sino más bien la necesidad de una relación muy específica*". Este planteamiento fue confirmado por Wheeler y cols. (1983) cuando observaron que la soledad es independiente de la cantidad de contacto social que la persona mantenía. En general, lo que esto viene a decir es que la gente parece preferir unos pocos amigos íntimos en lugar de tener un gran número de encuentros sociales esporádicos o pasajeros (Caldwell & Peplau, 1982). No obstante, no todas las relaciones de este tipo satisfacen las necesidades de pertenencia. Para que eso sea así, hemos de partir de la base de que tales relaciones sean deseadas y positivas. Un matrimonio feliz aporta bienestar y felicidad; sin embargo, un matrimonio mal avenido puede llegar a producir en la persona todos los síntomas negativos que produce la falta de vínculos sociales. Por tanto un

elemento importante en este tipo de relaciones o vínculos es la reciprocidad, esto es, el afecto, cariño y el cuidado mutuo. La reciprocidad es una norma universal, de modo que el deseo de recibir ayuda de otras personas correlaciona altamente con el deseo de ayudar y responder a las necesidades de los demás (Clark, 1987).

Dos conceptos importantes que introduce la *teoría de la pertenencia* son los de *saciedad* y *sustitución*. El término *saciedad* se utiliza para indicar que existe un descenso en la motivación cuando la necesidad de pertenencia ya está satisfecha. Por ejemplo, cuando una persona cuenta con un número suficiente de amigos que satisface sus necesidades de pertenencia y a los que se siente unida, no suele buscar otras relaciones con personas diferentes, creándose así un círculo de relaciones muy estrechas e íntimas en el que uno se mantiene más o menos de forma estable. Consistente con la hipótesis de la saciedad, las personas parecen creer que, en términos de amistad, la calidad es bastante más importante que la cantidad. El concepto de *sustitución* se refiere al reemplazamiento de un vínculo social por otro, esto es, que la gente rompe sus relaciones con mayor probabilidad si saben que es posible iniciar otra con relativa facilidad. Por ejemplo, Vaugham (1986) observó que cuando los matrimonios comenzaban a desarrollar problemas importantes que podrían llevar a una disolución de la relación, los individuos a menudo empezaban a buscar nuevos amigos y relaciones. En un primer momento, nos mostramos reacios a romper los viejos vínculos, es cuando hemos iniciado vínculos y relaciones nuevas, cuando nos vamos alejando de los anteriores, produciéndose de este modo una sustitución. Un ejemplo de ello puede ser lo que ocurre cuando nos trasladamos de ciudad, cambiamos de colegio o nos mudamos de barrio. En este caso seguimos manteniendo contacto con las personas que ya conocemos a pesar de la distancia, pero cuando hemos conocido otras personas

en ese nuevo lugar, poco a poco vamos olvidándonos de las anteriores que han sido sustituidas por las que ahora tenemos más cercanas. Evidentemente, no todas las relaciones son igualmente intercambiables. Las relaciones basadas en el amor romántico ofrecen una variedad de satisfacciones (de apego, intimidad, autorrevelación) que no son fácilmente reemplazables por ninguna otra relación. Es entonces, cuando la persona no encuentra esa relación estrecha y satisfactoria cuando aparecen los sentimientos de soledad.

Como resumen de este apartado podemos decir que la necesidad de pertenencia es innata y universal en la especie humana y es por ello que gran parte de la conducta humana, las emociones y pensamientos, son influidos por esa motivación interpersonal. No es extraño, por tanto, que la pérdida de tales vínculos suponga un déficit severo que puede llegar a generar una gran variedad de síntomas y patologías, entre ellas, la soledad.

2. LA SOLEDAD

En Psicología Social se ha prestado con frecuencia atención a las relaciones interpersonales. De hecho, en ocasiones esta disciplina ha sido definida como el estudio de las relaciones o interacciones entre las personas. Sin embargo, el estudio de las relaciones no ha sido abordado de forma tan abundante como los planteamientos teóricos hacían esperar. Si bien se puede admitir que el avance teórico y la investigación empírica han sido, en algunos temas- como la atracción- considerable, menos numerosos han sido los estudios que se han centrado en la ausencia de relaciones interpersonales, esto es, en la soledad.

En los últimos 20 años, sin embargo, las investigaciones sobre soledad han experimentado un importante aumento. Una de las explicaciones de este auge podría estar en el hecho de que la soledad es algo bastante extendido en nuestra sociedad, afectando a un gran número de personas y con consecuencias bastante negativas sobre nuestro bienestar. La sociedad en la que vivimos, una sociedad individualizada, despersonalizada y competitiva, ha contribuido a ello. En el mundo occidental, en los últimos años ha cambiado el concepto y la estructura de las familias, viéndose reducidas a las personas con las que compartes la casa, ya sean los padres, hermanos y hermanas o el cónyuge y los hijos. Numerosos datos ponen de manifiesto que la configuración de las familias de hoy es diferente a la de hace 20 o 30 años. La familia nuclear está compuesta por menos niños que antes, de manera que las parejas con 3 o más hijos han disminuido considerablemente. En cambio, han aumentado las familias monoparentales. En el año 1970 el número medio de hijos por mujer en España era de 2.90 mientras que en el año 1989 era de 1.36 (Instituto de la Mujer, 1992). Por otra parte, y como consecuencia del ritmo de vida acelerado, especialmente en las grandes ciudades, las relaciones con los amigos se han vuelto casi inexistentes y el número de contactos sociales se ha reducido considerablemente. Todo lo anterior ha contribuido a que las personas sientan probablemente más que nunca la soledad.

Otro hecho constatado es que en los últimos años se está experimentando un gran incremento en la demanda de ayuda psicológica de personas con problemas de aislamiento, dificultad para relacionarse y en definitiva, gente que se siente sola. Cada vez es más frecuente atender en las consultas de psiquiatras y psicólogos a personas que se quejan de no tener la cantidad de relaciones deseadas y/o de que estas relaciones les producen insatisfacción. La sociedad por su parte, también se está adaptando a este

fenómeno tan extendido y una prueba de ello son los cada vez más numerosos Grupos de Ayuda Mutua y las Asociaciones que emergen para solucionar cualquier problema, ya sea de salud, de adaptación, social, etc., pero que en el fondo, suplen la falta de apoyo social, tan importante y necesario para nuestro bienestar físico y mental.

A) Evolución histórica de la investigación sobre soledad

La investigación sobre soledad ha pasado por varias etapas más o menos diferenciadas. Inicialmente, como suele ocurrir cuando se empieza en un nuevo campo de investigación, se realizaron algunos estudios de carácter exploratorio. Este período correspondió a la década de los 70.

En una segunda etapa, que abarcó los años 80, se trabajó en el refinamiento de las técnicas de medida, se postularon modelos conceptuales y se probaron algunas hipótesis. En esta época se publicaron algo más de 25 trabajos sobre el tema en el *Journal of Personality and Social Psychology* y en el *Personality and Social Psychology Bulletin*. Quizás uno de los aspectos más destacables de este período fuera el hecho de que muchos de los estudios realizados produjeron resultados inesperados. Tal es el caso de la correlación encontrada entre soledad e inmunodeficiencia (Kiecot-Glaser et al., 1984), el hecho de que la gente de avanzada edad se encontraran menos sola que los jóvenes (Schmidt & Kueder, 1985), la relativa independencia entre soledad y la cantidad de contacto social (Wheeler, Reis & Nezlet, 1983), la presencia de características de personalidad asociadas a la gente solitaria (como hostilidad y tendencia a rechazar a los demás) (Jones, Freeman & Goswick, 1981) e incluso la estabilidad de la soledad a través del tiempo (Cutrona, 1982). Resultados todos ellos no contemplados en ninguna de las hipótesis iniciales y

que no hicieron otra cosa que entorpecer un poco el avance en el entendimiento y delimitación del fenómeno de la soledad.

En la tercera etapa de investigación, que se sitúa en la década actual, se han realizado algunos avances en la teorización con el fin de asimilar y acomodar los hallazgos empíricos.

En opinión de W.H. Jones (1987), los investigadores de la soledad han procedido en gran medida sin guiarse por una perspectiva teórica y sin producir una estructura explicativa que diera cuenta de los patrones encontrados en los resultados empíricos. Además, la mayoría de los investigadores continúan conceptualizando la soledad como algo simple, como un constructo unidimensional, a pesar de la distinción original de Weiss (1973) entre soledad emocional y soledad social, y a pesar de que los análisis factoriales efectuados sobre las medidas más usadas de soledad rara vez han encontrado la presencia de un solo factor, como se suponía (Schmidt & Sermat, 1983). No obstante, tales distinciones raramente han sido incorporadas en las investigaciones.

Una de las constantes en la investigación sobre este tema ha sido la tendencia a entender el sentimiento de soledad como sinónimo de la cantidad y calidad de las relaciones que tiene una persona. Icheiser (1970) decía que cuando preguntamos a alguien sobre sus relaciones, la persona nos da información sobre sus percepciones, expectativas, personalidad, emociones y experiencias, pero no revela casi nada sobre las personas implicadas en la relación ni sobre las relaciones en sí mismas. La visión que tiene una persona de sus relaciones sociales está profundamente influenciada por factores internos del propio individuo (expectativas, deseos, necesidades, etc.). En este sentido, el estudio de la soledad debe ser el estudio de un síndrome interno o un estado

subjetivo y no únicamente el estudio de las relaciones sociales como tales. A pesar de que la soledad ha sido mayoritariamente medida a través de la UCLA Loneliness Scale (medida centrada en las relaciones sociales que mantiene el individuo), también se ha observado que está relacionada con factores de personalidad y estados cognitivos-emocionales ya que la UCLA Loneliness Scale mide la soledad como "*la respuesta emocional del sujeto a la discrepancia entre los niveles de contacto social deseados y los niveles logrados*" (Peplau & Perlman, 1982). No obstante, en orden a situar la soledad en el contexto de las relaciones interpersonales, debemos ir más allá de un análisis exclusivamente individualista y considerar cómo las otras personas implicadas perciben la relación.

B) Cuestiones metodológicas previas

Tal y como hemos indicado anteriormente, un período clave en el avance de la investigación sobre soledad lo constituyó aquél, en los años 70, en el que se desarrollaron diversos instrumentos y escalas de medida, siendo la escala más conocida y utilizada la UCLA Loneliness Scale (Russell et al., 1978, 1980), de la que existen tres versiones.

Dado que los aspectos metodológicos van a ser tratados en apartados posteriores, no consideramos oportuno extendernos demasiado en ellos. No obstante, resumiremos brevemente los aspectos metodológicos más relevantes que se han suscitado en el estudio de la soledad desde sus orígenes, dado que estos aspectos reflejan importantes debates conceptuales o teóricos.

Una de las primeras cuestiones que fueron planteadas al diseñar los distintos instrumentos de medida, fue la conveniencia o no de incluir el término

"soledad" en la escala de medida. Borys y Perlman (1985) opinaban que hacerlo afectaría negativamente a las puntuaciones de los varones precisamente porque la soledad no es igualmente aceptable en los varones que en las mujeres. Pero por otra parte, no hacerlo provocaría bastante disconformidad o incongruencia con lo que mide la escala en concreto. Sin embargo, y dada la complejidad del objeto de medida, es bastante difícil diagnosticar si una persona está sola cuando dicha persona se niega a definirse así misma de esa manera. A pesar de todo, entre todas las medidas que iremos revisando en apartados posteriores, veremos como algunas incluyen el término "soledad" mientras que otras no lo hacen.

Un segundo aspecto que se consideró fue cuáles serían los indicadores de soledad que una medida concreta debía resaltar. Como argumentaron Shaver y cols. (1987) las emociones son sistemas muy complejos que se ponen en marcha basándose en unos valores, deseos e intereses implícitos y explícitos, que son provocadas por percepciones de eventos relevantes para tales valores, deseos e intereses y que incluyen tendencias de acción (con componentes tanto fisiológicos, psicológicos y conductuales) destinadas a responder funcionalmente a las percepciones y valoraciones iniciales. Por tanto, dada esta complejidad, los investigadores pueden focalizar su atención en las necesidades o intereses ("Tener a alguien que me de apoyo emocional"), en las situaciones percibidas o valoradas ("No tengo a nadie con quien hablar"), en las experiencias afectivas ("Me siento solo"), en los cambios psicofisiológicos o en la misma conducta del sujeto.

Una tercera cuestión fue la propia estructura del concepto de soledad. ¿Se trata de un constructo unidimensional o multidimensional?, Weiss (1973) distinguió dos tipos de soledad, social y emocional, y algunos autores han

ideado escalas de medida para captar tal distinción. No obstante, existen otras escalas que tratan de focalizar su atención en algún tipo de déficit social y/o psicológico que bien pudiera ser la causa de la soledad.

Por último, también es digno de reseñar la cuestión del carácter estable o temporal de la soledad. Se ha tratado de averiguar si la soledad es un rasgo disposicional del individuo o por el contrario es un estado más o menos transitorio y que obedece a una situación concreta, o es ambas cosas. Esta distinción no solo es importante para futuras investigaciones sino de cara a una posible intervención terapéutica y preventiva.

Además de todas las escalas e inventarios desarrollados para medir la soledad, también se han diseñado índices directos de soledad en los cuáles se pedían a los sujetos información respecto a sus relaciones sociales (por ejemplo: la frecuencia con la que la se había sentido solo en su vida, el número de veces que se había sentido solo en las últimas dos semanas, el número de amigos íntimos que poseía, el tamaño de su red social, etc.) y actividades sociales (por ejemplo: con qué frecuencia ha cenado solo, ha salido solo durante el fin de semana o ha realizado actividades con amigos, etc.).

C) Definición de soledad

El impulso en los estudios sobre soledad se debe en gran medida a las aportaciones de Weiss (1973) quien abordó este fenómeno desde una perspectiva descriptiva más que definicional. Weiss propuso la existencia de dos tipos de soledad: "aislamiento emocional" y "aislamiento social". Según Weiss (1973), estas dos formas de soledad resultan de déficits sociales diferentes, de modo que la **soledad social** resulta de la pérdida de una red de relaciones

sociales en la que el sujeto pueda sentirse parte de un grupo con el que comparte intereses y actividades comunes, mientras que la **soledad emocional** resulta de la pérdida de una relación íntima y estrecha con otra persona. Lo que subyace a la tipología propuesta por Weiss no es otra cosa que su creencia de que las relaciones sociales obedecen a diferentes necesidades interpersonales y ofrecen diferentes "provisiones sociales" (Weiss, 1974). Tales provisiones son: *apego* (suministrado por relaciones en las que la persona recibe un sentido de seguridad y protección); *integración social* (aportada por una red de relaciones en las que los individuos muestran intereses y preocupaciones comunes); *oportunidad de crianza* (derivada de las relaciones en las que la persona se siente responsable del bienestar de la otra persona); *confirmación del propio valor* (suministrada por relaciones en las que la habilidad y aptitudes de la persona le son bien reconocidas); *alianza segura* (derivada de las relaciones en las que la persona cuenta con asistencia bajo cualquier circunstancia); y por último, *consejo* (suministrado por relaciones con personas fidedignas y con autoridad quienes pueden aportar consejo y ayuda). Cada una de estas provisiones es aportada por una fuente específica (esposa/o, amigos, hijos, compañeros de trabajo, familia, profesores, sacerdotes, etc). Si éstas son las principales provisiones sociales, podemos esperar que las deficiencias en alguna de ellas pueden dar origen a diferentes tipos de angustia. De hecho, los déficits en el apego están relacionados con la soledad emocional y los déficits en la integración social lo están con la soledad social. Este planteamiento pone de manifiesto que la soledad social y emocional tienen diferentes precursores y que además estos déficits suscitan en el sujeto experiencias subjetivas y sentimientos diferentes. Así pues, la persona que se siente emocionalmente sola estará siempre valorando a los demás como potenciales suministradores de las relaciones que ella misma necesita, mientras que la persona que se siente socialmente sola se caracteriza por sentimientos de aburrimiento, bajo estado

de ánimo y marginación (Weiss, 1973).

Los resultados de las investigaciones han corroborado que las consecuencias de cada uno de estos tipos de soledad son diferentes, así como también lo son las estrategias de afrontamiento que cada una pone en marcha. La soledad social tiene como consecuencia la ansiedad y en ocasiones la depresión, mientras que la soledad emocional tiene como principal consecuencia la depresión. Este dato no sólo es importante como elemento diferenciador sino también como herramienta terapéutica. El que una persona se sienta de una u otra forma va a repercutir en las estrategias de afrontamiento encaminadas a solucionar su problema. La soledad emocional conduce a la persona a buscar una relación estrecha con otra, para lo cuál va a poner en marcha estrategias de afrontamiento tanto cognitivas (e.g. pensar acerca de cómo sobreponerse a la soledad y de por qué ha terminado sintiéndose así) como conductuales (e.g. tratar de hacer cosas para reunirse con gente nueva y hacer algo para parecer más amigable). La soledad social, en cambio, motiva a la persona a buscar un grupo en el que poder participar y realizar actividades, y las estrategias de afrontamiento que suscita son fundamentalmente cognitivas (Russell, Cutrona, Rose & Yurko, 1984).

Posteriormente, Sadler y Johnson (1980) distinguieron tres tipos de soledad: *autoenajenación, extrañamiento y soledad existencial.* Si bien muchas de estas definiciones no han sido empíricamente probadas, es cierto que en general reflejan una visión negativa de la soledad, aunque a veces uno tiene experiencias positivas asociadas a ella. Un ejemplo de ello estaría en el tipo de soledad que buscan los religiosos, escritores o la que cada uno de nosotros deseamos en un momento dado. A este tipo de soledad se la ha llamado sin embargo, con el término "aloness". En español este término podría traducirse

como "solitariedad" o "aislamiento". No obstante algunos autores españoles han utilizado los términos soledad y solitariedad con sentido inverso al que acabamos de exponer, así María Moliner dice "solitario" para referirse a una persona que busca la soledad, resaltando el aspecto positivo del concepto. Nosotros, al igual que la mayoría de los estudiosos del tema, utilizaremos el término soledad para referirnos al sentimiento o emoción negativa. No obstante, al referirnos a individuos utilizaremos indistintamente los términos "sentirse solo" y "solitario" pero igualmente con una connotación negativa.

También se ha diferenciado entre el "estado emocional de soledad", como el que se experimenta en un momento dado y por una causa concreta, (pérdida de un ser querido, traslado a una ciudad desconocida, etc.) y "el rasgo de soledad", como una característica relativamente estable de personalidad.

La definición más aceptada de soledad ha sido sin duda la que aportan Peplau y Perlman (1982) para quienes se trata de "*una discrepancia subjetiva entre el nivel de contacto social logrado y el deseado*". A partir de esta definición se han elaborado varios modelos que tratan de explicar por qué la gente se siente sola y cuales son los principales constructos relacionados con ella.

3. MODELOS EXPLICATIVOS DE LA SOLEDAD

Seguidamente presentamos algunos de los modelos teóricos que más se han desarrollado y utilizado en el entendimiento de la soledad. La utilización de tales modelos ha tenido bastante impacto en la investigación sobre el tema. Por un lado, porque han servido como fuente de la que poder extraer información

necesaria para diseñar las hipótesis a probar y, por otra parte, porque han servido como armazón teórico y lógico en el que poder acomodar los distintos resultados que la investigación empírica ha ido arrojando.

A) El sistema de apego y el ciclo vital

Weiss (1973) cree que la soledad como aislamiento emocional es una extensión del sistema de apego en la infancia, coincidiendo en este sentido con el modelo de apego de Bowlby (1969), según el cuál la soledad emocional tendría orígenes biológicos basados en el apego padres-hijos. En líneas muy generales podemos decir que desde la más temprana infancia, los seres humanos sentimos la necesidad de establecer vínculos estrechos con una o varias personas que suelen coincidir con la figura del padre y de la madre. Una relación de apego se daría cuando sentimos que tenemos a alguien cerca y que estamos estrechamente unidos a esa persona. En la vida adulta, con frecuencia, las relaciones de apego son también relaciones íntimas (afectivas o sentimentales), sin embargo no siempre coinciden ambos tipos de relaciones, de modo que una persona puede no sentir apego hacia la persona con la convive, de la misma manera que puede sentir apego hacia alguien con quien no convive. Por lo tanto, la "figura de apego" no tiene necesariamente que ser íntima o confidente, sino más bien una persona a la que uno se siente unido de forma segura y que nos aporta apoyo emocional.

Cuando nos sentimos amenazados por cualquier circunstancia, tendemos a recurrir a la figura de apego. Es cuando la hemos perdido o no la percibimos como cercana y segura, cuando experimentamos la denominada "angustia de separación" o en términos de Weiss, la soledad como una experiencia emocional.

Esta formulación ha recibido apoyo empírico. Desde una concepción psicodinámica, Perlman (en prensa) enfatiza la importancia de los antecedentes infantiles en la soledad adulta. De manera general él asume que "*la interrupción de las relaciones infantiles llevan a una dificultad emocional e interpersonal, incluida la soledad, en la vida adulta*". Esto es, un apego firme en la infancia llevaría a la capacidad para establecer lazos sociales significativos en la vida adulta. Las teorías del apego consideran que existe una asociación entre lazos o vínculos positivos que se dieran entre padres e hijos y los vínculos positivos de pareja en la edad adulta. Así, por ejemplo, Lobdell y Perlman (1986) encontraron correlaciones significativas entre padres e hijos solitarios. Parece ser un resultado contrastado que los niños que tienen un apego seguro experimentan menos problemas de soledad que los niños con un sistema de apego poco seguro (Ainsworth et al., 1978).

En los últimos años, Perlman ha estado interesado en la soledad desde una perspectiva del ciclo vital. La naturaleza y calidad de las relaciones padres-hijos durante la infancia y adolescencia puede influir en la habilidad de los niños para establecer relaciones íntimas con los demás. Pero además, los factores que influyen en la soledad cambian a lo largo de los períodos evolutivos. A pesar de que las influencias parentales en la soledad no desaparezcan durante la adolescencia, éstas se convierten en secundarias en este período, siendo más importante la influencia del grupo de iguales. Cutrona (1982) encontró que, entre los universitarios, el grado de satisfacción con las relaciones con iguales estaba más correlacionado con la soledad que la satisfacción con las relaciones parentales o románticas. Por otra parte, entre los 20-25 años, las relaciones románticas pueden ser más prominentes que las relaciones con iguales o parentales en cuanto a su influencia en la soledad. Los padres, sin embargo, pueden continuar ejerciendo una influencia indirecta en la

soledad de los adolescentes a través de su influencia en la calidad de las relaciones de sus hijos con sus iguales. Steinberg y Silverberg (1986) encontraron evidencia empírica que sugiere que el apego entre padres e hijos de 10-16 años está asociado con la autonomía de un niño en sus relaciones con sus iguales. Los niños que tienen relaciones estrechas con sus padres manifiestan una mayor autoconfianza en las relaciones con sus amigos que los niños que no tuvieron una relación tan estrecha.

Weiss sugirió que la soledad como aislamiento social parece no tener el mismo tipo de origen que la soledad emocional. Sin embargo, a pesar de la aparente evidencia de que la soledad como aislamiento social es un fenómeno diferente, Schultz y Moore (1987) se inclinan a pensar que ésta pueda también ser inherente al ser humano como la soledad emocional. De acuerdo con Barash (1977), la conducta grupal puede ofrecer muchas ventajas a la supervivencia individual, incluyendo una mejor protección frente a los predadores, la división del trabajo y sobre todo, compartir las ventajas de las experiencias individuales.

La proposición biológica que resalta la necesidad de vivir en grupos ha recibido un apoyo sólido desde la perspectiva de la *Socialización*, entendiendo por este concepto "*aquellos eventos y procesos por los cuales adquirimos creencias y conductas de la sociedad en la que estamos criados*" (Maccoby, 1980). Así pues, criarse en un sistema social que estimula y modela la actividad grupal nos hace adquirir valores similares. No es sorprendente entonces que cuando una persona está aislada, aun cuando se trate de una decisión voluntaria, por un período prolongado de tiempo, empiece a experimentar un "ansia de otros", es decir, "soledad como aislamiento social" (Schultz & Moore, 1987).

Quizás, tanto el apego a los padres como la necesidad general de los

demás muestran una fuente de incentivo común: la calidad de nuestras primeras relaciones o interacciones con nuestros padres. Así, aunque la soledad como aislamiento social y la soledad como aislamiento emocional sean experiencias únicas y diferentes, pueden mostrar orígenes comunes, o al menos, influencias tempranas comunes.

B) Modelo Cognitivo

De acuerdo con Peplau y Perlman (1982), el estudio de la soledad está estrechamente unido a la tradición de investigación del modelo cognitivo, según el cual la gente experimenta soledad cuando percibe una discrepancia entre su nivel de contacto interpersonal real y el nivel deseado. Dicho de otra manera, la base de la soledad está en la discrepancia entre lo que uno quiere y lo que uno consigue con referencia a las relaciones interpersonales estrechas e íntimas (Perlman & Peplau, 1984), de manera que "*a mayor discrepancia, mayor soledad*".

Aunque el modelo de discrepancia cognitiva ha sido el adoptado de manera más amplia en el estudio de la soledad, tampoco puede decirse que su influencia sobre la investigación empírica haya sido abrumadora. Aproximadamente el 50% de los estudios sobre la soledad tienen como eje central algún aspecto que implica las relaciones interpersonales: redes sociales (Stokes, 1985), autorrevelaciones (Franzoi & Davis, 1985), amistad (Williams & Solano, 1983) y significatividad de las interacciones (Wheeler, Reiss & Nezlek, 1983), por citar algunos. Por el contrario, sólo el 20% adoptaron un planteamiento cognitivo, normalmente en términos de atribución, como foco central de estudio (Paloutzian & Janigian, 1987).

Por otra parte, Janigian, Paloutzian y Thompson (1986) encontraron que la discrepancia entre la cantidad de interacciones que uno desea y la cantidad de contacto alcanzado con alguien deseado sólo es predicha ligeramente por las puntuaciones en la escala de soledad de UCLA (según estén éstas por encima o por debajo del número absoluto de horas de interacción que el sujeto desea). Estos hallazgos apoyan la idea de un modelo basado en la necesidad interpersonal absoluta más que en la expectativa cognitiva como determinante primario de la soledad. Esta línea de investigación necesita por tanto ser ampliada y refinada, utilizando otras medidas y otros modelos de partida. Preguntas claves en la investigación serían el establecimiento de la situación de discrepancia (¿por encima o por debajo de los niveles de necesidad absoluta?), el dominio específico de la discrepancia (cantidad de tiempo pasado con alguien deseado; con quien pasó el tiempo; nivel de intimidad logrado; grado en el que ciertos valores se cumplieron), o la determinación de si la discrepancia se focalizó primeramente en el ámbito emocional o social. Está claro que los niveles reales de contacto social se relacionan con un fomento posterior de la soledad pero sólo en el caso de que tales niveles difieran del estándar interno de cada uno. Es decir, una persona puede tener una vida social muy activa y comprometida y aún así sentirse extremadamente sola y ésto se deberá a que sus niveles de actividad social reales no se adecúan a los niveles de actividad que ella desearía en el sentido de que no se han cumplido las expectativas generadas con relación a los contactos sociales mantenidos (Paloutzian y Janigian, 1987).

C) Modelo Atributivo

Podemos definir el estilo atribucional como el modo en el que una persona tiende a explicar los sucesos concretos de su vida diaria (Anderson y cols., 1994). La importancia de dicho estilo es doble. Por un lado, porque es

interesante conocer a qué tipo de causas atribuye la gente los hechos, y por otro, porque el tipo de causas a las que una persona tiende a atribuir los hechos tiene consecuencias para esa persona en el plano emocional, motivacional y conductual. En definitiva, el estilo atribucional es importante tanto para el desarrollo de problemas como para el mantenimiento de los mismos a lo largo de la vida.

Janoff-Bulman (1979) distingió entre dos tipos de estilo de autoinculpamiento (designó con este término el tipo de causas a las que una persona atribuye los sucesos de su vida): el *conductual* y el *caractereológico*. El *autoinculpamiento conductual* está relacionado con el control que una persona posee de la situación e implica atribuciones a una fuente modificable - su conducta-, haciendo posible la creencia de que en el futuro pueden evitarse resultados negativos similares. El *estilo caractereológico* está más relacionado con la autoestima o el concepto que uno mantiene de sí mismo e implica atribuciones a una fuente relativamente no modificable - el carácter o la forma de ser de uno- asociado con la creencia personal de que la persona merece las consecuencias negativas que le han ocurrido. De alguna manera podemos decir que los elementos claves de la teoría están muy relacionados con las dimensiones típicas establecidas en las teorías de la atribución. El locus de la causa atribuida (en las conductuales es externa y en la caractereológica interna), la estabilidad de la causa (la conductual es inestable y la caractereológica es estable) y la controlabilidad de la causa (la conductual es controlable y la caractereológica es incontrolable).

La dimensión tiempo también es importante en esta perspectiva. Con el autoinculpamiento *conductual* el sujeto está orientado hacia el futuro con la intención de evitar que vuelvan a producirse situaciones negativas, mientras que

en la *caractereológica*, el sujeto no está interesado en evitar nada en el futuro sino más bien en pensar que ha merecido aquello que le ha ocurrido en el pasado.

Pero no sólo es importante tener en cuenta las atribuciones que una persona realiza, sino también analizar cómo se hacen esas atribuciones según el tipo de suceso ante el cuál estemos (por ejemplo, si se trata de éxito o de fracaso). Esta línea de investigación iniciada por Heider (1958) y cuyo máximo exponente es Weiner (1974) supone que la evaluación que las personas hacemos del éxito conseguido en una tarea está mediatizada por la comprensión de las causas de tal resultado y del valor diagnóstico de dicha ejecución en orden a evaluar la habilidad y/o motivación del actor. Además, según varíe el tipo de explicaciones que demos al resultado (éxito o fracaso), así variarán los sentimientos asociados al mismos. Así, atribuir los fracasos propios a aspectos estables e incontrolables, es claramente autodestructivo y frustrante; por el contrario, atribuir dichos fracasos a aspectos inestables y controlables permite una visión más optimista del futuro y podría poner en marcha estrategias conductuales para vencer los contratiempos. Los aspectos internos y estables de la atribución caractereológica parecen adaptativos cuando se aplican a éxitos, mientras que los aspectos incontrolables son generalmente menos positivos. De forma similar, los aspectos externos y controlables de la atribución conductual parece adaptativos cuando se aplica a los fracasos, sin embargo, el aspecto inestable es molesto o perturbador.

Gran parte del modelo de Weiner ha sido aplicado al estudio de cómo las atribuciones causales que realizan los individuos influyen en sus expectativas futuras y en las reacciones emocionales ante la conducta de que se trate (Moya & Gómez, 1996). Numerosas investigaciones muestran que tanto

las personas deprimidas como las que se sienten solas atribuyen los fracasos en sus relaciones a defectos de su carácter y que además, ese estilo atribucional parece ser el responsable de sucesivos fracasos interpersonales en el futuro. Esta forma de explicar los sucesos de la vida corresponden a lo que se conoce como *estilo atribucional insidioso*, que consiste básicamente en atribuir los éxitos a factores externos, específicos e inestables y, atribuir los fracasos a factores internos, globales y estables (Echebarría, 1994).

La motivación de una persona hacia cualquier tipo de tarea depende, en parte, de si espera realizarla exitosamente. Cuando una persona espera que sus relaciones interpersonales sean exitosas es más probable que se comprometa con mayor frecuencia en este tipo de relaciones y es precisamente su alto nivel de motivación lo que le hará conseguir éxitos en el futuro. Por tanto, el estilo atribucional que posee una persona afecta a sus expectativas, motivaciones y a la ejecución de una conducta.

Peplau y cols. (1979) estudiaron el estilo atribucional de personas deprimidas y de personas que se sentían solas y llegaron a la conclusión de que este tipo de personas hacían más atribuciones internas y estables para los fracasos y atribuciones externas e inestables para los éxitos, que las personas que no están deprimidas o que no se sienten solas.

También han sido muchos los estudios que han examinado las atribuciones que hacen las personas en situaciones interpersonales y situaciones no interpersonales, siendo esta distinción muy importante desde el punto de vista de la soledad. Hay razones de tipo teórico para esperar que el estilo atribucional caractereológico de las personas solitarias se aplique fundamentalmente a situaciones interpersonales. Esta idea se fundamenta en los

trabajos realizados por Horowitz y colaboradores (1979, 1982) quienes establecieron el prototipo de persona solitaria: estas personas se caracterizan por fracasar en sus relaciones interpersonales o por la pérdida de competencia o habilidad interpersonal. Es por eso que el concepto de soledad está fuertemente unido a las relaciones interpersonales, a diferencia de otros fenómenos como el de la depresión, en el que las personas no fallan sistemáticamente o exclusivamente en el área interpersonal sino que además, suele también encontrar problemas a niveles más individuales y personales.

Podemos resumir diciendo que las personas solitarias difieren en su estilo atribucional, adscribiendo los fracasos interpersonales a defectos de ellos mismos, a características relativamente estables -como la habilidad o sus rasgos de personalidad- mientras que las personas que no se sienten solas atribuyen sus fracasos interpersonales a factores conductuales modificables- como la estrategia utilizada o el esfuerzo realizado.

El estilo atribucional de las personas que se sientes solas también implica que la gente se vuelva fácilmente derrotista cuando deba enfrentarse a situaciones problemáticas y que además muestren una baja motivación y déficits en la ejecución de las conductas.

D) La perspectiva de Necesidades Sociales

A diferencia del modelo cognitivo que acabamos de comentar, esta perspectiva contempla la soledad como el resultado de un déficit real en la cantidad de contacto social e intimidad logrados por una persona (Weiss, 1973). De acuerdo con esta línea de pensamiento, los seres humanos poseemos necesidades inherentes de contacto social que pueden desempeñar funciones

adaptativas. Estas necesidades van desde la integración social (que nos aportan compañía, sentido de comunidad y protección, ajuste social, etc.) hasta las relaciones de apego estrechas (que nos aportan seguridad emocional, intimidad, una consideración positiva incondicional, etc.) (Weiss, 1987). Cuando esas necesidades no han sido cubiertas, ya sea por la ausencia o pérdida de relaciones interpersonales, la gente experimenta la soledad.

Desde esta perspectiva, la soledad es una respuesta a déficits reales en las relaciones. El énfasis en este modelo se pone en los niveles de contacto social real mientras que en el modelo de la discrepancia cognitiva, el énfasis se pone en el papel de la discrepancia percibida entre niveles de contacto social reales y deseados. Proponiendo además, que los niveles de contacto reales son importantes sólo en el caso de que difieran de los niveles deseados.

4. LA PERCEPCIÓN SOCIAL DE LA SOLEDAD

Numerosas investigaciones han puesto de manifiesto que la gente solitaria se evalúa a sí misma de forma negativa en diferentes atributos. ¿Quiere esto decir que la gente solitaria lo es porque posee una serie de características de personalidad que les hace ser así?. Esta podría ser una posible respuesta que no vamos a descartar y de la que trataremos más adelante. Lo que si es un hecho contrastado empíricamente es que la soledad acarrea un estigma social (Rook, 1984) y que para muchos teóricos, la soledad es considerada como un indicador de déficits sociales (Peplau & Perlman, 1982). La pérdida de amigos y lazos sociales estrechos se considera como algo socialmente indeseable y, es más, esas deficiencias en el establecimiento de lazos sociales se relaciona directamente con una inadecuación de la persona solitaria quien por un lado,

carece de atributos socialmente deseables (simpatía, atractivo físico, etc.) y, por otro, posee atributos indeseables (hostilidad, falta de habilidad social, etc). Esta creencia tan extendida tiene como consecuencia el que la persona solitaria sea percibida, además, como una persona poco atractiva y evitada por los demás. De hecho, las personas solitarias son percibidas como personas con un escaso ajuste psicológico, con bajo rendimiento y competencia intelectual y con una baja sociabilidad o habilidad para relacionarse con la gente. En general estas personas son menos preferidas y elegidas como amigos por los demás y consideradas como personas débiles, poco atractivas y menos sinceras que las personas no solitarias (Lau & Gruen, 1992; Duck et al., 1994; Rotenberg & Kmill, 1992).

No sólo se ha evidenciado empíricamente que la soledad supone un fuerte estigma social (Lau & Gruen, 1992) sino que el impacto de este estigma es mucho más fuerte en los hombres que en las mujeres. Weiss (1973) llegó a resaltar que tanto el aislamiento social como la soledad son estados más indeseables para el hombre que para la mujer. De los hombres se espera que sean socialmente activos y capaces de establecer una red social adecuada. Lo que ocurre es que cuando fallan en conseguirlo, no pueden manifestar sentimientos de soledad. El sentirse solo connota inadecuación personal y debilidad y esto no es bueno para la imagen social del hombre. En las mujeres la soledad es más aceptable debido a que son más expresivas y sentimentales y conocen mejor los estados emocionales, incluido la soledad. Existe abundante apoyo empírico de esta idea. Jones y cols. (1981, 1983), encontraron que los hombres solitarios eran significativamente peor valorados que los no solitarios, sin embargo, estas diferencias no aparecieron cuando se comparaban mujeres solitarias con las no solitarias. También Borys y Perlman (1985) compararon hombres y mujeres solitarios y encontraron asimismo que se producía un mayor

rechazo hacia los hombres que hacia las mujeres solitarias.

Una de las razones que podría explicar este sesgo en cuanto al sexo de la persona solitaria, puede estar relacionada con los estereotipos de género. La soledad, o cualquier otro rasgo como la depresión o no ser alto, se considera un rasgo no-masculino, por tanto, cuando el hombre lo posee, se convierte es atípico e indeseable (Lau, 1989). Es decir, la carencia de ciertas características masculinas (como ser alto) pueden tener un efecto más negativo sobre los hombres que sobre las mujeres. Además, las connotaciones negativas y las consecuencias sociales de estar solo pueden hacer que la gente se resista a admitir que lo están (Rook, 1984) y esto puede darse con más fuerza entre los hombres (Borys & Perlman, 1985).

El género no sólo es un factor importante a la hora de determinar cómo se siente la soledad, así como su aceptación social, sino que el estigma social del que venimos hablando es mantenido con más fuerza por las mujeres que por los varones. La mujer hace juicios más duros que los varones de las personas solitarias. Esto puede estar relacionado con la mayor sensibilidad de las mujeres para captar los estados emocionales, lo que además les facilita el ver de forma más clara las consecuencias negativas e indeseables de tales sentimientos. Por otra parte, los hombres quizás estén menos atentos a este tipo de estados, sean menos sensibles a ellos o, simplemente, al verse más afectados por la etiqueta negativa de la soledad, sean más empáticos y tolerantes con quienes se sienten así (Lau & Gruen, 1992).

Lo paradójico de todo esto es que se produce una relación circular de la que es difícil salir. Por un lado, la gente se siente sola y por este motivo son estigmatizados. Por otro, la soledad se relaciona con la pérdida de lazos sociales

y apoyo de los demás. Lo paradójico viene cuando comprobamos que la gente solitaria siente miedo de expresar cómo se siente o lo que necesita por temor al rechazo que supone manifestar este sentimiento, pero de todos modos son rechazados y privados del apoyo que tanto necesitan simplemente por ser percibidos por los demás como personas solitarias.

CAPITULO 2

INVESTIGACIÓN EMPÍRICA SOBRE LA SOLEDAD

1. INTRODUCCIÓN

En esta sección trataremos de sintetizar algunas cuestiones concernientes al desarrollo de la investigación empírica sobre soledad. En primer lugar, abordaremos algunas de las principales dificultades que han surgido en el estudio de este fenómeno; continuando, en segundo lugar, con un breve recorrido por las principales variables consideradas por su potencial influencia sobre la soledad. Por último, presentaremos una revisión de los diferentes instrumentos desarrollados para medir un constructo tan complejo.

Como se recordará, la soledad es un sentimiento subjetivo difícilmente identificable para un observador externo. Mucha gente vive rodeada de personas, familiares y amigos, cónyuge e hijos e hijas y sin embargo viven angustiadas por el sentimiento de soledad. Son varios los interrogantes que han surgido al respecto y que aún hoy siguen siendo una incógnita: ¿Por qué la gente se siente sola?, ¿Es correcto hablar de la soledad como un concepto unitario o por el contrario habría que diferenciar varios tipos de soledad?, ¿Cuáles son los mecanismos tanto personales, situacionales y sociales que hace que la persona se siente sola?. ¿La soledad está determinada por una única variable o por el contrario es el resultado de una combinación de múltiples variables?, etc.

En las secciones que siguen trataremos de arrojar alguna luz que nos permita un mejor entendimiento de este constructo tan complejo, como es la soledad.

2. PRINCIPALES DIFICULTADES EN EL ESTUDIO DE LA SOLEDAD.

A pesar de que la soledad es un mal que viene afectando a muchas

personas desde hace décadas, el interés por su estudio desde la Psicología Social ha despertado relativamente tarde. Esta tardanza puede deberse a las dificultades asociadas al objeto de estudio, entre las cuales podemos destacar la diversidad de definiciones dadas, la complejidad del fenómeno y su dimensión social. Respecto a la primera dificultad, hay que señalar que se han dado una gran cantidad de definiciones sobre la soledad, siendo la desarrollada por Peplau y Perlman (1982) la que más aceptación ha tenido. Como hemos recogido en el capítulo anterior, para estos autores la soledad ocurre *"cuando el individuo percibe una discrepancia entre dos factores, el nivel de relación social logrado y el deseado"*. En consecuencia, la mayoría de las investigaciones se han centrado en los aspectos cognitivos y afectivos de la soledad. Otros autores han formulado definiciones distintas y han criticado la asunción de forma mayoritaria del planteamiento de Peplau y Perlman sin cuestionarlo o sin considerar visiones alternativas. Así, por ejemplo, ha sido bastante escaso el interés que se ha prestado a la conducta social real de las personas que dicen sentirse solas, lo cuál podría aportar datos relevantes para el entendimiento del tema que nos ocupa así como para la realización de intervenciones que reduzcan su extensión y sus consecuencias.

Una segunda dificultad en el estudio de la soledad ha derivado de la progresiva complejidad que el fenómeno ha ido mostrando. Si bien inicialmente la soledad parecía un fenómeno simple derivado de la carencia de relaciones, posteriormente se ha ido viendo que no sólo es importante el aspecto cuantitativo de las relaciones sino sobre todo su dimensión cualitativa. Lo mismo podría decirse respecto a los antecedentes de la soledad. En las primeras aportaciones realizadas se plantearon antecedentes bastante simples y unidireccionales. Por ejemplo, Weiss (1973), observó que cuando las personas enviudaban se sentían muy solas. Sin embargo ya desde los inicios se vio que los antecedentes tenían un carácter mucho más dinámico e interactivo que hacía

necesaria la consideración no sólo de cómo ciertos aspectos influyen sobre el individuo, sino también de cómo éste percibe tales aspectos, los evalúa y reacciona ante ellos. Progresivamente, además de considerar la presencia o ausencia de relaciones sociales, se empezó a considerar cómo el individuo valoraba esas relaciones, el número de personas que componían su red social, el tipo de relación establecida con ellas, el grado de satisfacción experimentado, etc. Asimismo, se constató la importancia que en relación con la soledad tienen otros rasgos más de tipo individual y personal como son una baja autoestima, timidez, sociabilidad inhibida, falta de habilidades para relacionarse socialmente, etc.

También las consecuencias de la soledad han ido presentándose cada vez más complejas. Si bien en un principio pudo pensarse que éstas eran sencillamente la depresión y otras alteraciones del estado de ánimo, enseguida se empezó a descubrir que la soledad podía influir sobre el funcionamiento cognitivo de la persona, sus comportamientos (influyendo en sus habilidades para mantener relaciones futuras) e incluso podía afectar a aspectos aparentemente tan distintos como el sistema inmunológico del individuo. En relación con este último aspecto, Berkman y Shyme (1979) realizaron un estudio epidemiológico del que se desprendía que la tasa de mortalidad para los individuos socialmente aislados era dos veces mayor que en los individuos socialmente integrados.

Una tercera dificultad en el estudio de la soledad hace referencia a su anclaje social, lo que ocasiona que existan distintas visiones de este fenómeno, que llevan asociadas sentimientos diferentes y que conllevan distintas formas de enfrentarse a él. Estas visiones varían de unas sociedades a otras, así como dentro de una misma cultura, dependiendo de circunstancias históricas o de los diferentes grupos en los que nos fijemos. Por ejemplo, si bien es cierto que en

la mayoría de las sociedades las personas que han llegado a una determinada edad buscan establecer relaciones íntimas estables y duraderas, también lo es que las reacciones de las personas que no consiguen tener este tipo de relación son enormemente diversas. Por ejemplo, piénsese en las consecuencias psicológicas que podría tener hace 50 años en España para una mujer quedarse soltera y en las consecuencias que hoy puede tener ese mismo hecho. O en las consecuencias que tendría en nuestros días que esa misma situación planteada ocurriera en una gran ciudad o por el contrario en un pueblo con una escasa población.

3. PRINCIPALES VARIABLES ESTUDIADAS EN RELACIÓN CON LA SOLEDAD

La investigación empírica en el estudio de la soledad ha arrojado un cúmulo de resultados inconexos de los que se desprenden la existencia de un gran número de variables con las que la soledad parece estar relacionada. No obstante, estas variables no siempre resultan fácilmente controlables, en ocasiones ni siquiera medibles, por lo que realizar un trabajo de síntesis en el que se pueda determinar realmente cuál es la relación existente entre dichas variables y la soledad, o el grado en que esas variables contribuyen a la soledad de las personas, es bastante difícil. Para tratar de exponer los resultados más importantes derivados de la investigación de una forma clara hemos dividido este apartado en diferentes secciones. En una primera sección presentaremos aquellas variables que caracterizan a la mayoría de las personas que dicen sentirse solas (determinadas características sociodemográficas, variables psicológicas, etc.). En la siguiente sección, expondremos algunas de las variables que caracterizan la conducta social de las personas solitarias: aspectos concretos de la relación social, percepción que la persona solitaria tiene de sus

relaciones, evaluación que hace de ellas, etc.. Por último, haremos mención a otro tipo de variables más de tipo contextual y situacional, que en ocasiones pueden contribuir a suscitar sentimientos de soledad en las personas (por ejemplo, el traslado a una ciudad desconocida).

A) Algunas características relativas a las personas solitarias

En esta sección trataremos brevemente algunas de las principales variables que tradicionalmente se han asociado a las personas solitarias. En primer lugar revisaremos aquellas consideradas como características psicológicas o variables individuales de la persona y en segundo lugar abordaremos las variables sociodemográficas.

Variables individuales/psicológicas

a. Variables de Personalidad. La literatura sobre soledad ha mostrado la existencia de ciertas características de personalidad que aparecen con frecuencia en las personas que manifiestan sentirse solas, las cuales podrían contribuir a explicar por qué la soledad afecta más a ciertas personas y no a otras. En general, las personas solitarias son más vulnerables a una variedad de estados emocionales y cognitivos indeseables tales como la depresión, ansiedad y hostilidad (Jones et al, 1981; Russell, Peplau & Cutrona, 1980), además de caracterizarse por tener una conducta interpersonal inefectiva (e.g. timidez, baja asertividad, introversión, conducta de bajo riesgo social) (Hojat, 1982; Jones, Freeman & Goswick, 1981), así como déficit en la habilidad para manejar los encuentros sociales. Respecto a esta última característica, existe evidencia empírica que demuestra que las personas solitarias han perdido o carecen de las habilidades necesarias para iniciar y desarrollar una relación interpersonal estrecha (Jones et al., 1982), necesaria para el vencimiento de la soledad. Las

personas solitarias cuando interactúan, hacen menos referencias a sus interlocutores, hablan más de sí mismas, tienen dificultad para seguir una conversación iniciada por su interlocutor y hacen menos preguntas a éstos que las personas no solitarias, tienen peor habilidad para manejar una discusión (Sloan & Solano, 1984) y poseen una pobre comunicación no verbal, lo que contribuye a que se las pueda conocer menos (Gerson & Perlman, 1979). Además, este tipo de personas generan muy pocas soluciones en casos hipotéticos de problemas interpersonales (Horowitz et al., 1982).

Una de las característica más comunes en las personas solitarias y que mayores consecuencias puede tener en el enfrentamiento de la soledad, es la denominada *conducta de bajo riesgo social*, esto es, la dificultad para tomar iniciativas en las relaciones sociales. Las personas solitarias pueden entrar en un círculo vicioso en el que su propio fracaso para tomar iniciativas sociales perpetúa muchas de las circunstancias (estar sin los demás) que les condujeron en un principio a su estado de soledad. El autoconocimiento o conciencia que la persona tiene de su situación puede contribuir a que se abstraiga de arriesgarse en situaciones sociales con la intención de evitar situaciones embarazosas y riesgos añadidos de aislamiento y soledad.

b. Autoestima. De la misma forma que ocurriera con el autoconocimiento, una baja autoestima podría contribuir a la soledad reduciendo la conducta de riesgo social y aumentando el aislamiento de la persona que creerá que el éxito en la tarea es improbable. La investigación empírica ha corroborado que existe una relación inversa entre la autoestima y la soledad, de manera que cuanto más autoestima posee una persona, menos probable es que experimente sentimientos de soledad (Peplau & Perlman, 1981; Borys & Perlman, 1985).

Las personas solitarias además de mostrar una conducta interpersonal inefectiva (Bell, 1985; Jones et al, 1981; Jones, Hobbs & Hockenbury, 1982), atribuyen estos resultados a factores estables e internos (Anderson, Horowitz & French, 1983; Michela, Peplau & Weeks, 1982; Vitkus & Horowitz, 1987), lo cuál afecta negativamente a la autoestima. Además, este patrón de atribución es más característico de las mujeres que de los varones.

c. Autoconcepto. Si bien numerosas investigaciones han mostrado que en general, no existen diferencias en los niveles de soledad de hombres y mujeres, estudios más recientes en los que se ha sustituido el sexo por la variable género (concepto cargado de significado más de tipo psicosocial y cultural que biológico o morfológico) han arrojado resultados diferentes. Cuando se han analizado los niveles de soledad de las personas en función de su autoconcepto, los resultados han mostrado que en general, la soledad está negativamente relacionada con la feminidad, tanto para hombres como para mujeres. Las personas que puntuaban alto en feminidad tenían mayor bienestar y se sentían menos solas que las que obtuvieron puntuaciones más bajas. La expresividad, el contacto emocional y la cohesión (característica estrechamente unidas a la feminidad) parece facilitar la interacción social.

La soledad, es un estado subjetivo que resulta no tanto del aislamiento físico de los demás sino más bien de la ausencia de dosis suficientes de significatividad (contacto emocional) en las relaciones (Wheeler, Reis & Nezlek, 1983) y son las mujeres las que aportan a las interacciones mayores dosis de intimidad y cercanía (Deaux, 1976; Mayo et al., 1981). No obstante, respecto a los efectos de la feminidad-masculinidad en el bienestar del sujeto existen datos contradictorios. Lubinski y colaboradores (1981) manifiestan que la soledad no parece depender tanto de la identidad de género de la persona en sí como de la feminidad de su interactuante. De esta manera, las personas que

menos solas se sienten serían aquellas que interactúan con mayor frecuencia con personas altas en feminidad. Curiosamente, en un estudio realizado por Wheeler y cols. (1983), los hombres que puntuaban alto en feminidad eran aquellos que pasaban más tiempo con mujeres, por lo que puede pensarse que hayan aprendido esta habilidad de ellas.

d. Historia familiar. Otras variables relacionadas con la soledad son aquellas referentes a la historia familiar de la persona solitaria. Shaver (1986) sugiere que las experiencias infantiles de relación con los padres influyen en la susceptibilidad para sufrir soledad cuando se es adulto, y lo hace apoyándose en los datos de un estudio realizado que mostró que los adultos cuyos padres se divorciaron antes de que ellos tuvieran 6 años estaban inclinados a sentirse solos. Shaver y Rubenstein (1980) consideran que el divorcio de los padres produce un doble efecto sobre los hijos: 1) con frecuencia éstos se culpan a sí mismos del divorcio lo que les genera culpabilidad y baja autoestima; 2) los niños de padres separados con frecuencia sacan la conclusión de que no se puede confiar en las personas y de que no vale la pena relacionarse con los demás.

Además de las características mencionadas, otras variables relacionadas con las personas solitarias son características sociodemográficas como el sexo, la edad y el estado civil.

Variables sociodemográficas

a. Sexo. En general, los resultados de los estudios realizados han mostrado que en aquéllos en los que se ha utilizado como medida de soledad la Escala de Soledad de UCLA, no se aprecian diferencias de género. Sin embargo, cuando estas diferencias han aparecido, los varones suelen puntuar

más alto que las mujeres. Por el contrario, cuando se pregunta directamente a las personas sobre sus sentimientos de soledad, son las mujeres las que obtienen mayores puntuaciones (Berg & Johansson, 1987; Tornstam, 1988; Naess, 1989). Borys y Perlman (1985) ofrecen algunas posibles explicaciones de por qué las mujeres puntúan más alto en soledad que los varones en estudios en los que la persona indica abiertamente cómo de sola se siente, y no ocurre lo mismo en los estudios en los que la soledad se mide de manera indirecta (mediante escalas, por ejemplo).

Una primera explicación se basa en el hecho de que las mujeres parecen tener menor autoestima que los varones. Si como hemos indicado más arriba, la autoestima está inversamente relacionada con la soledad, parece lógico esperar que las mujeres experimenten mayores niveles de soledad que los varones (Perlman & Peplau, 1981). No obstante, análisis exploratorios han permitido descartar que exista tal relación; o dicho de otra manera, la autoestima por sí sola no parece explicar las diferencias de género que se han encontrado en ocasiones (Tornstam, 1992). Además, en muchos estudios realizados con participantes de ambos sexos, las mujeres han obtenido puntuaciones en autoestima mayores a las obtenidas por los varones.

Una segunda explicación de las diferencias entre hombres y mujeres concierne a los roles de género. Tornstam (1992) elaboró la *hipótesis del autoconocimiento* según la cuál las mujeres, a causa de los roles que desempeñan, están más dispuestas a admitir sus sentimientos de soledad. En consecuencia, existen dudas respecto a si existe una diferencia real en los niveles de soledad de los que hombres y mujeres autoinformaban, o se trata, más bien, de una omisión por parte de los varones. Esto es, los varones tienden a no reconocer públicamente sus sentimientos, entre los que se incluye la soledad.

Una tercera explicación resalta la mayor importancia que las mujeres otorgan a las relaciones. Por este motivo, cuando existen desavenencias o adversidades, éstas son más notorias para las mujeres, haciéndolas más proclives a los sentimientos de soledad. Esta idea, denominada ***hipótesis de la intimidad***, asume que las mujeres tienen mayores expectativas de intimidad en sus relaciones que los hombres. Cuanto más altas son las expectativas, más probabilidad hay de ser decepcionado y experimentar sentimientos de soledad. Existe evidencia empírica respecto a esta diferencia entre hombres y mujeres (Deaux, 1976; Mayo et al., 1981). Thorsen (1988) describe una serie de investigaciones sobre cómo son las relaciones que mantienen los hombres y las mujeres, en las que se pone de manifiesto que las relaciones de los hombres son menos abiertas e íntimas y están marcadas por la competición. Las de las mujeres, en cambio, están marcadas por la intimidad y las emociones. La evidencia de que existen tales diferencias fue también apoyada por Tornstam (1992) que encontró que realmente existían diferencias entre las expectativas que hombres y mujeres tenían de sus relaciones. Sin embargo tales diferencias sólo fueron significativas entre los sujetos más jóvenes. A medida que iba aumentando la edad, las diferencias se iban haciendo más pequeñas.

Por último, existe otra explicación que hace referencia a diferentes factores relativos a los antecedentes de la persona, en los que los hombres y las mujeres pueden mostrar diferencias, fundamentalmente aquellos concernientes a la esfera de las relaciones: pérdida de una infancia segura, dificultad para hacer amigos durante la adolescencia, dificultad para relacionarse con el sexo opuesto en la adolescencia y juventud, el tamaño de la red social, el número de amigos íntimos que uno tiene y la pérdida de intimidad con algunos de los amigos. Sin embargo, a pesar de que para algunos autores existen factores diferenciadores entre hombres y mujeres que a su vez correlacionan con la soledad, algunos estudios llevados a cabo no han observado tales diferencias

entre los hombres y las mujeres. Por ejemplo, Tornstam (1988) encontró que de todas las variables anterioemente mencionadas, la única en la que han mostrado diferencias los hombres y las mujeres ha sido el número de amigos íntimos que la persona posee, siendo éste mayor para la población femenina.

b. Edad. Parece razonable pensar que la soledad sería un serio problema para las personas de mayor edad. La vejez en las sociedades occidentales representa un momento de la vida en el que confluyen factores que incrementarían los sentimientos de soledad: pérdida de poder económico y social, viudedad, retiro del mundo laboral y pérdida de amigos y familiares- ya sea porque han muerto o porque se han trasladado (Huyck et al., 1982; Kivett, 1979). Además, el deterioro de la salud física y la capacidad sensitiva podría contribuir a un mayor aislamiento social. A pesar de que para algunas personas de avanzada edad la soledad no parece ser un problema (Peplau et al., 1982) encuestas recientes ponen de manifiesto que la soledad es una experiencia muy común en la edad adulta y que se incrementa con el paso de los años (Kivett, 1979; Olsen et al., 1976; Perlman et al., 1978, De Miguel, 1994). Este dato es importante no sólo por lo que respecta a la propia experiencia negativa de la soledad sino porque está unida a una serie de enfermedades somáticas (Berg et al., 1981), problemas de salud física (Siegler et al., 1980), suicidio (Wenz, 1977) y la muerte por causas naturales (Lynch, 1977).

La soledad en las personas de edad avanzada está relacionada con los mismos factores que en cualquier otro grupo de edad. Shultz y Moore (1984) encontraron que entre los ancianos, la soledad estaba positivamente correlacionada con la ansiedad (rasgo/estado), autoconocimiento, ansiedad social y depresión y negativamente correlacionada con la autoestima y la satisfacción en la vida. Además las personas solitarias manifestaban estar menos dispuestas a comprometerse en situaciones de riesgo social.

No obstante y a pesar de la constatación empírica de que la soledad en los ancianos depende en gran medida de las mismas variables que la soledad de los jóvenes, hay investigaciones que han mostrado que las personas de edad avanzada puntúan más bajo en soledad que las más jóvenes. En un estudio llevado a cabo por Shultz y Moore con una población compuesta por 25 hombres y 32 mujeres con edades comprendidas entre 55 y 75 años, encontraron que la puntuación obtenida en la escala de Soledad de UCLA fue más baja (36.26) que la obtenida por personas de otras edades. Asimismo, otros datos han mostrado que quienes indican sentirse más solas son las personas jóvenes, especialmente los adolescentes (Brennan, 1982). Parlee (1979) encontró que el 79% de los menores de 17 años decían que a veces se sentían solos, mientras que estos porcentajes fueron del 53% en quienes tenían 45 y 55 años y del 37% en los mayores de 55 años.

A pesar de la existencia de datos contradictorios, lo cierto es que una gran proporción de personas de edad avanzada dicen haber tenido alguna experiencia de soledad, llegando a ser para otras un problema persistente. Cuando se pide a los participantes de mayor edad que describan su estado de soledad, una mayoría de ellos la asocia a la falta de relaciones- el 44% de los sujetos atribuían la soledad a "estar sin nadie" (Berg et al., 1981)-, para otros, la soledad estaba asociada a bajos niveles de actividad social organizada -asistir a centros de la tercera edad, participar en excursiones, asistir a reuniones, etc. (Kivett, 1979; Perlman et al, 1978). En cambio, cuando se pide a los participantes más jóvenes que describan su sentimiento de soledad, encontramos que en general, la soledad en este grupo de edad está relacionada fundamentalmente con la pérdida de intimidad respecto a quienes consideran sus amigos más cercanos o íntimos y en menor medida con la pérdida de amigos o conocidos en general (Williams & Solano, 1983). Cuando comparamos las puntuaciones de soledad obtenidas en diferentes muestras estudiadas,

posiblemente estemos comparando diferentes maneras de experimentar la soledad, lo cuál explicaría algunos de los resultados encontrados, obviando la importancia que cada persona otorga a aspectos diferentes de sus relaciones (soledad social vs. soledad emocional).

En un estudio realizado por Amando de Miguel (1994) en nuestro país, se recoge de alguna manera esta distinción. Según el autor, la soledad residencial (que no el sentimiento de soledad) atañe a una de cada cinco personas mayores de 65 años, y si se analiza por sexos, las mujeres se ven más afectadas por esta situación que los varones. Si bien estas diferencias de sexo podrían explicarse por la mayor longevidad de las mujeres (razón por la que enviudan más que los varones), parecen existir otras razones de tipo extrademográficas (culturales). La sociedad pone menos trabas al varón que a la mujer para que vuelva a casarse en caso de enviudar; de la misma manera, al anciano se le ve más necesitado de atención y cuidados que generalmente le son dispensados por la mujer (lavar la ropa, hacer la comida, etc.) Quizás sea este el verdadero motivo por el que los varones viudos aparecen en menor proporción que las mujeres en situación de soledad.

Pero además de la soledad como aislamiento social, también en esta edad las personas experimentan con cierta frecuencia otro sentimiento de soledad que no se ve atenuado aunque vivan en compañía- la soledad emocional. Los datos de encuestas confirman la idea de que vivir solo en edades avanzadas conlleva el riesgo de experimentar sentimientos de soledad en al menos seis de cada diez casos, tanto en hombres como en mujeres. Si bien la soledad residencial puede convertirles en personas solitarias, la convivencia con la familia (cuando se trata de los hijos y no del cónyuge) no parece constituir un antídoto eficaz contra el sentimiento de soledad. La satisfacción con la compañía hace disminuir la extensión de la soledad, sobre todo en los varones,

para quienes el fallecimiento de la esposa les sitúa en el punto máximo de soledad. Entre las mujeres, sin embargo, es más importante la pérdida de la compañía de los hijos (Amando de Miguel, 1994).

Los datos recogidos en el párrafo anterior, vienen a indicar que si bien pueden existir diferencias entre jóvenes y ancianos en cuanto a la prevalencia de un tipo de soledad u otro, en la edad avanzada también coexisten ambos tipos de soledad (social y emocional). Por tanto, es posible que la explicación a los datos contradictorios sobre quién se siente más solo, los ancianos o los jóvenes, pueda ser un debido a la utilización de una medida general de soledad. Por su parte, Inglehart (1977) trató de explicar esta contradicción apelando a los sistemas de valores que imperan en cada momento social y en cada país y cultura concreta y las prioridades que las personas tienen en la vida. Para el autor, las personas que hoy día cuentan con más edad han vivido momentos muy difíciles (guerras, hambre, exilio, emigración, etc.) y en sus prioridades estaba satisfacer las necesidades que consideraban básicas para sobrevivir; por el contrario, los jóvenes de nuestros días han vivido un momento de desarrollo donde el nivel de vida es alto y los valores por tanto son diferentes. Estas personas han tenido oportunidades de elección y una cierta seguridad en la satisfacción de las necesidades básicas, volviéndose más sensibles a otras cuestiones como la autorrealización y la satisfacción plena en la vida.

c. Estado civil. Al igual que ocurriera con la edad, cabría esperar que las personas casadas serían menos proclives a sentirse solas que las solteras, viudas o separadas. Sin embargo este resultado no siempre aparece.

El estudio de la soledad es sin duda un gran campo de interés entre muchas razones porque ofrece una nueva forma de estudiar los valores de la sociedad moderna. Una alta proporción de personas casadas en nuestros días se

sienten solas. En la sociedad occidental el amor y las relaciones de amistad son un bien muy preciado y la soledad una óptica diferente desde la que estudiarlo.

Los primeros estudios realizados en este área mostraron que la soledad era más común entre personas que nunca se habían casado, divorciados y viudos que entre personas casadas (Jong-Giereld et al, 1982; Rubenstein et al., 1982; Peplau y Perlman, 1982). Sin embargo, no es rara la presencia de resultados contradictorios. En un estudio llevado a cabo por Tornstam (1992), se replicaron los resultados ya obtenidos en estudios anteriores en el sentido de que los sujetos solteros se sentían más solos que los casados. Sin embargo, en este estudio apareció un patrón de resultados bastante complejo en el que la soledad estaba relacionada con el estar casado o soltero, ser hombre o mujer y la edad de los sujetos. Entre las personas solteras, ya fueran hombres o mujeres, no aparecieron diferencias en sus puntuaciones en soledad, sin embargo, apareció un patrón relacionado con la edad en la que el pico máximo se situaba entre los 30-39 años, declinando a partir de los 40 años y volviendo a incrementarse entre los 70-80 años. Entre las personas casadas si aparecieron diferencias significativas entre hombres y mujeres. Las mujeres tenían mayores niveles de soledad que los varones y esto ocurría a lo largo de todos los grupos de edad. En el caso de los hombres las oscilaciones en soledad no se alteraron significativamente con la edad mostrando un patrón más estable.

El hecho de que se observen diferencias de género en soledad solamente entre los sujetos casados y en un grupo concreto de edad ha suscitado varias explicaciones. Una de ellas podría ser el efecto de cohorte, es decir, que las mujeres que componían la muestra pertenecieran a una generación en la que las expectativas de intimidad fueran altas (Thorsen, 1988). Si esto es así, también la probabilidad de ser decepcionadas si las cosas no van bien serían mayores. En este tipo de mujeres para quienes lo más importante es su relación íntima (y

los roles que de ella se deriva, esposa y madre) la autoestima se construye de forma dependiente, esto es, el concepto que la mujer tenga de ella misma va a depender del éxito y la satisfacción en el desempeño de sus principales roles. En consecuencia, si estos no son satisfactorios, la autoestima disminuirá considerablemente, dado que como hemos indicado en párrafos anteriores, la autoestima está inversamente relacionada con la soledad (Peplau y Perlman, 1981; Borys y Perlman, 1985).

En cualquier caso, los análisis de estas variables no han aportado datos lo bastante consistentes. Por el contrario, un hecho que si ha mostrado relación con la soledad ha sido la existencia de hijos pequeños. Parece ser que la existencia de niños pequeños en el hogar obliga, en cierto modo, a la mujer a estar en casa más tiempo y a ocuparse menos de ella misma que cuando los hijos son mayores. Cuando esto ocurre, el aislamiento social y en ocasiones emocional de la mujer aumenta.

Lowenthal y Haven (1968), sin embargo, pensaban que la causa principal de la soledad de esposas y maridos era la importancia que cada miembro de la pareja otorgaba al otro como persona en quien apoyarse y confiar. Tornstam (1992) trató de poner esta hipótesis a prueba y encontró que efectivamente, los maridos nombraban a sus esposas como esa persona íntima e incondicional más de lo que las mujeres nombraban a sus maridos, siendo las diferencias significativas en todos los grupos de edad excepto en los muy jóvenes y en los muy mayores. Este patrón explicaría por qué las mujeres casadas de entre 20-49 años se sienten más solas que los varones. Los resultados muestran que el grado de soledad es más alto entre quienes no nombran a sus maridos/esposas como la persona más íntima.

Por último, el mismo argumento que esgrimía Inglehart (1977) para

explicar la soledad en edades avanzadas, es utilizado para explicar por qué los matrimonios jóvenes son más vulnerables a la soledad que los de mayor edad. Para el autor, las diferencias de edad observadas podrían ser explicadas como un proceso de cambio dentro del curso de la vida en términos, por ejemplo, de un incremento en la habilidad de afrontamiento a la soledad o incluso, de adaptación dentro del matrimonio. Las personas aprenden a vencer dificultades y expectativas poco realistas dentro del matrimonio y de este modo vencen los sentimientos de soledad. Una prueba de ello la tenemos cuando analizamos la duración de los matrimonios y encontramos que las personas que llevan mucho tiempo casadas se sienten menos solas que las que llevan poco.

Es obligado hacer, para terminar, una precisión a las cuestiones que aquí se han presentado. En esta sección hemos tratado brevemente la influencia del estado civil en la soledad de las personas. No obstante, y dada la importancia que las relaciones interpersonales estrecha e íntimas tienen en la vida de las personas y en su satisfacción, hemos tratado esta cuestión de manera más detallada en el capítulo quinto. A nuestro modo de ver, no se trata únicamente de tener un marido o esposa o no tenerlo/a, sino de qué características de la relación son las más importantes para la persona y como éstas influyen en la soledad.

B) Variables relativas a la conducta social de las personas solitarias

Dado que el concepto de soledad hace referencia a un déficit en el nivel de relaciones sociales deseadas (ya sea en la cantidad o en la calidad), resulta necesario explorar cuáles son las características de las relaciones sociales de las personas que dicen sentirse solas. En este apartado abordaremos algunas de las características de la conducta social que realmente mantienen las personas que se definen solitarias, así como la percepción que tienen de sus relaciones.

Una de las variables que más investigaciones ha suscitado en relación con la soledad, hasta el punto de confundir ambos términos, ha sido el Apoyo Social. Tal es precisamente, la relevancia del tema que hemos decidido decicar el capítulo cuarto al estudio detallado de la relación Apoyo Social y Soledad.

Conducta social de las personas solitarias

Los primeros trabajos realizados trataron de relacionar la soledad con los aspectos estructurales de la red social de las personas, esto es, con la cantidad de conducta social. Por ejemplo, Russell y colaboradores (1980) encontraron que la soledad estaba relacionada de manera significativa con la cantidad de tiempo que una persona pasaba sola al día (r=.27), el número de veces que cenaba sola (r=.31), el número de fines de semana que pasaba sola (r=.31) y el número de amigos íntimos que tenía (r=-.27). Además, también encontraron que las personas que tenían alguna relación sentimental en el momento de contestar el cuestionario decían estar menos solas que las que no tenían ninguna relación afectiva. Por su parte, Rubenstein (1979) encontró que la soledad estaba correlacionada con la frecuencia con la que una persona veía a sus amigos (correlaciones que iban desde r=.13 a r=.20); el número de horas que pasaba realizando actividades sociales (desde r=.12 a r=.15), el número de grupos y organizaciones en las que participaba (r=.20) y el número de amigos íntimos que poseía (r=.28).

Estos datos vienen a indicar que en general las personas solitarias tienen menos conducta social y una red social más pequeña que las personas que no se sienten solas y que además pasan más tiempo solas que con amigos íntimos (Hoover et al., 1979; Jones, 1981). Pero con estos resultados no podemos extraer otros datos relativos a la conducta social real del sujeto que sin duda son

importantes a la hora de predecir la soledad del individuo. Por ejemplo, no sabemos a ciencia cierta si la persona que se siente sola se está refiriendo al número de contactos sociales que mantiene o a la implicación alcanzada en tales interacciones, o si el sujeto se está refiriendo a la soledad como experiencia social o como experiencia emocional. Para Weiss (1973), en la soledad como experiencia emocional, una persona puede tener muchos amigos en general pero sin embargo muy pocos amigos íntimos. En la soledad como experiencia social, la persona puede tener unos cuantos amigos íntimos y sin embargo no tener una red social suficiente. Un ejemplo de esta última experiencia sería la soledad que puede experimentar una persona que se traslada a una ciudad desconocida con su esposa/o.

Además, las investigaciones no siempre han corroborado la relación entre aspectos de la red social y soledad. Por ejemplo, Williams y Solano (1983), no encontraron una correlación significativa entre las puntuaciones de los participantes en la escala de soledad de UCLA y el número de amigos íntimos que poseían. El principal resultado que encontraron estos autores fue que la persona solitaria se caracterizaba por tener pocos amigos en general y por la pérdida de intimidad en sus relaciones con los amigos más íntimos; las personas que puntuaban más bajo en soledad también podían tener pocos amigos íntimos, pero no sentían haber perdido intimidad en su relación con ellos. Estos resultados han llevado al surgimiento de líneas de investigación que han puesto mayor énfasis en los aspectos de tipo cualitativo de la relación, así como en las características propias de las relaciones.

Haciéndose eco del estado de la investigación sobre soledad, Reis, Nezlek y Wheeler (1980) decidieron llevar a cabo un estudio utilizando como instrumento de medida el Rochester Interaction Record (RIR) (Wheeler & Nezlek 1977, Reis, Nezlek & Wheeler, 1980). Esta medida introduce dos

aspectos novedosos: 1) diferencia entre cantidad y calidad de las interacciones, y 2) aporta datos referentes al compañero/a con el que se establecen las interacciones. Esto último es importante ya que hombres y mujeres difieren en su grado de eficacia como compañero social, siendo las mujeres más expresivas, empáticas e íntimas (Andersen et al., 1981; Deaux, 1976). Reis y colaboradores pensaban que las características de la persona con la que se interactúa serían un posible predictor de la soledad del individuo así como también lo serían las características de su conducta social. Si como mencionábamos anteriormente las mujeres poseen unas determinadas características que reducen los sentimientos de soledad, parece lógico pensar que la cantidad de tiempo que uno pasa con una mujer estará inversamente relacionada con la soledad. Pues bien, los datos encontrados en el estudio de Reis y cols. mostraron resultados muy interesantes. En primer lugar, los hombres estaban más solos que las mujeres (45.8 vs. 41.7 respectivamente, $p<.10$). En segundo lugar, tanto para hombres como para mujeres, la correlación más fuerte de la variable soledad apareció con la variable tiempo transcurrido con mujeres, de modo que a mayor tiempo pasado con ellas, menor era el sentimiento de soledad de la persona. La calidad de las relaciones también estuvo relacionada con la soledad, de modo que a mayor intimidad, autorrevelación, revelación del otro, agrado y satisfacción, tanto con personas del mismo sexo como del sexo opuesto, menos solas se sentían las personas ya fueran hombres o mujeres. La conclusión que se desprende de estos datos es que tanto hombres como mujeres necesitan la misma calidad en sus relaciones para evitar los sentimientos de soledad. No obstante las mujeres parecen más expertas en satisfacer este tipo de necesidades.

Además de los datos anteriores que resaltan lo importante que es la percepción que la persona solitaria tiene de los aspectos cualitativos de sus relaciones interpersonales, Williams y Solano (1983), introdujeron una aportación novedosa en sus investigaciones que consistió en medir la

percepción de la relación que tenía la otra persona que participaba en ella, ya que hasta ese momento, en el estudio de la soledad sólo se consideraba el aspecto subjetivo de la persona solitaria. Lo que se pretendía comprobar era si realmente la gente que interactuaba con la persona solitaria también apreciaba esa pérdida de intimidad de la antes hablábamos. Y efectivamente, los mejores amigos de las personas que decían sentirse solas por haber perdido intimidad en sus relaciones íntimas corroboraron esa pérdida de intimidad. Por tanto, podemos concluir además, que la soledad no sólo existe en la mente de quien la padece sino que transciende a la esfera pública y conlleva consecuencias personales y sociales.

Evaluación que hacen las personas solitarias de sus relaciones sociales

La característica principal de la soledad, lejos de lo que en un principio se pensaba no es tanto el que la gente tenga o no un número determinado de amigos sino más bien el modo en que tales personas (las que se sienten solas) viven y sienten sus relaciones sociales (Perlman & Peplau, 1981). La gente solitaria no sólo evalúa negativamente su propio funcionamiento en las relaciones que establece y las interacciones que mantiene sino que además esperan también ser evaluadas negativamente por los demás (Jones et al., 1983). Esta percepción parece ajustarse bien a la realidad. Numerosos experimentos llevados a cabo, en los que la gente solitaria tenía que interactuar con extraños, han mostrado que ellas mismos se autopercibían como socialmente incompetentes, y que también eran percibidas de esta manera por las personas con las que interactuaron (Spitzberg et al., 1985; Jones, Sansone & Helm, 1983). Esta situación es en sí misma un círculo vicioso que perpetúa la soledad, de modo que evitar las relaciones sociales con los demás conlleva una pérdida de experiencias interpersonales y relacionales, y por lo tanto, a déficits en las habilidades sociales que son necesarias para mantener interacciones exitosas en

el futuro.

Además, bastante evidencia empírica confirma que las personas solitarias son deficientes en una serie de competencias sociales, y que suelen presentar otras características como timidez y retraimiento (Check, et al., 1981). De hecho, uno de los elementos más importantes de esta baja competencia es la ansiedad que la persona experimenta acerca de su propio funcionamiento social. Este hecho no pasa inadvertido para quienes interactúan con personas solitarias, de modo que las valoraciones negativas que la gente solitaria hace de sí mismas parecen tener dos bases diferentes: 1) La perspectiva del observador que reacciona a las conductas específicas que la persona solitaria pone en marcha y 2) la perspectiva de la propia persona solitaria, esto es, la percepción de su pobre funcionamiento social y la consecuente valoración negativa. Estos dos procesos tienen consecuencias diferentes. Por un lado, el estilo perceptual de la persona solitaria le conduce a una retirada y a una visión negativa de las relaciones. Por otro lado, el observador (interactuante) que valora negativamente las conductas realizadas por la persona solitaria es posible que en el futuro evite posibles contactos sociales con ella, perpetuando de este modo el aislamiento de la persona afectada. Obviamente, no todos los observadores responden de la misma manera. De hecho numerosos estudios han puesto de manifiesto que el grado de familiaridad con la persona afectada amortigua los efectos de la soledad, siempre que las conductas emitidas por estas personas no sean etiquetadas como hostiles. Cuando estamos ante personas desconocidas, la percepción negativa de la situación de interacción pueden dificultar posibles relaciones (Burgoon & Koper, 1984).

En definitiva, podemos concluir que desde el punto de vista de la persona solitaria, la experiencia acumulada día a día de las evaluaciones que los demás realizan de sus interacciones y relaciones van a constituir una base sólida

con la que medir el valor que tiene como objeto social para los demás (Stroebe, 1977). Si estas evaluaciones son sistemáticamente negativas, la persona probablemente se vea a sí misma de modo negativo, internalizando tales percepciones en un estilo de percepción de ella misma en relación con los demás. Muchos teóricos como Kelly (1969) y Bowlby (1988) por citar algunos, sostienen que las personas revisamos el pasado con el objeto de construir la herramienta de aproximación que mejor nos sirva para enfrentarnos a sucesos futuros semejantes. Esos procesos se van a convertir en la base para las futuras interacciones de la persona con el mundo que le rodea y van a constituir el estilo característico de percepción de determinados temas.

Similitud Percibida.

La semejanza que nuestras ideas e intereses muestran con las de los demás ha sido un tema central en el estudio de las relaciones interpersonales y por tanto, también en el estudio de la soledad, fundamentalmente, la de tipo emocional (Russell et al., 1984). La literatura existente al respecto ha puesto de manifiesto que las personas se sienten más atraídas por quienes son semejantes a ellos en actitudes y características de personalidad que por quienes son diferentes (Byrne, 1961, 1962; Byrne et al., 1966). Además, la semejanza se considera un factor importante en la elección de amigos y en el mantenimiento de la amistad (Duck, 1975). Por esta misma razón, la gente que se siente emocionalmente sola es más probable que perciba que sus ideas e intereses son totalmente diferentes a los de los demás y por tanto, su conducta social será de retirada o evitación y no de acercamiento. En un estudio llevado a cabo por Bell (1993) se pudo demostrar que la soledad emocional estaba significativamente correlacionada con el grado de similitud que la persona solitaria percibía que tenían con quienes le rodeaban.

Han sido varias las explicaciones que se han dado a esta relación. Según una de ellas, el grado en el que la persona solitaria se percibe similar a los demás podría ser un antecedente de la soledad emocional apoyado por el hecho de que una proporción importante de las personas que dicen sentirse solas, también dicen percibirse así mismas como diferentes a los que las rodean (Mikulincer & Segal, 1990). Como hemos mencionado anteriormente, la semejanza juega un papel importante en la formación de relaciones estrechas, de modo que la gente que se perciba completamente diferente de aquellos que le rodean estarán menos motivada para iniciar relaciones con ellos ya que considerarán que no merece la pena el esfuerzo por acercarse a personas a quienes no gustan demasiado. Para otros autores, la similaridad percibida es una consecuencia de la soledad emocional, que influye en el proceso de atribución de la persona solitaria. Algunas personas solitarias atribuyen su soledad al hecho de ser diferente a los demás, permitiéndoles esta atribución mantener una autoimagen positiva y verse así mismas como víctimas y no como personas que poseen atributos personales negativos. Por supuesto, que este proceso contribuye a hacer más grandes las diferencias que en un principio pudieron ser incluso inexistentes. En definitiva, parece ser que la percepción que uno tiene de sí mismo respecto a los demás es un elemento importante en el sentimiento de la soledad. De alguna manera, el grado en el que una persona es preferida o considerada agradable (y semejante) por los demás está relacionado con una mayor o menor dificultad de la persona para establecer relaciones (Bell, 1993).

C) Variables contextuales asociadas a la soledad

Además de las características personales e interpersonales, que pueden considerarse como variables relativamente estables, otras líneas de investigación se han centrado en aquellas situaciones estresantes que provocan en el individuo altos niveles de soledad y otros trastornos. Existe abundante

literatura sobre las reacciones que se producen en las personas como consecuencia de la ocurrencia de cambios radicales en sus vidas (por ejemplo, hospitalización, encarcelamiento) o cualquier otro hecho que cambie sustancialmente su vida cotidiana (traslado a otra ciudad, inicio de estudios universitarios, etc).

Algunos ejemplos en los que han sido las situaciones contextuales las que han elicitado los sentimientos de soledad en las personas lo encontramos en un estudio realizado por Weiss quien encontró que un grupo de mujeres casadas que acababan de mudarse a Bóston, una ciudad desconocida para ellas, se sentían muy solas, confesando que esta experiencia no la habían sentido antes. Esas mujeres, venían a la ciudad porque sus maridos habían sido trasladados en sus empleos, pero ellas todavía no tenían un trabajo ni conocían a nadie en la ciudad (Weiss, 1987) y esta situación de aislamiento les hacía sentirse muy solas a pesar de que estaban con sus maridos e hijos.

Por su parte, Cutrona (1982); Shaver, Frurman y Buhrmeister (1985), realizaron estudios con universitarios en su primer año de carrera. El inicio de los estudios universitarios para la mayoría de las personas supone entre otras cosas, trasladarse a una ciudad desconocida, romper con vínculos afectivos muy fuertes (dejar de vivir con la familia), dejar a los amigos porque han elegido una carrera diferente, en definitiva, encontrase en un contexto completamente nuevo, al que tenían que adaptarse. Los estudios realizados con esta población universitaria ha mostrado que el grado de soledad al comienzo de los estudios universitarios era relativamente más alto y que a pesar de que la soledad decrecía en el transcurso del año académico, una proporción importante de los estudiantes se sentían solos incluso meses después de iniciar sus estudios. Esto indica la importancia que tiene en la soledad las variables contextuales y situacionales, que en ocasiones coloca a la persona en una condición en la cual

es difícil evitar los sentimiento de soledad.

4. DESARROLLO DE INSTRUMENTOS DE MEDIDA

En este apartado vamos a describir brevemente algunos aspectos de interés en la metodología utilizada en el estudio de la soledad, considerando las principales dificultades que se han tenido que salvar en la construcción de las medidas, así como una presentación de los principales instrumentos desarrollado para medir este constructo.

A) Metodología en el estudio de la soledad

Tal y como ya hemos indicado, la investigación sobre el fenómeno de la soledad ha experimentado grandes avances como consecuencia del desarrollo de instrumentos que hicieron posible su medición. Asimismo, conocer el origen y desarrollo de las diferentes herramientas diseñadas para medir la soledad, nos puede servir para tener una visión más completa de la evolución que ha seguido dicho constructo desde sus orígenes. Cuatro han sido las cuestiones tenidas en cuenta por los investigadores a la hora de diseñar y construir un instrumento de medida sobre la soledad.

Una primera cuestión ha sido la preocupación por la inclusión o no en la escala de medida del término "soledad". Desde un primer momento se ha mantenido la tesis de que el término soledad podría provocar alteraciones y modificaciones en las respuestas de los sujetos, sobre todo cuando se trata de varones, dado que la soledad no es socialmente aceptable. No obstante, esta consideración no ha sido tenida en cuenta por todos los investigadores, encontrándonos escalas en las que el término está incluido y otras en las que no.

La segunda cuestión ha sido el considerar que estamos ante una emoción y que por tanto, se trata de un sistema complejo. No obstante, mientras que algunos autores han puesto el énfasis en la experiencia afectiva de la emoción, otros lo han hecho en los antecedentes y/o determinantes de la misma. Esta diversidad puede en ocasiones, explicar la inconsistencia de los resultados encontrados.

En tercer lugar, cuando se aborda el estudio de la soledad y se desarrolla un instrumento de medida, ha de determinarse si se trata de un constructo unidimensional o multidimensional. A pesar de que desde el principio del estudio de la soledad Weiss (1973) ya distinguió dos tipos de soledad, la mayoría de los autores hablan de la soledad y la consideran como un constructo unidimensional. Por último, y no por ello menos importante, otra cuestión a tener en cuenta en el diseño de medidas hace referencia a la característica temporal de la soledad: ¿es un estado?, ¿es un rasgo de personalidad? ¿puede ser ambas cosas?.

La revisión de las escalas que vamos a presentar a continuación han tratado de recoger si no todos, algunos de los aspectos que acabamos de mencionar.

B) La UCLA Loneliness Scale

La medida de soledad más ampliamente utilizada ha sido la Escala de Soledad de UCLA (Russel et al., 1978, 1980), de la que existen tres versiones. Esta ha sido también la escala utilizada en nuestras investigaciones, motivo por el cuál hemos dedicado mayor espacio y atención que a las demás medidas diseñadas.

Las tres versiones que existen de la Escala de Soledad de UCLA conceptualizan ésta como una respuesta emocional unidimensional, más concretamente como la respuesta emocional a la discrepancia entre los niveles de contacto social deseado y los niveles logrados. La versión original de dicha escala consistía en 20 afirmaciones que reflejaban el grado de soledad de la persona. Muchos de esos items fueron extraídos de las experiencias de soledad relatadas por algo más de 20 psicólogos a quienes se les preguntó al respecto, y otros items estaban basados en la primera escala de soledad construida por Eddy (1961). Cada item se acompañó de una escala de cuatro puntos (4= A menudo me siento así, 3= A veces me siento así, 2= Rara vez me siento así y 1= Nunca me siento así). Si bien esta escala obtuvo índices positivos de fiabilidad y validez, también presentaba varios problemas. El primero hizo referencia a la redacción de los items, ya que todos estaban formulados en dirección negativa, lo cual favorecía el sesgo de respuesta. El segundo, estaba referido a la validez discriminante de la escala. Se encontraron correlaciones importantes (de .4 a .5) entre las puntuaciones en la escala de soledad y las obtenidas en otras medidas relacionadas (por ejemplo, depresión y autoestima). Estos problemas llevaron a elaborar una segunda versión de la Escala de Soledad de UCLA (Russel et al., 1980), en la que se incluyeron 10 items formulados de forma positiva (Por ejemplo: "Me siento en armonía con la gente que me rodea") y otros 10 de forma negativa (Por ejemplo: "Siento que no hay nadie a quien pueda recurrir"). El formato de respuesta era tipo Likert con cuatro puntos, igual que en la primera versión, teniendo que invertirse los items pertinentes para obtener la puntuación total. Con esta escala se realizaron varios estudios para diagnosticar su validez discriminante. Si bien los resultados obtenidos en la escala correlacionaban significativamente con depresión, ansiedad, autoestima, deseabilidad social, introversión-extraversión y evitación social, los análisis estadísticos mostraron que la escala medía un constructo distinto.

En su inicio, la segunda versión de la Escala de Soledad de UCLA se utilizó casi exclusivamente con poblaciones universitarias. Posteriormente, cuando se intentó estudiar poblaciones diferentes, como las integradas por personas ancianas, surgieron algunos problemas en la comprensión de ciertos items, lo que influyó negativamente en la fiabilidad de la escala. Esto llevó a Russell y Cuttrona (1988) a elaborar una tercera versión, en la que se cambió la redacción de algunos items que parecían generar confusión.

También se han elaborado versiones reducidas de la Escala de Soledad de UCLA con 4 (Russell et al., 1980), 8 (Hays y DiMatteo, 1987) y 10 items, que al igual que la versión completa, cuentan con índices aceptables de fiabilidad (oscilando el coeficiente alfa para la UCLA-8 entre .56 a .60; y para la UCLA-4 entre .31 a .45) y validez (Wilson, et al., 1992).

La tercera versión de la escala ha sido utilizada con una gran variedad de muestras, incluyendo a personas de diferente estratos sociales y características sociodemográficas.

La consistencia interna de esta escala en cualquiera de sus versiones ha sido bastante alta, con un coeficiente alpha de Cronbach de .89 para la versión española (Expósito y Moya, 1993). Este coeficiente es muy similar a los obtenidos por Russell y Cuttrona (1988) en varias muestras estadounidense (que iban desde .89 en muestras de profesores y ancianos hasta .94 en enfermeras, pasando por .92 en estudiantes). Las versiones anteriores de la escala dieron coeficientes alpha de magnitud similar. También cuenta con buenos índices de fiabilidad test-retest que oscilan entre el .62 obtenido por Cutrona (1982) al .73 obtenido por el mismo autor en 1987 utilizando la versión 3ª.

La Escala de Soledad de UCLA cuenta con adecuados niveles de

validez. Se ha encontrado que las puntuaciones en la escala de soledad correlacionan significativamente con medidas de depresión (r=.50), ansiedad (r=.30), estilo de atribución, y funcionamiento del sistema inmunológico (Shaver & Brennam, 1991) así como con otras medidas de actividades y relaciones sociales. En una investigación realizada con una muestra de universitarios, Expósito y Moya (1993) encontraron correlaciones significativas (en todas ellas p<.01) entre las puntuaciones en la Escala de Soledad de UCLA y la frecuencia con la que los sujetos se habían sentido solos en su vida (r= .54); el número de veces que se habían sentido solos en las últimas dos semanas (r= .64); y el número de amigos íntimos que poseían (r= -.28). Sin embargo no se encontraron correlaciones significativas entre las puntuaciones en la Escala de soledad y actividades como cenar solo (r= .15), salir solo en las tardes-noches del fin de semana (r= -.09) o actividades realizadas con amigos (r= -.21) (Expósito & Moya, 1993).

La validez discriminante de la Escala de Soledad fue determinada en el estudio realizado en España examinando la relación entre las puntuaciones de soledad, las puntuaciones en otras medidas de ánimo y personalidad y las autocalificaciones de soledad. Los resultados indicaron que las puntuaciones en la Escala de Soledad de UCLA correlacionaban más altamente con las autocalificaciones de soledad que con cualquier otra medida. Sin embargo, la soledad estuvo significativamente correlacionada con muchas variables de ánimo y personalidad, lo que sugiere que tales variables tiene un peso específico en la elicitación de los sentimientos de soledad de las personas (Shaver & Brennam, 1991; Expósito & Moya, 1993).

Algunas características de la Escala de Soledad de UCLA merecen ser señaladas. La primera de ellas es que en la escala no aparece el término soledad o solo (referido al sentimiento subjetivo de soledad). Russell (1982) considera

que esta omisión reduce el sesgo de respuesta de los sujetos sabido el estigma social que acarrea este concepto. En segundo lugar, un aspecto importante de la escala es que mide la soledad como un estado afectivo unidimensional. Por último, a pesar de que la escala no tiene en cuenta la dimensión temporal, en cierto modo, la soledad tal y como es medida por la UCLA Loneliness Scale, se considera más un rasgo que un estado.

Precisamente por ser la medida más utilizada en los estudios sobre soledad, han sido varios los análisis factoriales que se han realizado de ella. Zakahi y Duran (1982) obtuvieron dos factores: uno relacionado con la *Intimidad con los demás* y otro con la *Red social*. Austin (1983) obtuvo tres factores: *Intimidad con los demás, Otros sociales y Pertenencia y afiliación*. Hojat (1982) sin embargo obtuvo cinco factores: *Aislamiento y retirada, Gente, Tener en común, Ausencia de intimidad con los demás y Sociabilidad.*

Análisis posteriores han mostrado que dos son los principales factores que emergen de la escala: Intimidad con los demás, en el que cargan items como "He perdido compañía"; "No hay nadie a quien pueda recurrir"; "No me siento solo", etc., y El otro social en el que cargan items como "Me siento en armonía con la gente que me rodea", "Me siento parte de un grupo de amigos", etc. Además, los dos factores han sido encontrados en cada una de las muestras utilizadas, independientemente del sexo y de la edad (Wilson et al., 1992).

En nuestro país, en un estudio que se presenta en esta tesis, el análisis factorial de componentes principales realizado con la Escala de Soledad de UCLA (N= 786) mostró la existencia de cuatro factores que explicaban el 53,9% de la varianza. Como se recoge en la tabla núm. 2.1, el factor I estuvo formado por los items 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14 y 18, que explicó el 34.9% de la varianza. El factor II, formado por los items 1, 5, 6 y 10, que explicó el 8.3%

de la varianza. El factor III estuvo formado por los items 15, 16, 19 y 20, explicando el 5.6% de la varianza. Por último, el factor IV estuvo formado por los items 9 y 17, y explicó el 5.1% de la varianza.

Como puede comprobarse en la tabla núm. 2.1., el Factor I recoge items referentes a la experiencia de aislamiento social de los demás y al tipo de relaciones sociales logradas con los demás, por tanto, podríamos denominarlo como *Soledad Social*. El segundo factor, recoge items que hacen referencia a la soledad como experiencia emocional, por lo que le denominaremos *Soledad Emocional*. El tercer factor concierne a la percepción que tiene el individuo del apoyo que puede esperar de los demás, por lo que le denominaremos *Percepción de Apoyo Disponible*, y en último lugar, el factor IV recoge aspectos relacionados con la percepción que tiene el individuo de sí mismo como ser social, por lo que le llamaremos *Competencia Social*.

TABLA 2.1.- Resultados del análisis Factorial de la Escala de Soledad de UCLA

ITEMS	F1	F2	F3	F4
2. Con qué frecuencia sientes que te falta compañía	.73			
3. Con qué frecuencia piensas que no hay nadie a quien puedas recurrir	.61			
4. Con qué frecuencia te sientes solo	.74			
7. Con qué frecuencia sientes que no hay nadie cerca de ti	.70			
8. Con qué frecuencia piensas que tus intereses e ideas no son compartidas por quienes te rodean	.53			
11. Con qué frecuencia te sientes rechazado	.53			
12. Con qué frecuencia piensas que tus relaciones sociales no son significativas	.43			
13. Con que frecuencia piensas que nadie te conoce realmente bien	.55			
14. Con qué frecuencia te sientes aislado de los demás	.60			
18. Con qué frecuencia te sientes con gente alrededor, pero que no están contigo	.49			
1. Con qué frecuencia sientes que estás en sintonía con la gente que te rodea		.67		
5. Con qué frecuencia te sientes parte de un grupo de amigos/as		.54		
6. Con qué frecuencia piensas que tienes mucho en común con la gente que te rodea		.71		
10. Con qué frecuencia te sientes vinculado y unido a otra gente		.57		
15. Con qué frecuencia piensas que puedes encontrar compañía cuando lo desees			.58	
16. Con qué frecuencia sientes que hay gente que realmente te comprende			.67	
19. Con qué frecuencia sientes que hay gente con quien puedes hablar			.76	
20. Con qué frecuencia piensas que hay gente a quien puedes recurrir			.76	
9. Con qué frecuencia piensas que eres una persona sociable y amistosa				.57
17. Con qué frecuencia te sientes tímido				-.64

Si bien este análisis no coincide plenamente con los realizados por otros autores, si recoge las principales dimensiones o aspectos que se han señalado como constitutivas de la soledad de forma sistemática.

Y para terminar, si bien es cierto que la UCLA-20 ha sido la medida más utilizada en el estudio de la soledad en una gran variedad de muestras, no menos cierto es la escasez de estudios transculturales realizados sobre la soledad utilizando la Escala de Soledad de UCLA, o cualquier otra medida (Jones, Carpenter y Quintana, 1985; Wilson et al., 1989), a pesar de que la Escala de soledad de UCLA parece cumplir los requisitos mínimos para la realización de estudios transculturales: 1) Que el constructo que se va a medir sea comparable en esa otra cultura; 2) que la medida sea desarrollada de modo apropiado, evitando los localismos y sesgos lingüísticos y que garantice la máxima generalización a través de las culturas y, 3) evidencia empírica de la validez de la medida a través de las culturas. Pues bien, la Escala de Soledad de UCLA parece cumplir cada uno de los tres criterios requeridos. Respecto al primero, Mijuskovic (1979) apuntó que el fenómeno de la soledad está cultural y temporalmente ubicado. Los concomitantes de la soledad observados en los distintos estudios occidentales han sido también encontrados en otros países como Irán (Hojat, 1982), Puerto Rico (Jones et al., 1985) y Zimbawe (Wilson et al, 1989). Jones et al. (1985) concluyen que el constructo de soledad parece ser generalizable a cualquier otra cultura. Respecto al segundo de los criterios, la UCLA-20 enfatiza la definición de constructo, homogeneidad y validez convergente y discriminante, además de estar libre de sesgos lingüísticos y de respuesta. En cuanto al tercer criterio, la UCLA-20 ha demostrado ser fiable a través de los estudios transculturales en Irán (Hojat, 1982) y Japón (Kudoh & Nisikawa, 1983). Por su parte, Jones y cols. (1985) informaron de que las correlaciones entre items de la UCLA-20 fueron similares tanto en las muestras de U.S.A. como las de Puerto Rico lo que indica que los items de cada una están

relacionados con el mismo constructo en ambas sociedades (Wilson et al., 1992).

C) Otras medidas de soledad.

Como ya hemos mencionado, la Escala de Soledad de UCLA ha sido la más utilizada en el estudio de la soledad por los investigadores y la que nosotros hemos utilizado en nuestras investigaciones, por lo que la hemos descrito con más detalle y amplitud. No obstante, se han desarrollado otras medidas que han tratado de abordar algunas de las cuestiones a las que hacíamos mención al principio de este apartado y que a continuación pasamos a presentar brevemente:

Medidas centradas en las importancia de las relaciones

Este tipo de medidas, entre las que se encuentra la Escala de Soledad de UCLA, se centran en la influencia que sobre la soledad ejerce el tipo de relaciones que una persona mantiene. Parten de la premisa de que la soledad sobreviene cuando el individuo percibe como deficitarias sus relaciones románticas, de amistad, familiares o laborales.

La **Differential Loneliness Scale** (Schmidt & Sermat, 1983) tiene dos puntos en común con la Escala de soledad de UCLA, por un lado, ambas están centradas en las relaciones que mantienen las personas y por otro, no hace mención de forma explícita a la soledad como sentimiento subjetivo.

La DSL está basada en la definición de soledad como "*la discrepancia experimentada entre la clase de relaciones que el propio individuo percibe que tiene y las que a él le gustaría tener*" (Schmidt & Sermat, 1983). Para medir tal

discrepancia los autores piden a los sujetos que evalúen la calidad y la cantidad de sus interacciones en cuatro tipo de relaciones: relaciones románticas-sexuales, de amistad, con la familia, y con grandes grupos o con la comunidad a la que pertenecen. Para cada tipo de relación, la satisfacción o insatisfacción se mide en términos de cinco dimensiones: a) presencia vs. ausencia; b) aproximación vs. evitación; c) cooperación; d) evaluación y e) comunicación.

Los items están basados en las descripciones psiquiátricas y psicológicas de la soledad, así como en las descripciones sobre la misma que aparecen en la literatura popular y ensayos. De todo el material recopilado se extrajeron 320 items, de los cuales fueron elegidos algunos en función de unos criterios: a) que no se solaparan con otros conceptos semejantes como depresión, ansiedad y autoestima; b) que minimizaran la deseabilidad social de las respuestas de los sujetos; c) que maximizaran la homogeneidad.

Los items definitivos estaban redactados tanto en dirección positiva como negativa y no incluían la palabra "solo" o "soledad". En total, la versión definitiva consta de 60 items de los cuales 22 hacen referencia a las relaciones de amistad (por ejemplo: "Yo tengo al menos un buen amigo de mi mismo sexo"), 18 a las familiares (por ejemplo: "Encuentro fácil expresar mis sentimientos de afecto a los miembros de mi familia"), 12 a las relaciones románticas-sexuales (por ejemplo: "Encuentro difícil decir a alguien que lo amo") y 8 a las relaciones con grupos (por ejemplo:" Trabajo bien con los demás en grupo"). La forma de respuesta es de Verdadero o Falso, de modo que el rango de respuesta de la escala va de 0 (nada solo) a 60 (extremadamente solo).

La escala fue administrada a muestras muy diferentes entre sí en características sociodemográficas, encontrándose buenas propiedades

psicométricas de fiabilidad y validez. Los resultados obtenidos de su aplicación ponen de manifiesto que la DSL es una escala especialmente útil en estudios en los que se desee distinguir la soledad de otros constructos como la ansiedad, la depresión o la autoestima.

Escalas que consideran la soledad como un constructo multidimensional

Existen varias medidas que consideran la soledad como un constructo multidimensional, entre las que destacamos la Loneliness Rating Scale (Scalise, Ginter & Gerstein, 1984) y la Rasch-Type Loneliness Scale (Jong-Gierveld & van Tilburg, 1990).

a. Loneliness Rating Scale (Scalise, Ginter & Gerstein, 1984). Esta es una escala multidimensional que mide la frecuencia y la intensidad de una serie de estados afectivos concretos que suelen experimentar las personas que se siente solas. A diferencia de la Escala de soledad de UCLA, la LRS se centra en la soledad como un estado emocional y no en sus presuntas causas sociales-relacionales.

Para diseñar la medida los autores reunieron 70 adjetivos (por ejemplo: vacío, desafortunado, asustado, triste, etc.) que una serie de estudiantes universitarios habían descrito como los sentimientos que ellos experimentaban cuando se sentían solos. Administraron estos adjetivos a una muestra de población para intentar determinar: Primero, *la frecuencia* con que los sujetos experimentan esos mismos sentimientos ("Cuando te sientes solo, te sientes _____" : De 0= Nunca a 3= Siempre); y segundo, *la intensidad* de esos sentimientos ("La experiencia de sentirme _____ es: De 1= Algo molesta a 5= Abrumadora"). Los espacios en blanco fueron rellenados con los 70 adjetivos iniciales de modo que para cada uno de ellos se obtenía la frecuencia

y la intensidad con la que eran experimentados. Análisis factoriales posteriores permitieron extraer cuatro subescalas llamadas Agotamiento, Aislamiento, Perturbación y Abatimiento. El rango de respuesta de la medida total va de 0 a 30 para la frecuencia y de 0 a 50 para la intensidad.

Las propiedades psicométricas de la escala no han sido suficientemente probadas. Por lo que respecta a la consistencia interna, el coeficiente alfa para cada una de las cuatro subescalas fue de .86 para Agotamiento, .89 para Aislamiento, .82 para Agitación y .87 para Abatimiento. Estos índices corresponden solamente a la frecuencia. No se han realizado análisis paralelos para la intensidad. Tampoco se han realizado medidas test-retest ni análisis de validez convergente y discriminante. A pesar de todas las posibles lagunas que presenta esta medida aún por perfeccionar, es importante resaltar una característica en la que sobresale respecto a las demás medidas de soledad: la LRS se centra en las emociones que experimentan las persona que dicen sentirse solas y no tanto en las diferencias percibidas en sus relaciones tal y como hacen la mayoría de las medidas de soledad.

b. La Rasch-Type Loneliness Scale (Jong-Gierveld & van Tilburg, 1990). Esta escala se basa en una conceptualización multidimensional de la soledad de acuerdo a la cual "*las personas perciben, experimentan y evalúan su aislamiento y pérdida de comunicación con otras personas*" (De Jong-Gierveld & Kamphuis, 1985). Los autores distinguen tres dimensiones de la soledad: *Tipo de deprivación* (hace referencia a la naturaleza e intensidad de la privación social percibida), *la perspectiva temporal* (referente a la mutabilidad versus estabilidad temporal de la soledad), y *características emocionales* (ausencia de sentimientos positivos tales como alegría o afecto, y la presencia de sentimientos negativos como miedo, tristeza o inseguridad). De entre los items que componen la escala original nueve de ellos formaban lo que se llamó "una

escala de deprivación", la cual correlacionó altamente (.66, p< .001) con la autocalificación de soledad de los sujetos. Ya que esta subescala medía fundamentalmente sentimientos de soledad severa, Jong-Gierveld y Kamphuis (1985) quisieron desarrollar una escala que: 1) explorara tanto los sentimientos menos severos de soledad como los sentimiento más severos, 2) que constara de items formulados tanto negativa como positivamente, y 3) que representara un continuo latente de "deprivación". Análisis posteriores realizados con esta escala han arrojado la existencia de 5 subescalas. No obstante, estas medidas deben seguir perfeccionándose hasta conseguir criterios psicométricos adecuados.

Medidas que consideran la Soledad estado versus Soledad rasgo

Existen escalas basadas en la UCLA que fueron construidas para distinguir la soledad inducida situacionalmente, esto es, el tipo de experiencia que cualquiera pudiera experimentar cuando viaja solo o se traslada a una ciudad, de la soledad crónica, que se considera un rasgo disposicional.

Una escala que incluye tal distinción es la **State versus Trait Loneliness Scale** (Gerson & Perlman, 1979; Shaver & Buhrmester, 1985). Para construir esta escala Gerson y Perlman (1979) estudiaron las habilidades de comunicación de tres grupos de personas: las que se sentían solas habitualmente, las personas que se sentían solas debido a una situación concreta y aquellas que no se sentían solas. Para poder hacer la distinción entre la soledad como rasgo y la soledad como estado administraron la Escala de Soledad de UCLA dos veces aunque utilizando instrucciones diferentes para cada caso. Las instrucciones para la escala estado se referían a "los últimos días" y en la escala rasgo las instrucciones se referían a "los últimos años".

Los resultados obtenidos ponen de manifiesto las diferencias esperadas. El grupo de personas que no se sentían solas obtuvieron las puntuaciones más bajas de los tres grupos tanto en la escala rasgo como en la escala estado; las personas que se sentían solas situacionalmente obtuvieron la máxima puntuación de los tres grupos en la escala de estado y la más baja puntuación en la escala de rasgo. Las persona que se sentían solas de forma crónica, obtuvieron la puntuaciones más altas de los tres grupos, tanto en una escala como en otra.

Una vez realizado este estudio previo construyeron la escala definitiva utilizando para ello 8 items de la Escala de Soledad de UCLA y 3 items de la NYU Loneliness Scale (Rubenstein & Shaver, 1982), quedando la escala final compuesta por dos subescalas con 11 items cada una en la que el sujeto debe responder en una escala de 5 puntos (1= Totalmente de acuerdo, 5= Totalmente en desacuerdo) siendo en rango de respuesta de 11 (Baja soledad) a 55 (Alta soledad). Algunos ejemplos de items son: "Durante los últimos días/últimos años me he sentido parte de un grupo de amigos", "Durante los últimos días/últimos años, no ha habido nadie que me conozca realmente bien", etc.

Las propiedades psicométricas de esta escala son en gran medida similares a las encontradas en la Escala de Soledad de UCLA, de la que se han obtenido la mayor parte de los items. La consistencia interna es alta (en torno a .88). En cuanto a la fiabilidad, se esperaba que la soledad como rasgo fuera más estable que la fiabilidad como estado y en efecto, medidas tomadas dos meses después por el procedimiento test-retest obtuvieron correlaciones para la soledad como rasgo (de entre .77 y .83) que para la soledad como estado (entre .29 y .64).

Como prueba de la validez de la medida se encontraron correlaciones

entre las puntuaciones en la dos subescalas y las obtenidas en el Inventario de Depresión de Beck. Por otro lado, la soledad como rasgo estuvo significativamente relacionada con habilidades sociales pobres, estrategias de afrontamiento ineficaces y un estilo de atribución desadaptativo para los fracaso (los índices de correlación oscilaron entre .31 a .49, p>.001) mientras que la soledad como estado correlacionó con habilidades sociales (valores que oscilaron entre -.46 a -.64) especialmente cuando los sujetos estaban intentado hacer nuevas relaciones (Shaver & Brennan, 1991).

A pesar de las propiedades que acabamos de mencionar, esta media debe seguir probándose y desarrollándose precisamente por la importancia de los hallazgos encontrados. Dado que la soledad implica una serie de déficit sociales y psicológicos importantes, es conveniente de cara a la intervención, determinar si esos déficits son principalmente debidos a un rasgo disposicional o a un estado transitorio.

Medidas que diferencian la Soledad social versus soledad emocional

Otras medidas han sido diseñadas para distinguir entre la soledad social frente a la soledad emocional. Recogiendo la opinión de Weiss (1973), las personas pueden sentirse solas bien porque desean una relación de apego (implica búsqueda de intimidad y seguridad, normalmente es una relación romántica o matrimonial) o bien porque desean formar parte de una red de amigos o compañeros. Las implicaciones fenomenológicas y conductuales de estas dos clases de soledad parecen ser bien diferentes, aún cuando ambas puedan hacer que la persona puntúe muy alto en una medida general de soledad como la Escala de Soledad de UCLA o la LRS.

Presentamos tres medidas que tratan de recoger esta distinción:

a. La Emotional versus Social Loneliness Scale (Russell, Cutrona, Rose & Yurko,1984; Wittenberg, 1986). Hay dos versiones de esta escala. La primera, de Russell y colaboradores (1984) consta de dos items que miden aislamiento social y emocional respectivamente. Cada uno de los items está formado por dos descripciones del tipo de soledad seguida de una escala de 9 puntos (De 1= Nada a 9= Mucho) que indica la intensidad con la que los contestantes están experimentando ese tipo de soledad. Por tanto, el rango de respuesta es de 1 a 9. Los dos items son: 1) "Un posible tipo de soledad implica no pertenecer a un grupo o red social. Puede tratarse de un conjunto de amigos con quienes compartir una serie de actividades sociales, o de cualquier grupo que proporcione un sentimiento de pertenencia basado en intereses comunes, trabajo u otras actividades" y 2) "Otro posible tipo de soledad es la falta de una relación intensa y relativamente duradera con otra persona. Aunque puede tratarse de una relación romántica o de pareja, también puede ser cualquier otro tipo de relación que proporcione sentimientos de cariño y seguridad".

La escala de Wittenberg (1986) está basada en la anterior pero introduce algunas modificaciones. Desarrolla dos medidas de 5 items cada una, que se responden en una escala de cinco puntos (1= Nunca, 5= Muy a menudo). En lo que respecta a la consistencia interna, Russell y cols. no tenían un criterio aplicable dado que se trataba de un único item. La medida de Wittenberg obtuvo valores de .78 y .76 para la soledad emocional y social, respectivamente. La fiabilidad test-retest no fue medida en ningún caso. Esta medida incluye items como: "La mayoría de quienes me rodean me parecen extraños", "Pertenezco a una red de amigos/as", o "No tengo una relación amorosa especial", por citar algunos.

Las validez convergente de Russel y cols. fue puesta de manifiesto por las correlaciones encontradas con algunos items de la UCLA Loneliness Scale

(.41 para la emocional y .47 para la social) así como con otras medidas subrayadas por Weiss, como el apego, la integración social (la emocional) y la necesidad de reconocimiento de la valía (social). Resultados similares fueron encontrados con la escala de Wittenberg (1986). Tanto en la versión de 1984 como en la de 1986, se han encontrado correlaciones muy bajas entre los items de las escala emocional y social.

b. Emotional-Social Loneliness Inventory (Vincenzi & Grabosky, 1987). El ESLI es una medida multidimensional diseñada para distinguir entre los cuatro constructos a los que Weiss (1973) se refirió: aislamiento emocional y social (condiciones) y soledad emocional y social (sentimientos). La escala contiene 15 pares de afirmaciones, la parte izquierda de cada par hace referencia al aislamiento (lo que realmente hay en la vida de una persona) y en la parte derecha se hace referencia a la soledad (lo que la persona siente respecto a su vida). Un ejemplo de ello lo constituye el siguiente par: "No tengo amigos íntimos" - "No siento que tenga amigos íntimos". Cada una de las afirmaciones son contestadas con una escala de cuatro puntos donde 3 corresponde a Normalmente es verdad y 0 a Raramente es verdad.

Esta medida ha sido desarrollada en diversas muestras de población, entre las que se encontraban adultos incluidos en un programa terapéutico, y han mostrado índices aceptables de validez convergente y discriminante.

Escalas que miden la soledad en los niños: La Children's Loneliness Scale (Asher, Hymel & Renshaw, 1984).

Es una de las pocas escalas elaboradas para ser administrada a niños. El origen de esta medida procede del contexto del estudio del entrenamiento en

habilidades sociales para niños marginados y por tanto se centra en la percepción que tiene los niños del aislamiento y rechazo de que son objeto.

El propósito de los autores fue desarrollar una medida fiable de los sentimientos de soledad e insatisfacción social de los niños que les permitiera comprobar si realmente los niños menos aceptados por sus compañeros de clase se sentían más solos. Para ello desarrollaron un cuestionario compuesto de 24 items que exploraban sentimientos de soledad, de adecuación versus inadecuación social, estimación subjetiva del propio estado de cada uno, aficiones, actividades, etc. Las respuestas se daban de acuerdo a una escala de cinco puntos que iba de "Siempre es verdad" a "Nunca es verdad". Utilizaron una muestra de 506 niños/as de sexto curso.

El coeficiente alfa para una escala abreviada fue de .90 y aunque no se midió directamente la fiabilidad test-retest, correlaciones obtenidas con otras medidas dos semanas después parecen indicar que la soledad y la insatisfacción social son bastante estables en el tiempo. Las medidas de validez convergente y discriminante se obtuvieron correlacionado la escala con otras medidas y variables. La soledad correlaciona significativamente con las medidas de status sociométrico (convergente) y las demás correlaciones obtenidas con otras variables sugieren que la medida desarrollada es independiente de cualquier otra (Divergente).

5. ALGUNAS CONSIDERACIONES A LA METODOLOGÍA EN EL ESTUDIO DE LA SOLEDAD.

La mayoría de los estudios realizados para medir los niveles de soledad de las personas la han conceptualizado como lo que ocurre cuando el individuo

percibe una discrepancia entre dos factores, el nivel de relación social logrado y el deseado (Peplau & Perlman, 1982). Aceptar esta definición ha contribuido a que la mayoría de las investigaciones hayan estudiado un aspecto específico de la soledad dejando prácticamente de lado otros aspectos importante de las personas que dicen sentirse solas, como es su conducta social real, características de personalidad, sociales, etc., así como otros aspectos relevantes para el entendimiento y paliación de este sentimiento tan extendido.

Como bien decía W.H. Jones (1989), la cuestión más importante es que los investigadores de la soledad han procedido más o menos sin guiarse por una perspectiva teórica y sin producir una estructura explicativa que diera cuenta de los patrones encontrados en los resultados empíricos. Además, la mayoría de los investigadores continúan conceptualizando la soledad como algo simple, como un constructo unidimensional, a pesar de la distinción original de Weiss (1973) entre soledad emocional y soledad social y de que algunos investigadores hayan estudiado distintos tipos de soledad y otros hayan comprobado que en las medidas más usadas de soledad no aparece un sólo factor, como era de esperar (Schmidt & Semat, 1983; Wilson et al., 1992). Pero tales distinciones raramente han sido incorporadas a investigaciones posteriores.

Otra cuestión importante es la tendencia a entender el sentimiento de soledad como sinónimo de la cantidad y calidad de las relaciones que tiene una persona, ignorando que en la respuesta que da el individuo confluyen además otros elementos importantes como son sus percepciones, expectativas, variables de personalidad, emociones y experiencias (Icheiser, 1970).

Por todo lo anteriormente expuesto y en orden a situar la soledad en el contexto de las relaciones interpersonales, algunos autores han planteado la necesidad de ir más allá de un análisis exclusivamente individualista y

considerar a la otra persona o personas implicadas en la relación. Por tanto, desde el punto de vista metodológico se plantea la necesidad de optar por estrategias alternativas para abordar el estudio de la soledad. Si realizamos un repaso de los métodos usados en los estudios empíricos sobre soledad llevados a cabo desde 1980 encontramos que existe un patrón común en la investigación de la Psicología Social. De los artículos publicados es este período, aproximadamente el 80% utilizaban estudiantes universitarios como sujeto de estudio y el 80% aproximadamente utilizaban la UCLA (Russell, Peplau & Cutrona) como la principal medida de soledad. Los jóvenes preuniversitarios y los ancianos fueron en un 10% respectivamente sujetos de estudio. El 20% de los estudios que no usaron la UCLA suelen utilizar la Escala Diferencial de Soledad (DSL. Schmidt & Sermat, 1983) o la Escala NYU (Rubenstein & Shaver, 1980). La mayoría de los estudios psicológicos sobre soledad han sido realizados utilizando una única escala de medida de soledad y una única población. Ante esta situación se ha planteado la necesidad de utilizar una metodología más variada, que incluyera entrevistas en profundidad a personas que se sientan solas, análisis de diarios, estudios longitudinales de tipo cuantitativo y cualitativo, etc., así como la conveniencia de estudiar muestras variadas.

CAPITULO 3

PERCEPCIÓN DE LA SOLEDAD

ESTUDIO PRIMERO: TIPOS DE PERSONAS SOLITARIAS

1. INTRODUCCIÓN

Muchos de los juicios que hacemos sobre las personas (o sobre los fenómenos sociales) son categoriales, y están basados en la grado de semejanza que percibimos entre la persona sobre la que emitimos los juicios y otra persona típica que nos resulta familiar. Con frecuencia nos formamos impresiones y describimos a la gente en términos tales como "el típico estudiante activista", "la mujer liberada", "machista", "pijo", etc. Este tipo de frases denota configuraciones de personalidad prototípicas que nos resultan familiares y que compartimos con otras personas de nuestra subcultura (Forgas, 1985). Esta categorización de la información que recibimos es una característica humana básica (Bruner, 1958).

Los efectos de la prototipicalidad en los juicios de percepción de personas han recibido considerable atención en los últimos años. El prototipo puede funcionar como *"una base organizacional para estructurar la codificación de información nueva que nos llega de una persona, suministra expectativas sobre su conducta futura y ayuda a la recuperación de su conducta pasada"* (Cantor & Mischel, 1979, p. 42). La información prototípica no sólo tiene efectos en la percepción de personas y en los juicios de atribución sino que es mejor recordada que la información ajustada a un esquema (Taylor & Fiske, 1978).

El creciente interés que actualmente existe en las variables cognitivas que intervienen en el proceso de cognición social ha llevado a descuidar el papel de los sesgos normativos culturales y valores que están presentes en los juicios de percepción de personas (Tajfel & Forgas, 1981). La distintividad o

saliencia de un estímulo social (como por ejemplo, una persona o el fenómeno de la soledad), depende en gran medida, de factores tales como los valores, normas y expectativas existentes dentro de una subcultura. Rosch y cols. (1976) consideraban que *"dado que la estructura del ambiente que nos rodea difiere bastante en diferentes partes del mundo, es de esperar que las categorías de diferentes culturas, también difieran"* (p. 435).

Por tanto, la forma en la que percibimos y representamos a los demás (sus características y atributos) suministra información interesante acerca de nosotros mismos como individuos, pero también de los valores y costumbres del medio social y cultural en el que nos vemos inmersos. Esta información, además, resulta una base sólida sobre la que podemos empezar a llevar a cabo investigaciones que nos ayuden a explicar y entender nuestro objeto de estudio, dando paso a posteriores investigaciones que aborden detenidamente aspectos más concretos que merezcan ser objeto de estudio.

El interés por la percepción de personas tiene una larga tradición en Psicología Social. Conocer cómo ocurren los procesos de cognición social es importante por muchas razones, pero fundamentalmente porque puede contribuir a mejorar el funcionamiento de nuestra vida en sociedad. Por ejemplo, la percepción de personas nos suministra información referente a las emociones que dichas personas están experimentando, nos permite formarnos una impresión relativamente unificada de ellas, así como realizar atribuciones sobre la causa de su conducta y efectuar inferencias que a la postre influyen en nuestro comportamiento hacia ellas (Moya, 1994). Por tanto, el proceso de percepción de personas es una parte esencial en el funcionamiento del ser humano como ser social.

Aunque el proceso de percepción es básicamente adaptativo, esto no

implica que esté libre de sesgos y errores. Un ejemplo de ello son las Teorías Implícitas de la Personalidad (TIP) que designan aquellas creencias que cada uno de nosotros tiene acerca del ser humano en general, especialmente en relación con la frecuencia y variabilidad de un determinado rasgo de personalidad (Leyens, 1983; Moya, 1994). Bruner y Tagiuri (1954) propusieron el término de TIP para designar el hecho de que las personas tenemos una idea preformada acerca de qué características van unidas.

La forma en que ciertos rasgos se asocian ha sido objeto de debate en numerosas ocasiones. Por ejemplo, Rosenberg y cols. (1968) y Kim y Rosenberg (1980), han defendido que la dimensión que utilizamos para asociar rasgos es la evaluativa. Un ejemplo de ello es el efecto halo, es decir, la tendencia a asociar a una persona que posee cierto rasgo positivo otros rasgos también positivos y de la misma manera, asociamos a atributos negativos otras cualidades también negativas (Moya, 1994).

En las investigaciones sobre percepción de personas, una técnica ampliamente utilizada ha sido el Escalamiento Multidimensional (MDS). Se trata de una técnica que permite cuantificar y describir fenómenos psicológicos complejos que no son accesibles a otros análisis cuantitativos, presentándose por tanto como una alternativa a la metodología de tipo cualitativa y descriptiva. El MDS es una técnica multivariada que tiene como supuesto central que la distancia psicológica o similaridad entre conceptos, personas, rasgos, etc., pueden representarse y analizarse en base a formulaciones euclidianas de distancia y cuyo principal objeto es la representación simplificada de fuentes de datos complejos (Forgas, 1979).

El escalamiento multidimensional trata de medir y comprender las relaciones entre objetos cuando las dimensiones subyacentes no se conocen.

Generalmente se pide a los sujetos que evalúen la similaridad entre los objetos, y esto permite obtener una representación gráfica de las dimensiones subyacentes.

Si bien el MDS está basado en los mismos modelos matemáticos que el análisis factorial o el análisis discriminante, MDS se aplica preferentemente para el escalamiento de estímulos (objetos) más que para el escalamiento de sujetos. En MDS los sujetos no hacen juicios directamente sobre las dimensiones, sino acerca de la proximidad o parecido entre los objetos, y es el investigador quien utiliza el MDS para conocer las dimensiones que utilizan las personas para designar a una clase de objetos (ciudades, sabores, colores, personas...) (Camacho & Hernández, 1988).

En uno de los primeros estudios que utilizaron esta técnica, se pedía a los estudiantes que juzgaran la semejanza entre ellos (Jackson, Messick & Solley, 1957). Las dimensiones resultantes (amigabilidad, interés académico y estatus) fueron sorprendentemente similares a las dimensiones típicas obtenidas en estudios con MDS sobre estructuras de grupos. Rosenberg y Olshan (1970) pedían a los participantes en su estudio que describieran a 10 personas a quienes conocieran. La concordancia de dos rasgos cualquiera para describir a una persona se utilizó como input en un análisis MDS no-métrico, resultando un espacio 3-dimensional para rasgos de personalidad que fueron interpretados por los autores como aquellos que reflejaban un fuerte componente evaluativo.

Mueller (1974) usó el INDSCAL (una variedad de análisis de escalamiento multidimensional) para analizar el espacio perceptual subyacente a los juicios que emite la gente y estudió las diferencias entre diferentes grupos de sujetos en sus representaciones. Encontró que las personas cognitivamente complejas confiaban menos en una dimensión afectiva en sus representaciones,

mientras que quienes eran cognitivamente simples usaban esta dimensión con mayor frecuencia. Por su parte, Jones y Rosenberg (1974) utilizaron las descripciones espontáneas de personalidad que hacían los sujetos como datos brutos para estudiar su representación estructural. Rosenberg, Nelson y Vivekananthan (1968) analizaron la estructura de las impresiones de personalidad, y a diferencia del estudio anterior, utilizaron esos mismos datos espontáneos para que los participantes describieran a 10 personas. En este último estudio, los investigadores encontraron, utilizando el Escalamiento Multidimensional, que las primeras impresiones de las personas se estructuran en torno a dos dimensiones básicas, una referida a las características personales y sociales y, otra referida a las características intelectuales (Moya, 1994; Forgas, 1979).

El uso del MDS como método para estudiar el fenómeno de la percepción de personas también ha afectado a un campo relacionado, el estudio de las Teorías Implícitas de Personalidad (Rosenberg & Sedlak, 1972). Según estos autores, si la representación interna que tiene un individuo de diferentes rasgos de personalidad y su relación con otros puede ser representada cuantitativamente, como se puede hacer con el MDS, esta estructura es probable que refleje una tendencia permanente del individuo a asociar unos rasgos con otros; en otras palabras, reflejaría su Teoría Implícita de la Personalidad (Forgas, 1985).

Una tercera área de aplicación del método MDS, además de la percepción de personas y las TIP, ha sido el estudio de los estereotipos raciales y nacionales. La percepción de las naciones y grupos étnicos han sido siempre de interés para los psicólogos sociales, y el uso del MDS aportó nuevas perspectivas en su estudio. La investigación sobre estereotipos es un excelente ejemplo de un área de investigación donde el principal objeto de interés son las

estructuras cognitivas referentes a los tipos de personas percibidos, ya que lo que se investiga es el juicio verbal, típicamente en virtud de unos constructos preseleccionados. Por ejemplo, Jones y Ashmore (1973) llevaron a cabo un estudio en el que se pedía a los participantes que clasificaran a 50 grupos étnicos en categorías, según su parecido. El espacio perceptual para los grupos étnicos resultó ser tridimensional, y las tres dimensiones subyacentes fueron etiquetadas como Dominante-Subordinado; Comunista-No comunista y Cultura Occidental-No Occidental.

Otras áreas de Psicología Social en las que se ha utilizado como método de investigación el Escalamiento Multidimensional con buenos resultados han sido percepción y conducta política (Forgas, Kagan & Frey, 1977), estructuras de las emociones (Abelson & Sermat, 1962; Bush, 1973) y estructura social (Jones & Young, 1972; Davison & Jones, 1976; Forgas, 1978), por citar algunos.

Nuestro principal objetivo al diseñar la investigación que presentamos a continuación era explorar la visión que la gente tiene de las personas solitarias, y cuáles son las características y atributos que utilizan para definirlas. Para alcanzar nuestro objetivo diseñamos una investigación que se llevó a cabo en dos fases.

2. PRIMERA FASE O ESTUDIO PILOTO

El objetivo de esta fase consistió en la selección de **tipos de personas que pueden sentirse solas**, así como la obtención de las características que se utilizan para describirlas.

Una muestra compuesta por alrededor de 300 alumnos y alumnas de tercer año de Psicología contestaron una hoja en la que tras indicar algunos datos (edad, sexo, estado civil, número de habitantes de la localidad en la que vivían) se les pedía que pensaran en **"tipos de personas que pueden sentirse solas"**. Los alumnos debían escribir al menos 7 tipos de personas diferentes. Una vez hubieran completado la lista de personas solitarias, debían escribir para cada tipo de persona aquellas características que mejor la definían. Con los datos recogidos de esta primera fase se obtuvieron dos tipos de información: 1) Tipos diferentes de personas solitarias y 2) Características asociadas a cada una de esas personas (En el anexo 1 se presenta la hoja utilizada para esta primera fase).

Seguidamente se seleccionaron los **tipos de personas** más representativos. La representatividad en este caso venía dictada por la frecuencia de aparición, aunque también se seleccionaron algunos tipos de personas que si bien no aparecían con una gran frecuencia, fueron considerados de cierto interés. Para ejemplificar el procedimiento seguido vamos a exponer algunos de los tipos de personas que pueden sentirse solas mencionados por los contestantes con indicación de su frecuencia (Tabla núm. 3.1)

TABLA 3.1.- Frecuencia de tipos de personas solitarias, porcentajes de participantes que mencionan cada tipo y número promedio de características empleadas para definirlos.

Tipos de personas solitarias	Frecuencia	%	P.C.U.[1]
Anciano/a o jubilado/a	273	88.5%	3.8
Viudo/a	145	47%	2.8
Extranjero/a o Inmigrante	143	46.4%	3.2
Enfermo/a hospitalizado/a	109	35.3%	2.6
Mendigo/a	106	34.4%	3.3
Adolescente	101	32.7%	3.3
Ama de casa	93	30.1%	3.6
Soltero/a, sin pareja	88	28.5%	2.4
Adicto/a	88	28.5%	3.0
Huérfano/a	87	28.2%	2.7
Minusválido/a	74	24.0%	3.1
Divorciado(a)/Separado(a)	66	21.4%	3.1
Víctima suceso traumático	58	18.8%	3.0
Enfermo/a terminal (Sida)	51	16.5%	2.9
Depresivo/a	49	15.9%	3.5
Introvertido/a	47	15.2%	2.6
Niños/as con problemas	46	14.9%	3.1
Presos/as	45	14.5%	2.6
Estudiante fuera de casa	32	10.3%	3.4
Marginado/a	31	10.0%	2.7
Millonarios/as	27	8.7%	3.0
Soldado	24	7.7%	2.8
Trabaja en solitario	20	6.4%	3.0
Trabajador/a	19	6.1%	3.0
Homosexual	17	5.5%	2.9
Prostituta	17	5.5%	3.4
Religioso/a	12	3.8%	3.0
Empollón/a	8	2.5%	5.0
Casado/a	7	2.2%	5.0
Persona traicionada	6	1.9%	3.0

(1) Promedio de Características utilizadas para definir al tipo de persona solitaria.

Muchos de los tipos de personas mencionados eran muy semejantes entre sí por lo que fueron agrupados (por ejemplo, "persona que vive en la calle", "persona sin hogar", "persona de la calle", "mendigo"... se agruparon en el tipo "mendigo"). Dado que uno de los tipos de personas seleccionados correspondió a Soldado, categoría que se aplica exclusivamente a los varones, decidimos incluir otro tipo de persona que hiciera referencia exclusivamente a las mujeres: Ama de Casa. El resultado, después de eliminar aquellos tipos de muy baja frecuencia son 18 tipos de personas que pueden sentirse solas (Tabla núm. 3.2).

TABLA 3.2.- Tipos de personas que pueden sentirse solas.

1.Anciano/a	7.Huérfano/a	13.Adicto/a
2.Divorciado/a	8.Soltero/a	14.Introvertido/a
3.Viudo/a	9.Adolescente	15.Preso/a
4.Enfermo/a hospitalizado/a	10.Discapacitado/a	16.Enfermo/a de SIDA
5.Extranjero/a	11.Depresivo/a	17.Soldado/ Ama de casa
6.Mendigo/a o Vagabundo/a	12.Estudiante fuera de casa	18.Homosexual

Las escalas bipolares fueron construidas con los atributos que los alumnos y alumnas mencionaron para cada tipo de persona. El criterio utilizado para la selección de las características fue la frecuencia con la que fueron

utilizadas por los participantes.

Esta tarea se llevó a cabo en el transcurso de una clase práctica desarrollada con los mismos alumnos de tercer curso de Psicología. El primer paso en la construcción de las escalas bipolares consistió en su agrupación según su significado y en la elección del término que a nuestro juicio mejor representaba a dicho grupo. Por ejemplo: "No sale con grupos de personas", "No cuenta con nadie con quien hacer cosas", "No tiene vida social", fueron incluidas dentro del mismo grupo y "Realiza pocas actividades sociales" fue elegida como la mejor forma de definirlas a todas.

En la tabla núm. 3.3 aparecen algunas de las dimensiones que quienes participaron en la tarea eligieron para describir a cada tipo de persona solitaria, así como la frecuencia con la que cada una de ellas ha sido empleada.

TABLA 3.3.- Principales dimensiones utilizadas para describir a las personas solitarias y frecuencia de su aparición.

Dimensiones asociadas a las personas solitarias	Frecuencia
Apoyo Social	621
Status socioeconómico	487
Introversión	320
Triste	310
Con pareja	276
Situación voluntaria	242
Socialmente aceptado	241
Situación laboral	236
Se siente querido	215
Convive con otras personas	186
Realiza actividades sociales	164
Vive cerca de la familia	153
Se siente seguro	145
Tiene amigos	127
Autoestima	125
Se siente aislado	124
Tiene familia	112
Se siente incomprendido	109
Crónica o episódica	101
Controla la situación	91
Independiente/Dependiente	93
Edad	89
Ve a los demás de forma positiva	70
Estado de salud	70
Historia Personal	67
Merece lo que le ocurre	37

El segundo paso consistió en la construcción de cada escala bipolar, para lo cual a cada característica o atributo elegido había que encontrarle su opuesto. Muchos de estos antónimos habían sido expresados por los propios perceptores (por ejemplo, triste-alegre), pero otros fueron buscados por nosotros. Añadimos además algunas escalas que a nuestro juicio poseían cierto interés teórico para el estudio de la soledad (por ejemplo, Tiene Apoyo Social/Carece de Apoyo Social).

Las escalas bipolares seleccionadas aparecen en la tabla núm. 3.4.

TABLA 3.4.- Relación de Escalas bipolares utilizadas para calificar a las personas solitarias

1. Status socioeconómico alto/Estatus socioeconómico Bajo
2. Cuenta con Apoyo Social/Carece de Apoyo Social
3. Realiza muchas actividades sociales/Realiza pocas actividades sociales
4. Socialmente aceptado(a)/Socialmente rechazado(a)
5. Triste/Alegre
6. Controla la situación/No tiene control de la situación
7. Es una situación voluntaria/Es una situación impuesta
8. Tiene pareja/No tiene pareja
9. Posee alta autoestima/Posee baja autoestima
10. Convive con otras personas/Vive completamente solo(a)
11. Historia personal feliz/Historia personal desdichada
12. Se siente querido(a)/No se siente querido(a)
13. Situación laboral estable/Situación laboral inestable
14. Alto nivel cultural/Bajo nivel cultural
15. Físicamente atractivo(a)/Físicamente poco atractivo(a)
16. Merece lo que le ocurre/No merece lo que le ocurre
17. Ve a los demás de forma positiva/Ve a los demás de forma negativa

3. SEGUNDA FASE O ESTUDIO PRINCIPAL

Esta segunda fase se realizó unos 30 días después de la fase anterior. El objetivo principal de esta fase era la obtención de datos cuantificables indicativos de las diferencias percibidas entre los tipos de personas solitarias muestreadas.

MÉTODO

Participantes

Participaron estudiantes de tercer curso de Psicología, 68 varones y 201 mujeres, con una media de edad de 21.46 (s.d. = 2.74). La participación fue voluntaria y otorgaba créditos de prácticas. La mayoría de quienes participaron en esta fase también participaron en el estudio piloto.

Procedimiento

Con los dos tipos de información recogidos en el estudio piloto se construyó un cuestionario (ver Anexo 2) que comprendía tres partes:

Sección 1. Datos sociodemográficos de interés (edad, sexo, estado civil/sentimental en el momento de contestar el cuestionario, y el número de habitantes de la ciudad en la que vive).

Sección 2. A continuación se presentaban los 18 estímulos seleccionados en la fase anterior que representaban a personas que pueden sentirse solas (ver tabla núm. 3.2). Con los 18 estímulos seleccionados se formaron 153 pares (18 X 17/2). Para cada par se pidió a los alumnos y alumnas que juzgaran la semejanza

percibida entre ambos estímulos en una escala de 9 puntos (1= completamente diferentes, 9 = completamente semejantes). Aproximadamente la mitad de los participantes evaluaron a 18 tipos de hombres solitarios y la otra mitad a 18 tipos de mujeres solitarias. De este modo, tuvimos cuatro grupos de sujetos, resultado de combinar el sexo del estímulo con el sexo de quien realizaba las evaluaciones: a) hombres que evaluaban la semejanza de tipos de hombres solitarios, b) hombres que evaluaban la semejanza de tipos de mujeres solitarias, c) mujeres que evaluaban la semejanza de tipos de hombres solitarios y d) mujeres que evaluaban la semejanza de tipos de mujeres solitarias.

Los juicios de semejanza emitidos por cada participante sobre cada par comparado quedaron comprendidos en una matriz simétrica (18X18) sin elemento diagonal principal, donde tanto las filas como las columnas eran los diferentes tipos de personas solitarias (estímulos).

Sección 3. Una vez completada la matriz, los participantes evaluaron cada estímulo sobre las 17 escalas bipolares de 9 puntos que habíamos seleccionado en el estudio piloto y que aparecen recogidas en la tabla núm. 3.4.

Se ha utilizado la técnica de Escalamiento Multidimensional (MDS), con el fin de obtener una representación de los diferentes tipos de personas solitarias en un espacio n-dimensional, de manera que cada tipo de persona es representado por un punto en el espacio y la semejanza percibida entre pares de estímulos por la distancia euclidiana entre dos puntos (Arce, 1989; Arce, Seoane & Varela, 1989). Además, se utilizó el análisis de Cluster con el fin de conocer las pequeñas estructuras. Las medidas directas de la semejanza entre pares de estímulos, fueron utilizadas para la elección de la dimensionalidad mínima subyacente. Las calificaciones de cada estímulo sobre las 17 escalas bipolares se utilizó para interpretar el espacio dimensional construido.

4. RESULTADOS

A continuación pasamos a describir los resultados obtenidos en este estudio exploratorio en función de los objetivos perseguidos. En una primera sección expondremos los resultados obtenidos de los diferentes análisis de Escalamiento Multidimensional realizados. En una segunda sección, expondremos los resultados procedentes de los análisis de cluster realizados en las diferentes submuestras.

A) Elección e interpretación de la dimensionalidad en las diferentes submuestras

Se realizaron cuatro análisis de Escalamiento Multidimensional de los 18 estímulos, uno en cada uno de los grupos estudiados, para conocer las dimensiones subyacentes a la percepción de los estímulos. Para ello se utilizó el programa ALSCAL de Takane, Young y Deleeuw (1977). Los datos de entrada fueron las matrices simétricas de semejanza, de orden 18X18, una por cada sujeto. Solamente se utilizó la información contenida en el triángulo inferior de la matriz. El nivel de medida supuesto en los cuatro análisis MDS fue ordinal, el proceso discreto, la matriz condicional y el modelo de replicación. Se obtuvieron soluciones en 5, 4, 3 y 2 dimensiones.

Posteriormente, con el fin de seleccionar las dimensiones subyacentes a la representación espacial de estímulos ofrecida por los MDS realizados, así como para facilitar su interpretación, se realizaron análisis de regresión lineal múltiple. Las variables dependientes en los cuatro casos fueron las puntuaciones medias de los sujetos en las 17 escalas bipolares, para cada uno de los 18 estímulos, y como variables independientes las coordenadas de los estímulos ofrecidas por el MDS.

Combinando los resultados obtenidos por estos dos análisis, seleccionamos la solución dimensional óptima (que resultó ser bidimensional en los cuatro grupos analizados). A continuación pasamos a describir cada análisis por separado.

Mujeres que evalúan a mujeres solitarias

El primer análisis fue realizado con las 88 participantes mujeres que evaluaban a estímulos mujeres. La tabla núm. 3.5 recoge las puntuaciones medias obtenidas por cada uno de los 18 estímulos evaluados en las 17 escalas bipolares, así como los pesos obtenidos por cada uno de los estímulos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS. La figura 3.1 muestra la configuración de estímulos ofrecida por el MDS en un espacio bidimensional (Stress= .28, RSQ=.62) (Young & Lewychyj, 1979).

TABLA 3.5.- Puntuaciones medias obtenidas por los 18 estímulos en las 17 escalas bipolares y los pesos obtenidos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS (Mujeres evaluando a mujeres)

	ESCALAS																	DIMENSIONES	
EST./	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	2
01	6,25	5,15	7,25	4,55	4,72	6,02	7,86	5,84	6,21	5,48	4,09	5,15	4,42	6,18	7,82	5,24	3,81	1,68	-,35
02	5,10	5,08	5,09	4,42	4,97	3,98	3,98	7,02	5,33	5,21	6,64	6,03	4,70	4,12	4,76	5,00	5,06	-,43	1,53
03	5,46	4,39	6,40	2,87	4,64	5,30	8,61	7,87	6,12	5,97	5,76	4,94	5,36	5,33	5,76	5,55	4,38	-,21	1,57
04	5,36	4,13	8,10	4,08	4,51	7,38	8,19	4,95	6,82	5,12	6,00	4,64	6,70	5,03	6,73	5,30	4,22	1,54	,56
05	5,07	6,08	5,59	5,72	4,93	5,25	4,52	4,68	4,48	5,18	4,88	6,27	6,45	5,06	4,36	4,97	4,94	-1,61	,20
06	8,36	8,14	8,43	8,41	4,74	7,54	6,34	6,98	7,39	8,12	8,12	8,36	8,48	7,91	7,76	5,55	7,00	1,06	-1,03
07	6,90	5,37	5,87	4,26	4,59	6,29	8,44	5,36	5,70	4,76	6,88	5,58	4,88	4,91	4,85	5,52	4,72	-,11	-1,56
08	4,41	4,28	3,57	3,02	5,03	3,41	3,63	6,92	4,91	5,45	4,00	5,85	3,48	3,94	4,30	5,24	4,25	,36	1,15
09	4,99	7,24	5,10	7,28	5,13	4,78	4,59	4,10	4,85	4,27	5,18	5,55	5,28	4,09	5,42	4,94	5,31	-1,63	-,14
10	6,10	4,48	3,42	3,07	5,42	5,49	7,02	4,34	4,61	2,21	3,91	4,45	6,39	4,06	3,91	4,76	5,50	-,41	-1,63
11	5,74	5,22	6,97	5,52	4,74	6,81	8,19	6,19	6,76	3,42	6,94	5,36	7,15	5,06	6,88	5,79	5,03	1,48	,34
12	5,40	5,67	8,08	5,94	4,41	7,46	6,00	6,00	8,27	4,30	7,18	7,42	6,82	4,39	5,91	5,94	5,94	-,87	,54
13	5,26	4,47	3,55	2,73	5,07	4,05	3,22	4,09	3,94	2,76	3,61	4,27	5,67	3,00	3,52	4,06	4,13	,63	-1,20
14	6,73	6,67	7,64	8,00	4,52	7,94	4,35	6,04	7,06	5,42	7,00	7,15	7,27	6,42	6,52	5,30	6,47	-,64	,83
15	4,97	5,84	7,86	5,61	4,65	5,81	5,12	6,39	6,33	4,76	5,61	5,67	4,61	3,97	4,73	5,39	5,25	-1,24	,31
16	7,29	7,52	7,94	8,29	4,35	7,31	6,57	6,22	6,24	3,55	7,79	7,33	7,42	7,00	6,03	4,39	6,53	-,55	-1,32
17	6,39	7,38	7,48	8,19	4,48	7,70	7,39	6,21	6,76	4,58	6,88	6,42	6,76	5,30	6,52	5,12	5,06	,86	,49
18	5,33	5,66	5,75	3,29	4,92	3,96	4,40	2,33	4,79	2,24	4,73	4,67	3,58	5,61	4,91	5,61	4,28	,10	-,27

dimensiones si además el coeficiente de regresión es alto y significativo en esa dimensión (Rodríguez, Sabucedo & Arce, 1991; Kruskal & Wish, 1978).

TABLA 3.6.- Coeficientes de regresión y coeficientes de correlación múltiple entre las coordenadas de puntos ofrecidas por el programa MDS y cada una de las escalas bipolares (Mujeres evaluando a mujeres)

	Coef. Regresión		
Escala	**I**	**II**	**Corr. Múl.**
Status socioeconómico	-.24	-.51*	.58*
Apoyo Social	-.25	-.24	.34
Realiza actividades sociales	.19	.14	.23
Socialmente aceptada	-.17	-.08	.18
Triste/Alegre	-.17	-.20	.25
Controla la situación	.20	-.10	.23
Situación voluntaria	.41(1)	-.10	.46
Tiene pareja	.15	.48*	.49
Autoestima	.26	.25	.35
Convive con otras personas	.15	.35	.38
Historia Personal	.01	.06	.07
Se siente querida	-.19	.03	.19
Situación laboral	.08	-.20	.23
Nivel cultural	-.25	-.14	.30
Atractivo Físico	.54*	.14	.55(2)
Merece lo que le ocurre	.16	.40	.43
Ve a los demás de forma positiva	-.34	-.22	.39

* < .05; ** < .01; (1)= p=.07; (2)= p=.06

Como puede verse en la tabla 3.6., las escalas bipolares que correlacionaron positivamente con la dimensión I fueron: Voluntaria-Situación Impuesta (.44, p= .07) y Físicamente atractivo-Físicamente poco atractivo (.54,

p<.05). Trasladando estos resultados a la figura 3.1, podemos observar que los estímulos se distribuyen a lo largo de la dimensión I de forma más o menos homogénea si bien es cierto que se observan dos agrupaciones que coinciden con los extremos de la misma. Por un lado, observamos que las mujeres perciben como semejantes (están próximos en el espacio) a los estímulos: Anciana, Depresiva, Enferma hospitalizada y Ama de casa. Estas personas tienen en común un escaso atractivo físico y poca capacidad de elección de la situación en la que viven. En el polo opuesto se agrupan personas físicamente atractivas y con mayor capacidad de elección de la situación: Adolescente, Extranjera, Presa, Introvertida y Estudiante fuera de casa.

Las escalas bipolares que correlacionaron positivamente con la dimensión II fueron: Status socioeconómico Alto-Status socioeconómico Bajo (-.51, p< .05) y Tiene pareja-No tiene pareja (.48, p< .05). Al igual que en la dimensión anterior, los estímulos no formaron ramilletes sino que se distribuyeron de forma homogénea en la dimensión. No obstante, podemos resaltar el hecho de que, tal y como muestra la figura 3.1, en un extremo de la dimensión II están las personas Discapacitada, Huérfana, Enferma de Sida y Adicta y en el polo opuesto la Divorciada, Viuda y Soltera, a quienes las alumnas evaluadoras percibieron como semejantes entre sí. La característica de tener o no tener pareja parece ser uno de los criterios fundamentales que las perceptoras han seguido para agrupar los estímulos, junto al nivel socioeconómico de cada subgrupo.

Hombres que evalúan a mujeres solitarias

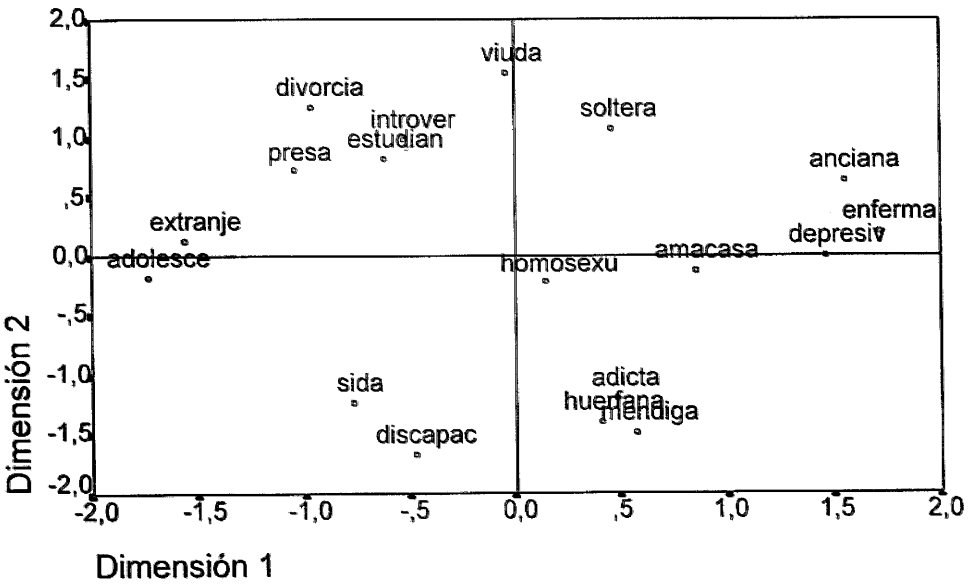
El segundo análisis fue realizado con 33 participantes varones que evaluaban a estímulos mujeres. La tabla núm. 3.7 recoge las puntuaciones medias obtenidas por cada uno de los 18 estímulos evaluados en las 17 escalas

bipolares, así como los pesos obtenidos por cada uno de los estímulos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS. La figura 3.2 muestra la configuración de estímulos ofrecida por el MDS en un espacio bidimensional (Stress= .28, RSQ=.62).

TABLA 3.7.- Puntuaciones medias obtenidas por los 18 estímulos en las 17 escalas bipolares y los pesos obtenidos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS (Hombres evaluando a mujeres)

	ESCALAS																	DIMENSIONES	
EST./	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	2
01	6,15	5,33	6,91	3,91	4,53	5,67	8,33	5,30	6,21	5,48	4,09	5,15	4,42	6,18	7,82	5,24	3,81	1,56	,65
02	4,70	5,33	4,58	4,48	5,03	3,91	3,00	7,18	5,33	5,21	6,64	6,03	4,70	4,12	4,76	5,00	5,06	-,96	1,27
03	5,00	5,03	6,45	2,70	4,50	5,61	8,70	7,82	6,12	5,97	5,76	4,94	5,36	5,33	5,76	5,55	4,38	-,03	1,56
04	5,24	4,12	7,85	3,52	3,97	7,09	8,48	4,79	6,82	5,12	6,00	4,64	6,70	5,03	6,73	5,30	4,22	1,72	,22
05	5,00	6,30	5,48	4,97	5,09	5,09	4,61	4,45	4,48	5,18	4,88	6,27	6,45	5,06	4,36	4,97	4,94	-1,55	,13
06	8,18	7,79	8,06	7,85	4,30	6,61	6,24	7,33	7,39	8,12	8,12	8,36	8,48	7,91	7,76	5,55	7,00	,58	-1,48
07	6,09	5,24	5,39	3,33	4,33	5,58	8,85	5,45	5,70	4,76	6,88	5,58	4,88	4,91	4,85	5,52	4,72	,41	-1,40
08	4,09	4,76	3,64	3,52	5,67	3,27	3,79	7,33	4,91	5,45	4,00	5,85	3,48	3,94	4,30	5,24	4,25	,46	1,08
09	5,00	6,27	4,33	6,94	5,33	4,42	4,39	4,18	4,85	4,27	5,18	5,55	5,28	4,09	5,42	4,94	5,31	-1,73	-,18
10	6,24	4,88	3,21	3,33	5,58	5,58	7,97	4,45	4,61	2,21	3,91	4,45	6,39	4,06	3,91	4,76	5,50	-,47	-1,67
11	5,73	4,70	6,67	5,30	4,27	6,76	8,30	5,82	6,76	3,42	6,94	5,36	7,15	5,06	6,88	5,79	5,03	1,47	,01
12	5,21	5,39	6,91	5,36	3,30	7,18	5,42	5,48	8,27	4,30	7,18	7,42	6,82	4,39	5,91	5,94	5,94	-,61	,83
13	5,58	4,94	3,94	3,58	5,67	3,94	3,36	4,67	3,94	2,76	3,61	4,27	5,67	3,00	3,52	4,06	4,13	,49	-1,19
14	6,09	6,36	6,76	7,39	4,03	7,91	3,88	5,85	7,06	5,42	7,00	7,15	7,27	6,42	6,52	5,30	6,47	-,52	,99
15	4,97	5,82	7,24	5,39	4,00	4,91	5,12	5,82	6,33	4,76	5,61	5,67	4,61	3,97	4,73	5,39	5,25	-1,04	,73
16	7,00	6,85	7,03	7,79	3,73	7,09	6,33	5,55	6,24	3,55	7,79	7,33	7,42	7,00	6,03	4,39	6,53	-,76	-1,22
17	5,91	5,94	6,30	6,97	4,18	6,52	7,15	5,85	6,76	4,58	6,88	6,42	6,76	5,30	6,52	5,12	5,06	,86	-,12
18	4,85	5,61	5,42	2,82	4,82	3,61	4,33	2,30	4,79	2,24	4,73	4,67	3,58	5,61	4,91	5,61	4,28	,15	-,21

Figura 3.2
Representación de estímulos en la muestra de hombres que evalúan mujeres solitarias. Modelo de replicación con 3 vías (N=33)



En la tabla núm. 3.8 se ofrecen los coeficientes de correlación múltiple y regresión entre las coordenadas de puntos derivadas por el Escalamiento Multidimensional en las dimensiones I y II y cada una de las escalas bipolares. Los valores ofrecidos por el análisis de regresión, nos permitirán interpretar las dimensiones subyacentes a la representación espacial de estímulos ofrecida por el MDS.

TABLA 3.8.- Coeficientes de regresión y coeficientes de correlación múltiple entre las coordenadas de puntos ofrecidas por el programa MDS y cada una de las escalas bipolares (Hombres evaluando a mujeres; N= 33)

	Coef. Regresión		
Escala	**I**	**II**	**Corr. Múl.**
Status socioeconómico	.12	-.64**	.67**
Apoyo Social	-.45*	-.31	.53(1)
Realiza actividades sociales	.32	.17	.35
Socialmente aceptado(a)	-.30	-.18	.34
Triste/Alegre	-.16	-.16	.21
Controla la situación	.21	-.06	.23
Situación voluntaria	.54*	-.17	.58*
Tiene pareja	.13	.38	.39
Autoestima	.29	.25	.37
Convive con otras personas	.11	.32	.33
Historia Personal	-.01	-.05	.05
Se siente querido(a)	-.26	-.02	.25
Situación laboral	.02	-.35	.36
Nivel cultural	.19	-.14	.25
Atractivo Físico	.50*	.15	.51(2)
Merece lo que le ocurre	.27	.43(3)	.48
Ve a los demás de forma positiva.	.42(3)	-.31	.51

* <.05; ** <.01; (1)= p=.08; (2)= p= .09; (3)= p=.07

Las escalas bipolares que correlacionaron significativamente con la dimensión I fueron las siguientes: Cuenta con Apoyo Social-Carece de Apoyo Social (-.45, p<.05); Situación Voluntaria-Situación Impuesta (.54, p< .05); Físicamente atractivo-Físicamente poco atractivo (.50, p<.05) y Ve a los demás de forma positiva-Ve a los demás de forma negativa (p=.07). Trasladando estos resultados a la figura 3.2, observamos que la dimensión I está dominada en un extremo por aquellas personas a quienes los alumnos perciben con poco atractivo físico, carentes de apoyo social y viviendo una situación impuesta

(Anciana y Depresiva) frente a las que se sitúan en el polo opuesto (Extranjera, Adolescente). Esta dimensión podría ser denominada *Caractereológica*, que en opinión de Rockach y Brook (1995) hace referencia a la importancia de experiencias del individuo, actitudes y características de personalidad que tienen que ver con el desarrollo de la soledad.

Las escalas que correlacionaron positivamente con la dimensión II, fueron: Status socioeconómico Alto-Status socioeconómico Bajo (-.64, $p<.01$) y Ve a los demás de forma positiva-Ve a los demás de forma negativa ($p=.07$). Si observamos la figura 3.2 comprobaremos que en un extremo de la dimensión II se sitúan aquellas mujeres que son percibidas como semejantes en estas dimensiones: Divorciada, Viuda, Estudiante fuera de casa y en el polo opuesto se sitúan las Mendigas, Discapacitadas, Enfermas de sida y Huérfanas. Mientras que a las primeras se les percibe como personas con status socioeconómico más o menos saneado y que viven la vida que han elegido sin culpar a los demás de la situación, a las segundas se las percibe con un bajo status socioeconómico y en la visión negativa que se les supone que tienen de otras personas puede adivinarse cierto resentimiento hacia ellas, a quienes culpan en ocasiones de su situación.

Mujeres que evalúan a hombres solitarios

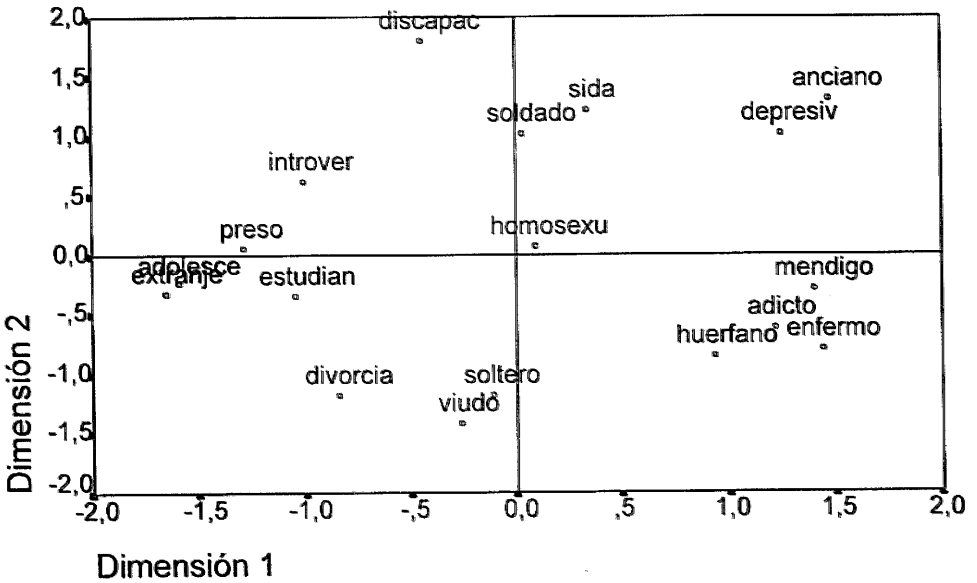
En este grupo, el elevado número de participantes hizo que tuviera que ser dividido aleatoriamente en dos grupos (uno compuesto por la primera mitad de los sujetos y otro formado por la segunda mitad). Se hicieron los mismos análisis con cada mitad, y dado que los resultados obtenidos con las dos submuestras ofrecieron patrones muy semejantes, optamos por presentar solamente los resultados obtenidos con la segunda mitad. El análisis fue realizado con 57 participantes mujeres que evaluaban a estímulos hombres. La

tabla núm. 3.9 recoge las puntuaciones medias obtenidas por cada uno de los 18 estímulos evaluados en las 17 escalas bipolares, así como los pesos obtenidos por cada uno de los estímulos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS. La figura 3.3 muestra la configuración de estímulos ofrecida por el MDS en un espacio bidimensional (Stress=.28, RSQ=.61).

TABLA 3.9. Puntuaciones medias obtenidas por los 18 estímulos en las 17 escalas bipolares y los pesos obtenidos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS (Mujeres evaluando a hombres)

	ESCALAS																	DIMENSIONES	
EST./	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	2
01	6,33	5,67	7,11	4,94	3,55	5,93	7,98	5,46	6,23	5,48	4,28	5,73	4,72	5,13	7,40	5,92	4,50	1,47	1,31
02	4,60	5,14	4,64	4,20	4,57	4,07	3,85	7,05	5,63	6,68	6,58	6,10	4,40	3,93	5,05	5,28	5,18	-,83	-1,17
03	5,11	4,43	5,95	2,92	3,49	5,91	8,51	7,96	6,18	7,15	6,33	5,43	4,30	4,63	5,70	6,90	5,03	-,25	-1,40
04	5,43	4,04	7,86	4,24	3,40	7,52	8,17	4,86	6,78	5,73	6,75	4,85	6,88	4,72	6,70	6,45	5,20	1,44	-,78
05	5,41	6,12	5,44	5,80	4,64	5,19	4,15	5,00	5,28	6,05	5,35	5,88	6,88	5,25	4,83	5,85	5,50	-1,64	-,31
06	8,63	8,11	8,36	8,24	3,50	6,94	6,41	7,03	7,20	8,20	8,20	7,98	8,32	8,23	7,78	6,08	7,38	1,40	-,27
07	6,89	5,17	5,78	4,32	3,83	6,46	8,46	5,71	5,73	5,00	6,93	6,55	5,23	5,40	4,83	6,95	5,38	,94	-,84
08	4,52	4,19	3,28	2,79	5,58	3,24	3,53	6,86	4,45	5,20	4,15	4,95	4,00	3,85	4,40	4,85	3,85	-,10	-1,16
09	4,81	6,97	4,54	7,16	5,13	4,45	4,78	4,50	4,83	4,47	5,33	4,95	4,83	4,05	4,55	5,43	4,83	-1,59	-,23
10	6,21	4,73	3,39	3,29	5,44	5,13	7,39	4,89	4,80	2,63	4,10	4,90	6,13	4,38	4,10	5,08	4,72	-,44	1,80
11	5,97	4,96	6,76	5,65	3,86	6,69	8,13	5,87	6,88	4,00	6,85	5,55	7,28	5,18	6,60	6,63	5,43	1,25	1,02
12	5,15	5,41	7,81	5,76	3,10	7,76	6,14	5,59	8,28	5,33	7,78	7,63	7,08	4,68	5,60	6,45	7,38	-1,03	-,33
13	5,35	4,14	3,42	2,92	5,24	3,72	3,41	4,51	3,85	3,58	3,50	4,20	5,50	2,95	4,10	5,10	4,00	1,22	-,61
14	6,85	7,18	7,27	8,05	3,96	8,07	4,04	5,82	6,95	5,88	7,30	6,78	7,88	6,53	6,68	5,48	7,15	-1,00	,62
15	4,89	5,65	7,38	5,39	4,22	5,30	5,67	6,30	6,40	6,13	5,75	6,13	4,95	4,18	5,28	5,78	5,60	-1,28	,05
16	7,48	7,41	7,72	8,26	3,53	7,08	6,63	5,62	6,50	4,72	7,70	6,85	7,63	7,05	6,75	4,50	7,23	,34	1,22
17	6,05	7,11	7,01	8,05	3,33	7,65	7,24	6,00	6,88	5,83	7,28	6,95	7,43	5,35	6,88	6,23	5,60	,03	1,02
18	5,53	4,70	5,34	3,87	4,66	5,28	5,67	4,55	4,10	3,45	4,35	4,50	3,68	5,23	4,45	5,43	5,00	,09	,08

Figura 3.3.
Representación de estímulos en la muestra de mujeres que evalúan hombres solitarios. Modelo de replicación con 3 vías (N= 57)



En la tabla núm. 3.10 se ofrecen los coeficientes de correlación múltiple y regresión entre las coordenadas de puntos derivadas por el Escalamiento Multidimensional en las dimensiones I y II y cada una de las escalas bipolares.

TABLA 3.10.- Coeficientes de regresión y coeficientes de correlación múltiple entre las coordenadas de puntos ofrecidas por el programa MDS y cada una de las escalas bipolares (57 mujeres evaluando a hombres)

Escala	Coef. Regresión I	Coef. Regresión II	Corr. Múl.
Status socioeconómico	.43*	.39(2)	.61*
Apoyo Social	-.22	.39.	.43
Realiza actividades sociales	.19	.19	.29
Socialmente aceptado(a)	-.18	.44(2)	.46
Triste/Alegre	-.29	-.07	.31
Controla la situación	.16	.37	.39
Situación voluntaria	.47*	.23	.54(1)
Tiene pareja	.02	-.37	.36
Autoestima	.05	.16	.17
Convive con otras personas	-.01	-.43(3)	.43
Historia Personal	.03	-.02	.03
Se siente querido(a)	-.08	.13	.15
Situación laboral	.10	.40	.42
Nivel cultural	.20	.30	.38
Atractivo Físico	.41(3)	.28	.52(3)
Merece lo que le ocurre	.26	-.26	.35
Ve a los demás de forma positiva	-.14	.21	.25

* <.05; ** <.01; (1)= p=.06; (2)= p= .07; (3)= p=.08

Las escalas que correlacionaron positivamente con la dimensión I fueron: Status socioeconómico alto-Status socioeconómico bajo (.43, p<.05), Situación Voluntaria-Situación Impuesta (.47, p< .05) y Físicamente atractivo-Físicamente poco atractivo que casi alcanzó el nivel de significatividad (p=.08). Trasladando estos resultados a la figura 3.3, podemos decir que los estímulos se dispersaron por la dimensión sin aglutinamientos excepto en los extremos donde por una parte se agrupaban aquellos a quienes las alumnas percibieron

con bajo status socioeconómico, sin mucha capacidad de elección en la situación y físicamente poco atractivos: Anciano, Enfermo hospitalizado, Huérfano, Depresivo y Adicto; en el polo opuesto se encontraban quienes fueron percibidos con alto status, con capacidad de elección y físicamente atractivos: Adolescente, Extranjero, Preso y Estudiante fuera de casa.

Las escalas que correlacionaron positivamente con la dimensión II fueron: Status socioeconómico Alto-Status socioeconómico Bajo (-.40, p=.07), Socialmente Aceptado-Socialmente rechazado (p=.07) y Convive con otras personas-Convive solo (p=.08). Observando la figura 3.3 comprobamos que en el extremo positivo de la dimensión se sitúan aquellos hombres que son percibidos por las mujeres semejantes por cuanto poseen alto estatus socioeconómico y conviven con otras personas y son socialmente aceptados y en el otro extremo están los que son percibidos con bajo status, viven solos y socialmente rechazados. Esta dimensión coincide en parte con la obtenida en análisis anteriores relativa a la marginación social.

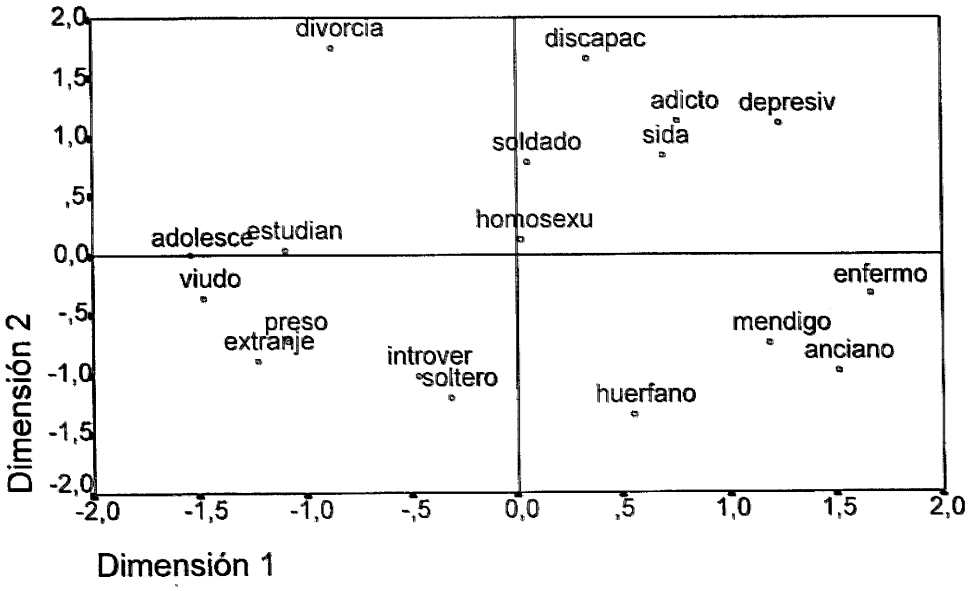
Hombres que evalúan a hombres solitarios

El cuarto análisis fue realizado con 35 participantes varones que evaluaban a estímulos varones. La tabla núm. 3.11 recoge las puntuaciones medias obtenidas por cada uno de los 18 estímulos evaluados en las 17 escalas bipolares, así como los pesos obtenidos por cada uno de los estímulos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS. La figura 3.4 muestra la configuración de estímulos ofrecida por el MDS en un espacio bidimensional (Stress=.28, RSQ=.61).

TABLA 3.11.-Puntuaciones medias obtenidas por los 18 estímulos en las 17 escalas bipolares y los pesos obtenidos en las dos dimensiones ofrecidas por el MDS (Hombres evaluando a hombres)

	ESCALAS																	DIMENSIONES	
EST./	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	2
01	6,38	5,73	6,43	4,69	3,70	6,18	7,90	5,68	6,23	5,48	4,28	5,73	4,72	5,13	7,40	5,92	4,50	1,51	-,97
02	4,45	5,18	4,70	4,28	4,45	4,65	3,63	7,45	5,63	6,68	6,58	6,10	4,40	3,93	5,05	5,28	5,18	-,87	1,76
03	4,47	5,00	6,25	3,08	3,55	6,25	8,43	8,13	6,18	7,15	6,33	5,43	4,30	4,63	5,70	6,90	5,03	-1,47	-,36
04	5,68	4,38	8,03	4,26	3,93	7,20	8,32	5,38	6,78	5,73	6,75	4,85	6,88	4,72	6,70	6,45	5,20	1,67	-,33
05	5,69	6,55	5,80	6,59	4,43	5,65	4,53	5,25	5,28	6,05	5,35	5,88	6,88	5,25	4,83	5,85	5,50	-1,22	-,87
06	8,13	8,75	8,23	8,44	3,58	7,03	6,68	7,48	7,20	8,20	8,20	7,98	8,32	8,23	7,78	6,08	7,38	1,19	-,73
07	6,73	5,85	5,48	4,79	4,08	6,45	8,60	5,63	5,73	5,00	6,93	6,55	5,23	5,40	4,83	6,95	5,38	,55	-1,35
08	4,21	4,08	3,45	3,21	5,28	3,33	3,78	7,38	4,45	5,20	4,15	4,95	4,00	3,85	4,40	4,85	3,85	-,31	-1,19
09	4,55	6,73	3,83	7,38	5,15	4,05	4,28	4,18	4,83	4,47	5,33	4,95	4,83	4,05	4,55	5,43	4,83	-1,53	,00
10	6,18	4,47	3,53	3,51	5,45	4,85	6,10	4,65	4,80	2,63	4,10	4,90	6,13	4,38	4,10	5,08	4,72	,34	1,66
11	5,60	4,95	6,88	5,54	4,22	6,98	7,70	5,75	6,88	4,00	6,85	5,55	7,28	5,18	6,60	6,63	5,43	1,24	1,12
12	4,97	5,85	7,95	6,28	3,25	7,30	6,45	5,88	8,28	5,33	7,78	7,63	7,08	4,68	5,60	6,45	7,38	-1,09	,04
13	4,88	4,15	3,43	3,03	5,28	4,28	3,60	4,70	3,85	3,58	3,50	4,20	5,50	2,95	4,10	5,10	4,00	,77	1,14
14	6,63	7,13	7,10	8,13	4,05	7,63	4,03	5,98	6,95	5,88	7,30	6,78	7,88	6,53	6,68	5,48	7,15	-,46	-1,00
15	4,75	6,30	7,70	5,95	4,53	5,70	5,13	6,40	6,40	6,13	5,75	6,13	4,95	4,18	5,28	5,78	5,60	-1,08	-,72
16	7,18	7,53	7,90	8,33,	3,58	6,80	6,58	6,30	6,50	4,72	7,70	6,85	7,63	7,05	6,75	4,50	7,23	,69	,84
17	5,98	7,20	6,70	8,10	3,83	7,45	6,78	6,45	6,88	5,83	7,28	6,95	7,43	5,35	6,88	6,23	5,60	,05	,80
18	4,90	4,47	5,30	4,18	5,28	4,65	4,75	5,28	4,10	3,45	4,35	4,50	3,68	5,23	4,45	5,43	5,00	,02	,14

Figura 3.4
Representación de estímulos en la muestra de hombres que evalúan hombres solitarios. Modelo de replicación con 3 vías (N= 35)



En la tabla núm. 3.12 se ofrecen los coeficientes de correlación múltiple y regresión entre las coordenadas de puntos derivadas por el Escalamiento Multidimensional en las dimensiones I y II y cada una de las escalas bipolares. Los valores ofrecidos por el análisis de regresión, nos permitirán interpretar las dimensiones subyacentes a la representación espacial de estímulos ofrecida por el MDS.

TABLA 3.12.- Coeficientes de regresión y coeficientes de correlación múltiple entre las coordenadas de puntos ofrecidas por el programa MDS y cada una de las escalas bipolares (N= 35)

Escala	Coef. Regresión I	Coef. Regresión II	Corr. Múl.
Status socioeconómico	.60**	-.20	.61
Apoyo Social	-.05	-.23	.24
Realiza actividades sociales	.24	-.27	.35
Socialmente aceptado(a)	-.05	-.12	.13
Triste/Alegre	-.15	.25	.28
Controla la situación	.31	-.17	.34
Situación voluntaria	.47*	-.19	.50
Tiene pareja	-.13	-.15	.21
Autoestima	.11	-.15	.18
Convive con otras personas	-.15	-.42(2)	.46
Historia Personal	.02	-.06	.07
Se siente querido(a)	-.02	-.20	.20
Situación laboral	.31	.04	.32
Nivel cultural	.34	-.29	.43
Atractivo Físico	.49*	-.21	.52
Merece lo que le ocurre	.08	-.32	.32
Ve a los demás de forma positiva	-.02	-.09	.10

Signif. estadística: * <.05; ** <.01; (1)= p=.08; (2)= p= .08

Como indica la tabla anterior, las escalas que correlacionaron positivamente en la dimensión I fueron: Status socioeconómico alto-Status socioeconómico bajo (.60, p<.01), Situación Voluntaria-Situación Impuesta (.47, p< .05) y Físicamente atractivo-Físicamente poco atractivo (.49, p<.05). Trasladando estos resultados a la figura 3.4, observamos que la dimensión I está definida por aquellos a quienes, por un lado, los alumnos perciben con bajo status socioeconómico, que viven una situación impuesta y poco atractivo

físico: Enfermo hospitalizado, Anciano, Depresivo, Mendigo; y por otro, a quienes consideran en con alto status, con capacidad de elección de la situación en la que viven y físicamente atractivos: Adolescente, Estudiante fuera de casa y al Extranjero.

Solamente una de las 17 escalas correlacionó positivamente con la dimensión II, acercándose al nivel de significatividad: Convive con otras personas-Vive solo (p=.08). La figura 3.4 muestra que la gente percibe al Discapacitado como característico de un extremo de la dimensión, frente al Mendigo que se situaría en el extremo opuesto de esta dimensión.

B) Resultados de los análisis de cluster

Además de las dimensiones encontradas en las representaciones de estímulos ofrecidas por el MDS para las distintas muestras, se observó que existían agrupaciones de estímulos en cada uno de los cuadrantes. En orden a conocer mejor esas pequeñas estructuras se realizaron varios análisis de cluster que nos permitieran observar qué estímulos se agrupan en función de su similitud (Arabie, Carroll & De Sarbo, 1987).

Cada análisis contenía 17 estímulos (los mismos en todos los análisis) y uno que variaba en función del sexo del estímulo, de modo que si era hombre se utilizaba el estímulo Soldado y si era mujer el estímulo Ama de Casa (en total 18 tipos de personas solitarias). Al igual que ocurriera con el MDS, cambiábamos también el sexo de quien evaluaba la semejanza, de este modo, contábamos con cuatro análisis de cluster diferentes: mujeres que evaluaban a mujeres solitarias, hombres que evaluaban a mujeres solitarias, mujeres que evaluaban a hombres solitarios y hombres que evaluaban hombres solitarios.

Los datos de entrada para cada análisis fueron las matrices medias de semejanza de las muestras estudiadas. Para ello se utilizó el paquete estadístico SPSS/PC+. El método empleado para agrupar los estímulos fue el análisis de grupo jerárquico aglomerativo. En éste, las agrupaciones se forman uniendo estímulos en grupos cada vez mayores hasta que todos los estímulos son miembros de una agrupación. Por otra parte, con el fin de conocer el ajuste entre el modelo y los datos se aplicaron dos métodos de agrupamiento: el método de vínculo único (single link) y el método de vínculo completo (complete link). Suponemos que cuanto más similares sean los resultados aportados por ambos métodos mejor será el ajuste. En ambos caso, los dos primeros casos combinados son aquellos que guardan la mayor similitud entre sí o la menor distancia. En el método de vínculo único, un estímulo se unirá a un cluster ya existente sólo si en dicho grupo alguno de los estímulos está en el mismo nivel de similaridad que éste. En el método de vínculo completo, para que un estímulo se una a un cluster tendrá que estar dentro de un cierto nivel de similaridad con los estímulos que forman ya el cluster (Rodríguez et al., 1991).

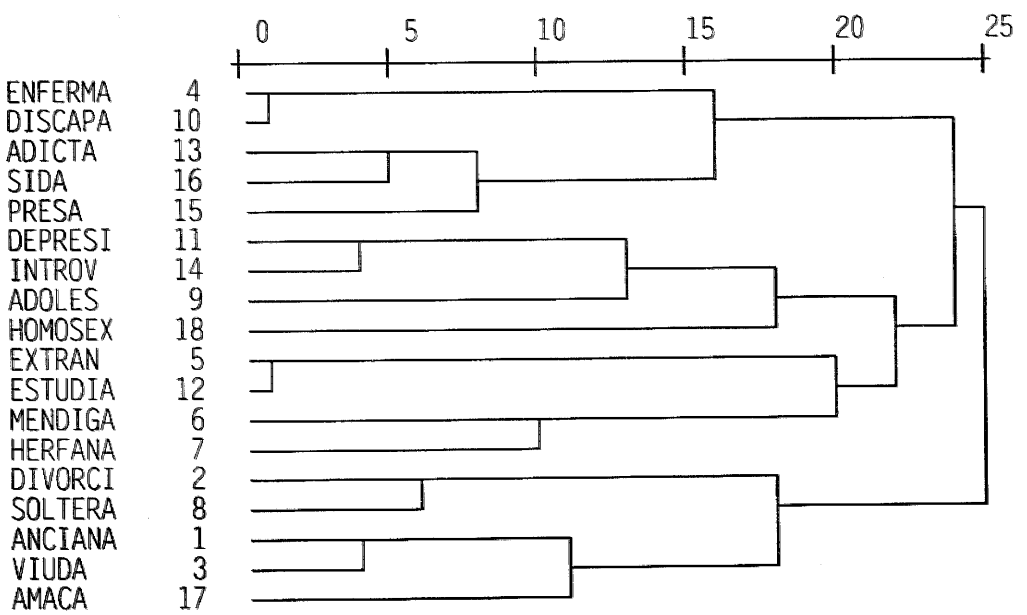
A continuación pasamos a presentar de forma más detallada los cuatro análisis de cluster realizados.

Mujeres que evaluaban a mujeres solitarias

La figura 3.5 ofrece los resultados de la evaluación que hacen las mujeres de la semejanza entre las 18 mujeres solitarias presentadas.

Figura 3.5
Cluster de mujeres solitarias juzgadas por mujeres. Método de vínculo completo.

	Clusters Combinados		
Paso	Cluster 1	Cluster 2	Coeficiente
1	4	10	7.010000
2	5	12	6.970000
3	11	14	6.380000
4	1	3	6.250000
5	13	16	6.110000
6	2	8	5.880000
7	13	15	5.470000
8	6	7	5.080000
9	1	17	4.930000
10	9	11	4.510000
11	4	13	3.990000
12	9	18	3.540000
13	1	2	3.530000
14	5	6	3.150000
15	5	9	2.770000
16	4	5	2.380000
17	1	4	2.120000



Como puede apreciarse en la figura 3.5, en un primer paso se unieron Enferma-Discapacitada, seguido de Extrajera-Estudiante fuera de casa. Anciana y Viuda forman un cluster al que con algo más de distancia se une la Ama de Casa.

Se perciben como muy semejantes a la mujer Depresiva y a la Introvertida, a las que se les une la Adolescente y a más distancia la Homosexual. Adicta y Enferma terminal (Sida) se consideran con cierto grado de semejanza, igual que ocurre en el caso de Mendiga-Huérfana. En general, el análisis realizado permite diferenciar tres cluster:

1. El primero formado por personas que conllevan cierto estigma social, en cuanto que tienden a ser rechazadas socialmente. Además, la causa de la soledad guarda estrecha relación con alguna característica física o derivada del estilo de vida: Enferma, Discapacitada, Adicta, Enferma terminal (Sida), Presa.

2. Un grupo más heterogéneo formado en primer lugar por la mujer Depresiva y la Introvertida al que más tarde se une la Adolescente, todas ellas personas tímidas y con escasas relaciones sociales. A este grupo se une la Homosexual y en un paso posterior también la Extranjera, Estudiante fuera de casa, Mendiga y Huérfana, estas últimas caracterizadas por la lejanía de la familia en unos casos y la ausencia de ella en otros. Las personas que componen este grupo creemos que no son vista de manera tan negativa como las incluidas en el primer cluster. La soledad de estas personas parece estar relacionada básicamente con la ausencia de compañía, bien sea por razones situacionales (traslado), bien sea por características de la propia persona (e.g., adolescente).

3. Personas que en nuestra opinión pueden experimentar la soledad por

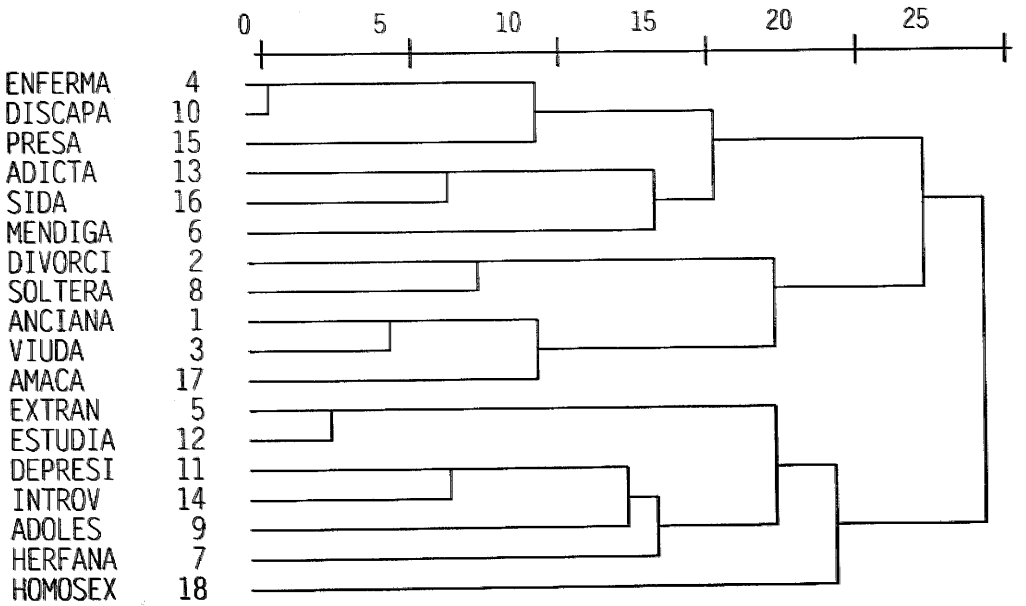
carecer de las relaciones deseadas o por tener relaciones infructuosas o decepcionantes: Anciana y Viuda, Divorciada y Soltera y por último el Ama de Casa. Llama la atención la inclusión del último estímulo mencionado en este cluster.

Hombres que evaluaban a mujeres solitarias

La figura 3.6 ofrece los resultados del segundo análisis de cluster realizado. En esta ocasión se trata de los juicios de semejanza que hacen los hombres de los tipos de mujeres solitarias. En líneas generales, la percepción que tienen los varones de las mujeres solitarias no difiere de la que tienen las mujeres ni de la que tienen tanto hombres como mujeres de los varones solitarios. Como se puede apreciar en la figura 3.6, en un primer paso se unen Enferma-Discapacitada, seguido de Extrajera y Estudiante fuera de casa. Anciana y Viuda también se perciben como muy semejantes, al igual que Depresiva e Introvertida, Adicta y Enferma terminal (Sida), Divorciada y Soltera. En este caso, al grupo de las Enfermas y Discapacitadas se une la Presa quizás porque en los tres casos son situaciones no elegidas de manera directa por las personas y de las que no se puede tener mucho control.

Figura 3.6
Cluster de mujeres solitarias juzgadas por varones. Método de vínculo completo

	Clusters Combinado		
Paso	Cluster 1	Cluster 2	Coeficiente
1	4	10	7.420000
2	5	12	6.880000
3	1	3	6.420000
4	11	14	5.880000
5	13	16	5.760000
6	2	8	5.520000
7	1	17	5.180000
8	4	15	5.090000
9	9	11	4.450000
10	6	13	4.300000
11	7	9	4.210000
12	4	6	3.820000
13	1	2	3.210000
14	5	7	3.150000
15	5	18	2.880000
16	1	4	2.060000
17	1	5	1.450000



En general, podemos decir que aparecen tres grandes cluster:

1. El primero formado por Enferma, Discapacitada, Presa, Adicta Enferma terminal (Sida) y Mendiga, personas que a nuestro juicio presentan una relativa incapacidad para solucionar su situación, poco control de la misma y suelen ser rechazadas socialmente por su condición estigmatizada.

2. Personas con carencias o déficits en sus relaciones íntimas/sentimentales: Divorciada, Soltera, Anciana, Viuda y Ama de Casa.

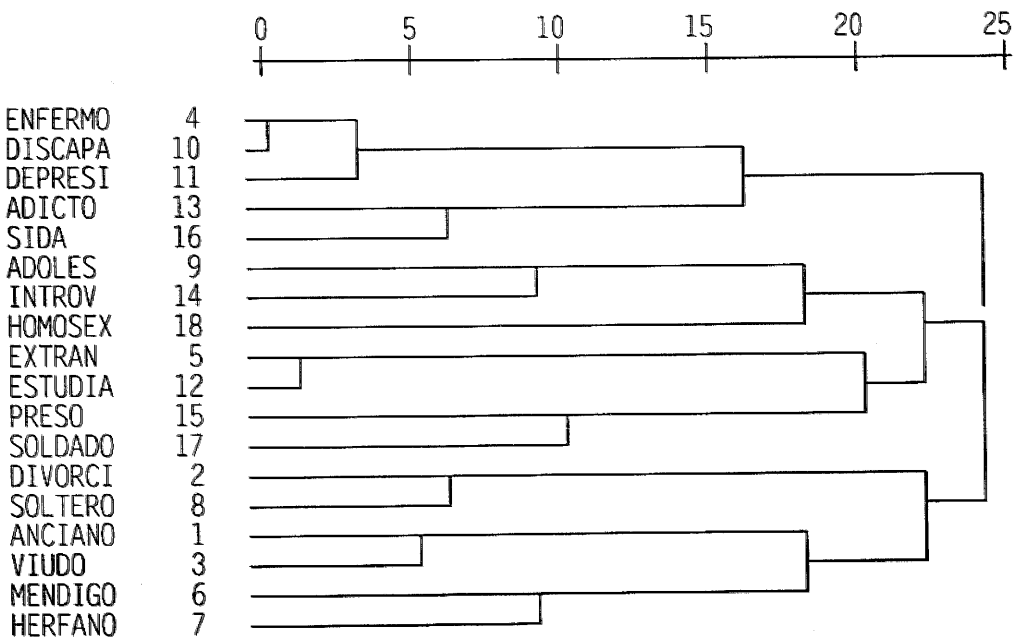
3. Personas a quienes sus características de personalidad las han llevado a aislarse de los demás (Depresiva, Introvertida y Adolescente), o personas que se encuentran en un lugar desconocido por lo que carecen de su red social habitual de familia y amigos (Extranjera, Estudiante fuera de casa) o personas que suelen ser percibidas como diferentes a la mayoría (Homosexual).

Mujeres que evalúan a hombres solitarios

La figura 3.7 ofrece los resultados de la valoración que en este caso hacen las mujeres de los hombres solitarios. Esta percepción no difiere mucho de la que tienen los varones. Como puede apreciarse en la figura 3.7, en un primer paso se unen Enfermo-Discapacitado, seguido de Extranjero-Estudiante fuera de casa. Anciano y Viudo forman otro cluster. Un cuarto cluster lo forman el Adicto-Enfermo terminal (Sida), ambos percibidos como personas marginadas socialmente. Un quinto paso une al Divorciado y al Soltero y con menor grado de semejanza, el Mendigo y el Huérfano. Adolescente e Introvertido también se unen a este cluster al que más tarde se incorpora el Homosexual. Este último tipo de persona en otros análisis se ha unido al grupo compuesto por Enfermo, Discapacitado, Depresivo, Adicto y Enfermo terminal.

Figura 3.7
Cluster de hombres solitarios juzgados por mujeres. Método de vínculo completo

	Clusters	Combinado	
Paso	Cluster 1	Cluster 2	Coeficiente
1	4	10	7.180000
2	5	12	6.860000
3	4	11	6.480000
4	1	3	5.970000
5	13	16	5.870000
6	2	8	5.820000
7	9	14	5.220000
8	6	7	5.160000
9	15	17	4.930000
10	4	13	3.820000
11	9	18	3.400000
12	1	6	3.370000
13	5	15	2.850000
14	5	9	2.430000
15	1	2	2.400000
16	1	5	2.150000
17	1	4	1.970000



Los resultados del análisis nos permiten diferenciar tres cluster:

1. Personas que no tienen control de la situación por la que atraviesan: Enfermo, Discapacitado, Depresivo, Adicto y Enfermo terminal (Sida).

2. Personas que las mujeres perciben como muy sensibles: Adolescentes, Introvertidos y Homosexuales, que acaban uniéndose a otro tipo de personas que experimentan la soledad por estar alejado de la familia y en ocasiones sin poder tener control de la situación: Extranjero, Estudiante fuera de casa, Preso y Soldado.

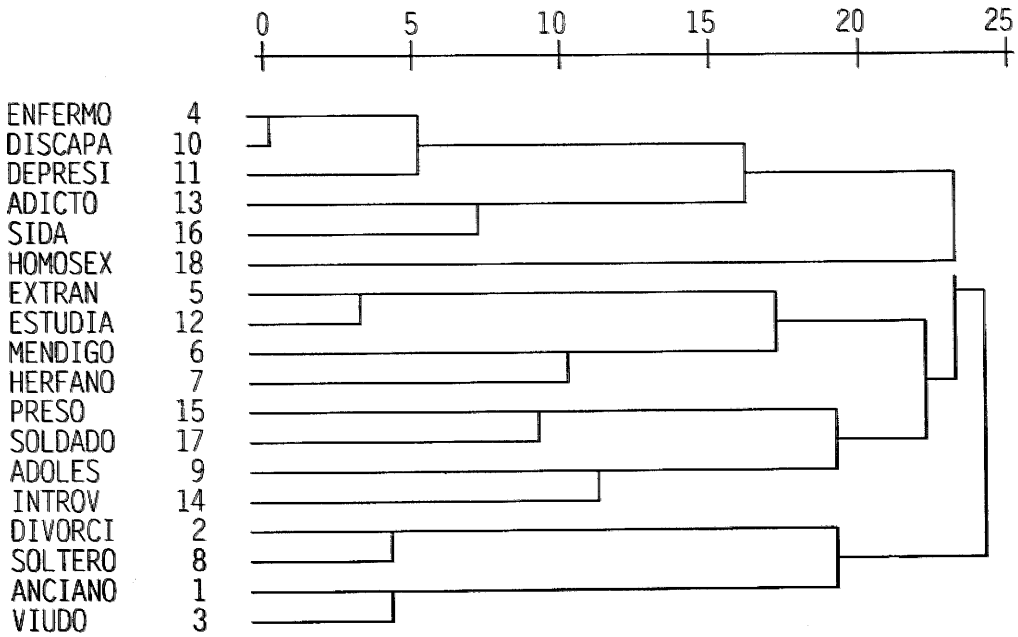
3. Personas que han sido apartados de sus familias por diferentes causas o que carecen de relaciones familiares y/o sentimentales: Anciano, Viudo, Mendigo y Huérfano, al que más tarde se unen Divorciado y Soltero.

Hombres que evalúan a hombres solitarios

En la figura 3.8 se ofrecen los resultados obtenidos en el último análisis de cluster que corresponde a los hombres que han evaluado a hombres solitarios.

Figura 3.8
Cluster de hombres solitarios juzgados por varones. Método de vínculo completo.

	Clusters Combinados		
Paso	Cluster 1	Cluster 2	Coeficiente
1	4	10	7.600000
2	5	12	6.750000
3	2	8	6.530000
4	1	3	6.500000
5	4	11	6.400000
6	13	16	5.980000
7	15	17	5.580000
8	6	7	5.150000
9	9	14	5.020000
10	4	13	3.930000
11	5	6	3.650000
12	9	15	3.330000
13	1	2	3.300000
14	5	9	2.590000
15	4	18	2.360000
16	4	5	2.280000
17	1	4	2.030000



Como se puede apreciar en la figura 3.8, en un primer paso se unen Enfermo y Discapacitado como tipos de personas solitarias más similares. Efectivamente ambos tipos de personas se caracterizan por su falta de control sobre la situación. Con una distancia algo superior surge el segundo cluster formado por Extranjero y Estudiante fuera de casa, en este caso los dos tipos de personas se encuentran en una situación en la que posiblemente no tengan una red de amigos, están lejos de su familia y pueden carecer de apoyo social. En un tercer paso se unieron el Divorciado y Soltero y a la misma distancia de semejanza pero formando un cluster diferente, el Anciano y Viudo. Curiosamente los varones percibe a los dos primeros diferentes de los segundos, si bien es cierto que cuando el programa fuerza a unir los estímulos, los cuatro tipos forman un cluster que podríamos definir como caracterizado por la falta de pareja.

Un quinto paso agrupa al Adicto-Enfermo terminal (Sida) como personas similares que tiene en común el rechazo y distanciamiento social. Preso y Soldado también se agrupan en un cluster, en este caso ambos viven la soledad de manera impuesta y sin mucho control de la situación. Huérfano y Mendigo se unen como personas sin familia. Un paso posterior agrupa al Adolescente y al Introvertido, posiblemente personas que son percibidas como aisladas en su propio mundo y alejadas de la realidad. Cuando el programa fuerza a estos cluster a unirse se diferencian claramente cuatro grupos:

1. Personas que no controlan la situación de soledad y que suelen vivir aislados de los demás por su propia condición de estigmatizados: Enfermo, Discapacitado, Depresivo, Adicto, Enfermo de Sida, grupo al que también se une más tarde el Homosexual.

2. Personas que viven generalmente solas ya sea porque están lejos de

sus familias o por carecer de ella: Extranjero, Estudiante fuera de casa, Mendigo y Huérfano.

3. Personas que viven la soledad como consecuencia de una situación impuesta y de la que no tienen control: Preso, Soldado, y más lejos en semejanza el Adolescente e Introvertido.

4. Personas que carecen de una relación sentimental ya sea porque han fracasado en su relación o por la muerte de la pareja: Divorciado, Soltero, Anciano y Viudo.

5. CONCLUSIONES

El objetivo de esta investigación consistía en descubrir las dimensiones subyacentes a la percepción que las personas en general tenían de aquellas otras que pueden sentirse solas. Este análisis exploratorio pretendía ir más allá de la simple recogida de los atributos que la gente utiliza para evaluar a la persona solitaria. Recurrimos por ello a la utilización de un modelo de distancia espacial, el Escalamiento Multidimensional, que nos permitía estudiar la distancia psicológica entre los diferentes estímulos en la configuración espacial ofrecida por el modelo. De acuerdo con Sabucedo y Godás (1985) esta técnica resulta muy adecuada para el tratamiento de diferentes cuestiones psicosociales.

Los resultados obtenidos en los diferentes análisis realizados han mostrado la existencia de dos dimensiones que son las que mejor agrupan las características que definen a los estímulos presentados (18 tipos de personas solitarias).

Si bien se estas dimensiones se han mantenido más o menos constantes en los cuatro análisis realizados, han existido algunas variaciones. No obstante, en general, podemos decir que ha emergido una dimensión (la dimensión I) que en la totalidad de los análisis realizados hace referencia a cuestiones caractereológicas. Rokach y Brook (1995) utilizan esta terminología para referirse a la importancia de las experiencias del individuo, actitudes (hacia él mismo y hacia los demás) y características de personalidad y/o individuales, en el desarrollo de la soledad. Si estos factores son negativos, podrían dificultar el inicio y mantenimiento de las relaciones fructíferas y de apoyo (Situación voluntaria-Situación impuesta; Atractivo físico-Poco atractivo físico; Ve a los demás de manera positiva-Ve a los demás de manera negativa, fundamentalmente).

La dimensión II, es más de tipo relacional. Empleando la terminología de Rokach y Brook (1995) podríamos llamarla "histórica". Esta abarcaría las causas de la soledad relacionadas con las Relaciones íntimas infructuosas, Separación/Traslado Significativos y Marginalidad Social y hace referencia al efecto directo que las relaciones inestables, insatisfactorias y perjudiciales tienen en el desarrollo de la soledad (Tiene pareja-No tiene pareja; Convive con otros- Vive completamente solo; Cuenta con apoyo social-Carece de apoyo social, fundamentalmente).

En general, los cuatro análisis de Escalamiento Multidimensional que hemos presentado (variando el sexo del perceptor y el sexo del estimulo a evaluar) han arrojado resultados muy similares. Si bien en un principio, los datos encontrados parecían poco alentadores, teniendo en cuenta que de las 17 escalas bipolares que los sujetos han utilizado para evaluar a los 18 tipos de personas solitarias, sólo 8 de ellas han cargado significativamente en alguna de las dos dimensiones arrojadas por el MDS, analizando el contenido de las

mismas hemos comprobado que en realidad éstas son las características que habitualmente en la literatura sobre el tópico se han asociado con mayor frecuencia a la experiencia de la soledad. Recordemos que estas escalas han sido: Situación Voluntaria-Situación impuesta; Físicamente atractivo-Físicamente poco atractivo; Status socioeconómico alto-Status socioeconómico bajo; Cuenta con apoyo social-Carece de Apoyo social; Ve a los demás de forma positiva-Ve a los demás de forma negativa; Tiene pareja-No tiene pareja; Merece lo que le ocurre-No merece lo que le ocurre y Convive con otras personas-Convive solo.

Haciendo un breve repaso a la incidencia de algunas de estas dimensiones en el estudio de la soledad, la escala Situación Voluntaria-Situación Impuesta por ejemplo, viene a recoger la polémica que en ocasiones se ha suscitado respecto a los efectos positivos versus negativos de la soledad. Si para muchos la soledad es positiva por cuanto que la consideran un momento de reflexión e inspiración- recuérdese los periodos de aislamiento y soledad a la que se someten los escritores, los artistas o los religiosos en ocasiones, lo cierto es que la soledad se percibe como un problema cuando es una situación impuesta de la que no podemos escapar. Siguiendo a Béjar (1993), se puede hablar de dos tipos de soledad, una la soledad como elección, entendida como privacidad o búsqueda voluntaria de aislamiento (en este sentido, Béjar señala que la gente tiende a ser cada vez más individual); otro tipo de soledad sería la soledad como destino, entendida como ausencia de compañía deseada.

Por otro lado, existe una extendida creencia respecto a que las personas sin pareja, sea porque han perdido a sus parejas o porque nunca la han tenido, se sienten solas. Por ejemplo, el paradigma del *Arca de Noé* pone énfasis en el emparejamiento como una norma social, de modo que *"estar solo es ser diferente y ser diferente es estar solo, y estar dentro de este círculo fatal es*

estar solo. Estar solo es haber fracasado" (Gordon, 1976). Además, si como se ha puesto de manifiesto en numerosos estudios, las relaciones íntimas o amorosas tienen un gran valor en la vida de seres humanos (Wood, 1976; Thornton & Freedman, 1982), es lícito pensar que la ausencia de tales relaciones sea percibida por muchas personas como una condición indeseable llegando en muchas ocasiones a afectar el bienestar físico, psicológico y social de quienes se encuentran en dicha situación (Lin, 1986; Sarason & Sarason, 1984).

En relación con el argumento anterior, se habla mucho de la soledad residencial a la que en ocasiones se confunde con el sentimiento de soledad, de modo que tendemos a pensar que quienes conviven con otras personas se sienten menos solos que quienes viven realmente solas. Existen datos que avalan esta creencia tan extendida. Por ejemplo, la Teoría de la Integración Social de Durkheim (1951) resalta que los propósitos de la integración social son dos. Por lado, incluye al individuo en una red de influencias interpersonales y por otro, las relaciones sociales dan significado y propósito a nuestras vidas. La tradición sociológica resalta el hecho de que la regulación social beneficia a la sociedad ayudando a mantener el orden y la estabilidad, y beneficiando también al individuo. Por ejemplo Hughen y Gove (1981) estudiaron los efectos de vivir solo frente a vivir en compañía concluyendo que las personas que viven solas son más vulnerables a tener conductas desviadas y problemas psicológicos llegando incluso a realizar actos autodestructivos porque carecen de los mecanismos de regulación a los que hacíamos referencia anteriormente.

Otra característica de las personas solitarias que se repite en los resultados encontrados es la de Posee Apoyo Social-Carece de Apoyo Social. Existe abundante literatura que relaciona la soledad con la falta de Apoyo Social. Según esta perspectiva, la gente cuando tiene problemas busca consejo

y ayuda en personas de su red social, sean o no estas profesionales, resaltando la importancia de los lazos sociales para la salud psicológica (y física) del individuo. Cuando la persona que sufre busca este tipo de ayuda en quienes le rodean y la ayuda que reciben es insuficiente o no la perciben como satisfactoria, experimentan estados afectivos negativos entre las que se encuentra la soledad (Rook & Pietromonaco, 1987).

La soledad como experiencia negativa además, se entiende mejor por el hecho de que los estereotipos culturales describen a las personas solitarias como perdedoras sociales, convirtiendo esta situación en un estigma social (Perlman & Joshi, 1987). Además, la tan extendida creencia en el mundo justo, nos lleva a atribuir la causa de las características indeseables o negativas que posee una persona a factores personales que la hacen merecedora de lo que le ocurre. Esto puede darse incluso cuando una persona realiza autoatribuciones, inhibiendo de este modo la puesta en marcha de estrategias eficaces de afrontamiento frente a la soledad. Esta situación se torna así en un círculo vicioso que hace que la gente cuando se siente sola encuentre serias dificultades para vencer esta situación.

Por último, dos aspectos novedosos que resaltan los resultados obtenidos por los análisis de MDS realizados es la aparición de dos escalas que aparecen repetidamente como significativas, *Posee Atractivo físico- Poco atractivo y Estatus socioeconómico alto-Estatus socioeconómico bajo*. Si bien es cierto que estas características no han sido muy mencionadas con anterioridad en la literatura sobre soledad, no resulta extraño que cuando percibimos a otras personas, empleemos con frecuencia una de esas categorías: Atractivo- No atractivo. Por ejemplo, en un estudio llevado a cabo por Kim y Rosenberg (1980), basándose en sus propios resultados y en los de otras investigaciones, identificaron el atractivo físico como una de las categorías evaluativas que los

individuos utilizan para asociar rasgos o características de una persona. Este hallazgo es importante, dado que como es sabido, la impresión global que nos formemos de una persona puede verse modificada por el efecto halo. Así, las personas a las que percibimos como solitarias (característica negativa) también le atribuimos otras rasgos negativos como el escaso atractivo fisico.

Lo mismo podría decirse respecto a la categoría Estatus socioeconómico alto-Estatus socioeconómico bajo. Con frecuencia solemos asociar características positivas a quienes percibimos con un alto estatus.

Por último, queremos señalar el hecho de que sean las mismas escalas las que de forma sistemática definen las dimensiones ofrecidas por los cuatro análisis MDS realizados. A nuestro juicio, este resultado apoya la idea de que realmente son estas las características comunes que subyacen a los diferentes estímulos presentados, tanto si se trata de hombres como de mujeres. Asimismo, nos indica que las percepciones de los varones y de las mujeres que participaron en esta investigación son muy semejantes.

El carácter consensual y compartido de estos resultados nos sugiere que estas creencias no son idiosincrásicas, sino que tienen un carácter claramente social. Parece que existe un discurso social, un sentido común y de las representaciones social que determinan el modo de ver y entender la realidad que nos ocupa (Moscovici, 1984).

Respecto a los análisis de Cluster, en general, los resultados obtenidos no mostraron diferencias sustanciales en la percepción que los/as alumnos/as tienen de los tipos de personas que pueden sentirse solas. Tanto los hombres como las mujeres agrupan a una serie de personas solitarias (sea hombre o mujer) muy semejantes entre sí y caracterizadas por su condición estigmatizada:

Enfermo/a, Discapacitado/a, Depresivo/a, Adicto/a, Enfermo/a terminal (Sida). El estímulo Homosexual se une a este grupo cuando son hombres los que juzgan a otros hombres, lo cual refleja de alguna manera el rechazo que los varones muestran hacia la homosexualidad masculina. Sin embargo, los estímulos Presa y Mendiga se unen a este cluster cuando se juzga a mujeres y no cuando se juzga a varones.

Otro cluster en el que se observan pocas diferencias en los cuatro grupos evaluados ha sido el que agrupa a personas que se caracterizan por vivir solos, sin pareja, ya sea porque han roto su relación, porque nunca la han tenido, o porque la pareja ha muerto: Divorciado/a, Soltero/a, Anciano/a y Viudo/a. En esta ocasión, cuando el estímulo es femenino, tanto perceptores hombres como mujeres incluyen en este grupo al Ama de casa. Sin embargo, cuando el estímulo es masculino, las mujeres incluyen en el grupo al Mendigo y al Huérfano. Este último resultado puede interpretarse en el sentido de que las mujeres, a diferencia de los varones, parecen tener un sentimiento más profundo de la familia y de las relaciones.

Un tercer cluster agrupa a personas que o bien tienen en común ciertas características de personalidad o individuales que les dificultan sus relaciones con los demás (e.g., introvertidos, adolescente, etc.), o bien comparten las circunstancias de encontrarse fuera o alejados de su entorno habituall (extranjero, estudiante fuera de casa).

El resto de los estímulos se agrupan de forma más heterogénea dependiendo del perceptor y del sexo del estímulo.

ESTUDIO SEGUNDO: LA EXPERIENCIA DE LA SOLEDAD

1. INTRODUCCIÓN

Según Rokach (1988) *"La soledad es una experiencia universal mostrada por todos los seres humanos"*. Las estadísticas confirman que la soledad es una experiencia negativa y que cada vez son más las personas que la padecen y tratan de luchar contra ella. Este hecho parece estar provocado por las características de la sociedad en la que vivimos, en la que cada vez están más diluidos los vínculos interpersonales (e.g., familiares) y van perdiendo fortaleza las asociaciones primarias que existían hace algunos años o que aún se dan en sociedades menos industrializadas.

Como ya se ha mencionado en los capítulos introductorios, la investigación sobre la soledad se originó hace un par de décadas. Uno de los primeros estudios que trató de identificar y describir cómo se sentían las personas solitarias fue el desarrollado por Horowitz en 1979. En su estudio, el autor pedía a un número de personas que describieran qué experimentaban cuando se sentían solas. A continuación, clasificó las diferentes experiencias manifestadas por la muestra estudiada en categorías semánticas. Algunas de las experiencias que con más frecuencia se repetían fueron agrupadas en las siguientes categorías: *Intimidad inhibida* ("Ser incapaz de revelar mis sentimientos a los demás"); *Socialización inhibida* ("Encuentro muy difícil hacer amigos"), *Agresividad compulsiva* ("Ejerzo mucha presión sobre las personas") o *Sumisión compulsiva* ("Me veo obligado a agradar a los demás").

Estas categorías inicialmente establecidas por Horowitz, hacían referencia en su totalidad al área interpersonal. No obstante, el autor también encontró que las personas utilizaban adjetivos para describir cómo se sentían.

Weiss (1989) realizó una revisión sobre el estado de la investigación sobre soledad, encontrando que si bien se había producido un importante avance por cuanto existen diferentes instrumentos de medidas y varias teorías para definirla, no existía, sin embargo, sensibilidad acerca del estatus de la soledad como problema real de la vida de las personas.

Las causas de la soledad han sido objeto de estudio de un buen número de trabajos en Psicología Social. Por ejemplo, Michela y cols. (1982) basándose en el modelo de atribución de Weiner (1974, 1979) realizaron un estudio exploratorio empleando la técnica del Escalamiento multidimensional para tratar de averiguar las dimensiones subyacentes que las personas poseen acerca de las causas de la soledad. El MDS indicó una solución en dos dimensiones coincidiendo éstas con dos de las propuestas por el modelo de Weiner: Internalidad-Externalidad y Estabilidad-Inestabilidad. La primera dimensión incluía en el extremo Internalidad causas referidas a la persona solitaria (su atractivo físico, miedo al rechazo, timidez, etc.), y en el extremo Externalidad se agrupaban las causas relativas a los demás (por ejemplo: miedo de los otros, situaciones impersonales, etc.). La segunda dimensión incluía en el extremo Inestable causas como la "pérdida de oportunidades" o "falta de interés", mientras que en el extremo de causas permanentes o estables se recogían aquellas referidas a ciertas características de personalidad (e.g., escaso atractivo físico).

La principal aportación del trabajo realizado por Michela y cols. fue descubrir que la gente en general es capaz de distinguir entre causas que existen en la persona solitaria versus las que existen en la situación y entre causas que son relativamente inestables versus aquellas que son permanentes.

Otros autores que han trabajado las causas de la soledad mediante en

MDS han sido Passer (1977), Falbo y Beck (1979) y Shultz y Moore (1984).

Más recientemente y en esta misma línea, Rokach y Brook (en prensa) han propuesto un modelo sobre las causas de la soledad. El modelo contempla la existencia de cinco tipos de causas a las que fundamentalmente las personas atribuyen su soledad:

1) *Inadecuación Personal*: Este grupo de causas fue el mejor predictor de la soledad de las personas. Hace referencia al hecho de poseer ciertas características de personalidad y/o sufrir experiencias aversivas que tienen como consecuencia una disminución de la autoestima, desconfianza, miedo a la intimidad y sentimientos de estar "socialmente fuera de tono".

2) *Déficits en el Desarrollo*: Se refiere a los antecedentes del desarrollo de la persona y de su ambiente familiar, tales como haber crecido en un ambiente familiar disfuncional caracterizado por una distancia emocional o rechazo de los padres, abuso psíquico o físico y una atmósfera generalmente marcada por la perturbación y la infelicidad.

3) *Relaciones íntimas infructuosas*: Hace referencia al impacto que las relaciones decepcionantes, perjudiciales y carentes de apoyo, pueden tener en la soledad de las personas.

4) *Separación/Traslado Significativos*: Se trata de los efectos que sobre el individuo puede tener el cambio o la pérdida de relaciones significativas que puede ocurrir como consecuencia de la movilidad o el traslado.

5) *Marginalidad Social*: Hace referencia al rechazo social real percibido, así como al distanciamiento de la sociedad que sufren los criminales.

desempleados y enfermos crónicos.

Conceptualmente, estos cinco factores se pueden agrupar en dos categorías de causas: *Caractereológicas* e *Históricas*. La primera comprendería las causas relacionadas con Inadecuación Personal y Déficits en el Desarrollo. Esta categoría reconoce la importancia de las experiencias del individuo, actitudes (hacia él mismo y hacia los demás) y características de personalidad. Si estos factores son negativos, podrían dificultar el inicio y mantenimiento de las relaciones fructíferas y de apoyo. La segunda categoría abarcaría las causas de la soledad relacionadas con las Relaciones íntimas infructuosas, Separación/Traslado Significativos y Marginalidad Social y hace referencia al efecto directo que las relaciones inestables, insatisfactorias y perjudiciales tienen en el desarrollo de la soledad (Rokach & Brook, 1995).

No sólo se ha investigado sobre las experiencias de la soledad y los posibles factores causantes, sino que también ha sido un tema de interés las estrategias que las personas ponen en marcha para vencer su soledad. Por ejemplo, Russell y cols. (1984) realizaron una investigación en el que estudiaron las diferentes estrategias de afrontamiento que las personas ponían en marcha para vencer la soledad. Para ello, administraron una medida con 24 estrategias de afrontamiento de cuyo análisis factorial se obtuvieron 5 factores con valores propios superiores a 1: 1) *Conductas de autoensalzamiento*, que implican conductas dirigidas a aumentar la autoestima de las personas ("pensar sobre una cualidad que poseo", "hacer algo que me haga ser mejor persona"); 2) ***Solución conductual del problema***, que implica acciones como "hacer los posible por reunirme con gente" o "hacer algo para aliviar mi soledad"; 3) ***Redefinir el problema***, o diseñar cogniciones que minimicen la experiencia de la soledad ("pensar que la soledad no durará toda la vida", "mejorar mis relaciones con los demás"); 4) *Distracción*, tratando de alejar de la mente el pensamiento de la

soledad ("realizar cualquier actividad mental", "pensar en otras cosas"), y 5) *Solución cognitiva del problema*, que hace referencia a pensar acerca del por qué de la soledad o pensar sobre cómo vencerla.

El objetivo de este segundo estudio, también de carácter exploratorio, consistía en diagnosticar las posibles causas que las personas atribuyen a su soledad, así como conocer cómo se siente la gente cuando experimenta la soledad, sus consecuencias y los mecanismos de afrontamiento que ponen en marcha para luchar contra ella. Para ello, diseñamos una investigación en la utilizamos como único instrumento el Inventario desarrollado por Rokach y Brook (1997) sobre la experiencia de la soledad.

A continuación pasamos a describir los pasos seguidos en este trabajo exploratorio, así como los principales resultados obtenidos.

MÉTODO

Participantes

Participaron en la investigación 250 personas que fueron reclutadas por estudiantes voluntarios que se encontraban cursando cuarto curso de Psicología. A cada alumno se le pidió que pasara un número determinado de cuestionarios a personas (igual número de hombres y de mujeres) que pertenecieran a un grupo de edad concreto. Los cuestionarios fueron entregados personalmente dentro de un sobre. Una vez cumplimentados, los participantes sólo tenían que cerrar el sobre y depositarlo en el lugar previamente concertado por el alumno que pasaría a recogerlo en la fecha acordada. De esta manera garantizamos el anonimato de las personas encuestadas y el contenido de sus respuestas (el cuestionario completo aparece en el anexo 3).

De los 250 participantes, 118 fueron hombres y 132 mujeres. El rango de edad fue de 16 a 87 años, situándose la media de edad en los 43.59 años con una desviación típica de 21.72. Como puede apreciarse, la muestra estudiada fue bastante heterogénea. En la tabla núm. 3.13 se recoge la distribución de la muestra en función de los estudios realizados. Además de los datos ahí indicados, hay que señalar que un 32.2 % de los participantes había realizado estudios universitarios, si bien no todos habían finalizado alguna licenciatura o diplomatura.

TABLA 3.13.- Estudios realizados por las personas participantes

Nivel de estudios primarios alcanzados	**%**
Sin estudios	2.1
Estudios Primarios Incompletos	1.0
Estudios Primarios Completos	29.7
Formación Profesional I/ BUP	28.6
Formación Profesional II/ COU	38.5

En el momento de la recogida de los datos, la mayoría de los participantes tenían hijos (92.4%) siendo el número más frecuente 2 (31.9%) y 3 hijos (23.6%).

Procedimiento

Como ya hemos indicado, a cada persona participante en el estudio se le pidió que contestara un cuestionario anónimo. Utilizamos el Inventario sobre la experiencia de la soledad de Rokach y Brook (1997). Dicha medida consta de varias secciones. La primera de ellas recoge algunas cuestiones sociodemográficas de interés: edad, sexo, nivel educativo, estado civil y número de hijos. Seguidamente se pregunta al participante sobre la estabilidad de su estado de soledad (estable vs. episódica) y si se sentía solo en el momento de contestar el cuestionario.

La segunda sección exploraba las diferentes sensaciones, estados o pensamientos que uno puede experimentar cuando se siente solo. Se presenta un listado de 68 posibles sentimientos y estados encabezado por la expresión ***"Cuando yo me sentía solo/a...."*** . Algunos items incluidos son: "Me sentía rechazado/a por alguien cercano", "Nada me interesaba", "Tenía miedo al futuro"; "Experimentaba un sentimiento de dolor intenso", por citar algunos. El sujeto debía responder marcando una X en los enunciados que representaran lo que el/ella experimentaba cuando se sentía solo/a.

La tercera sección exploraba las posibles consecuencias que la soledad ha tenido para las personas que se sienten solas o que lo han estado en el pasado. Se presentaba un listado de 14 posibles consecuencias encabezado por la expresión ***"Como resultado de mi experiencia de soledad ...."*** . Algunos items incluidos son: "Soy una persona más sabia", "Descubrí las ventajas de la soledad", "Soy más creativo/a", "Tengo más confianza en mí mismo/a", entre otros. El sujeto debía responder marcando con una X aquellas consecuencias que la soledad tiene o había tenido en su vida.

La cuarta sección del inventario exploraba las posibles causas de la soledad. Se presentaba un listado de 82 posibles factores causantes de soledad encabezadas por la expresión ***"Lo siguiente fue una causa de soledad para mi ...."*** . Los items hacían referencia a aspectos tan diversos como: "Una vida marcada por las preocupaciones y la infelicidad", "Sentirme intimidada/o por miembros del sexo opuesto", "Sufrir abusos sexuales", "Sentir que me faltaba valor", "No poder confiar en los demás", "Ser encarcelado/a", "Jubilarme", etc. Cada participante debía responder marcando una X en aquellas causas que hubieran contribuido a su sentimiento de soledad.

La quinta sección exploraba las estrategias de afrontamiento que las personas ponían en marcha cuando se sentían solas. Bajo el encabezamiento ***"Como una forma exitosa de enfrenarme a la soledad ....."*** aparecían 86 posibles estrategias que hacían referencia a aspectos como: "Aprendí a llevarme bien con los demás", "Escuché música con mayor frecuencia", "Salí más en pareja", "Me mudé a otro sitio", "Comencé a vivir la vida más plenamente", "Me refugié en el trabajo", "Me aislé del mundo", entre otras.

2. RESULTADOS

De los 250 participantes que contestaron el cuestionario, el 85.7% no se sentían solos en ese momento frente al 14.3% que contestaron afirmativamente. Además, el 88.9% se sentían solos únicamente cuando algo les hacía sentir así, frente al 11.1% que experimentaban la soledad de forma continua.

A continuación expondremos los principales resultados obtenidos en esta investigación. Para mayor claridad en la exposición, trataremos de forma independiente los resultados obtenidos en cada una de las secciones de las que

consta el cuestionario.

A) Experiencias de la soledad

Como recordaremos, en el cuestionario se presentaban 68 enunciados que correspondían a diferentes experiencias de soledad y se les pedía a quienes participaron que marcaran una X en aquellos cuyos contenidos se ajustaran a lo que él/ella mismo/a experimentaban cuando se sentían solos. Dado el elevado número de variables, seleccionamos para su estudio solamente aquellas que habían sido nombradas por más del 30% de los participantes. En la tabla núm. 3.14 se presentan las experiencias seleccionadas y la frecuencia con la que han sido experimentadas por los sujetos.

Con las experiencias recogidas en la tabla 3.14, que representan el 29,4% de la totalidad presentadas, realizamos un análisis factorial de rotación varimax para extraer posibles factores que facilitaran la interpretabilidad de los datos. El análisis indicó la existencia de siete factores con valores propios mayores a 1 que explicaron conjuntamente el 58.7% de la varianza. En la tabla núm. 3.15 aparecen las experiencias de soledad que cargaron en cada uno de los siete factores y sus pesos específicos respectivos.

TABLA 3.14.- Principales experiencias de soledad que los participantes han manifestado (ordenadas de mayor a menor frecuencia)

Cuando yo me siento solo/a....	Porcentaje
50. Lloro con facilidad	44.2
9. Tengo miedo al futuro	43.0
30. Siento como si llorara por dentro	41.8
1. Me siento rechazado/a por alguien cercano.	41.4
28. Me siento desconectado/a de los demás	41.4
37. Me siento inseguro/a	40.6
56. Experimento sentimientos de vacío	39.8
18. Soy incapaz de comunicar mis sentimientos a alguien	37.1
35. Me siento enfadado/a	36.3
61. Me siento ignorado/a	36.3
41. Siento que no hay nadie que me comprenda	35.9
65. Siento como si no tuviera a nadie que me apoye cuando lo necesite	34.3
22. Siento que la gente no quiere cuentas conmigo	33.5
44. Me veo a mí mismo/a como aburrido/a y falto de interés por todo	33.1
54. En algún momento tomo conciencia repentina de que algo marcha mal en mi vida	32.7
53. Siento la ausencia de un/a amigo/a íntimo/a especial en mi vida	32.3
13. No quiero estar cerca de la gente, ni hablar con ella	32.2
17. Tengo un sentimiento de impotencia	31.5
40. Me aparto de los demás	31.1
5. Nada me interesa.	30.3

TABLA 3.15. Resultados del análisis factorial de las experiencias de soledad
(entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor)

Cuando yo me siento solo/a	**F1** (20.9	**F2** (8.2)	**F3** (6.7)	**F4** (6.2)	**F5** (5.9)	**F6** (5.5)	**F7** (53)
Siento que no hay nadie que me comprenda	.55						
Siento la ausencia de un/a amigo/a íntimo/a especial en mi vida	.70						
Siento como si no tuviera a nadie que me apoye cuando lo necesite	.71						
No quiero estar cerca de la gente, ni hablar con ella		.84					
Me siento desconectado/a de los demás		.44					
Me aparto de los demás		.84					
Me siento rechazado/a por alguien cercano			.44				
Siento que la gente no quiere cuentas conmigo			.76				
Me siento ignorado/a			.73				
Me siento enfadado/a				.76			
Me veo a mí mismo/a como aburrido/a y falto de interés por todo				.50			
En algún momento tomo conciencia repentina de que algo marcha mal en mi vida				.65			
Nada me interesa					.47		
Experimento sentimientos de vacío					.80		
Tengo miedo al futuro						.47	
Siento como si llorara por dentro						.47	
Lloro con facilidad						.83	
Soy incapaz de comunicar mis sentimientos a alguien							.67
Me siento desconectado/a de los demás							.44

Una vez extraídos los factores que agrupan a los distintas experiencias de soledad que han sido manifestadas con mayor frecuencia, tratamos de examinar si hombres y mujeres diferían en el tipo de experiencias que manifiestan sentir cuando se sienten solos. Para ello, realizamos siete análisis de varianza utilizando como variable dependiente la puntuación de los participantes en cada uno de los siete factores mostrados por el análisis factorial y como variable independiente, el género de éstos. De los siete factores

resultantes sólo se encontraron diferencias significativas en función del género de los participantes en el factor VI [F(1,249)= 26,34, p=.00], siendo las mujeres las que manifestaron en mayor medida que los varones estas experiencias (.28 vs. -.33). El factor IV estuvo cerca de alcanzar la significatividad estadística (p=.08), en este caso, fueron los hombres los que obtuvieron las puntuaciones mayores (.10 vs. -.10).

B) Consecuencias de la soledad

Al igual que con las experiencias de la soledad, también estábamos interesados en conocer cuáles son las principales consecuencias que el sentimiento de soledad tiene en quienes lo experimentan. Las 14 consecuencias presentadas fueron manifestadas por más del 13,3 % de las personas. En la tabla núm. 3.16 se recogen la frecuencia con la que cada una de estas consecuencias fue manifestada por quienes componía la muestra de nuestro estudio.

TABLA 3.16.- Consecuencias de la soledad y frecuencia con la que han sido manifestadas por los participantes.

Como consecuencia de mi experiencia de soledad	Porcentaje
71. Soy más sensible a los demás y a sus necesidades	51.8
81. Tengo más confianza en mí mismo/a	45.4
76. He aprendido que puedo depender de mí mismo/a con éxito	42.5
82. Ha mejorado mi capacidad para enfrentarme con el dolor y el sufrimiento	39.4
70. Estoy ahora más contento/a y feliz	27.1
79. Le tengo menos miedo a la muerte	23.9
80. Mis relaciones interpersonales han mejorado notablemente	23.5
72. He descubierto una fuerza personal de la que antes no era consciente	21.9
75. Descubrí las ventajas de la soledad	21.5
77. Me quiero y me aprecio a mi mismo/a más de lo que lo hacía con anterioridad	21.1
73. La vida parece más rica e interesante de lo que era con anterioridad	20.7
69. Soy una persona más sabia	20.3
78. Soy más creativo/a	18.3
74. Por fin me di cuenta de que estaba solo/a	13.5

Con las 14 consecuencias de la soledad recogidas en la tabla anterior realizamos, al igual que hiciéramos con las experiencias de soledad, un análisis factorial de rotación varimax para extraer posibles factores que facilitaran la

interpretabilidad de los datos. De dicho análisis resultaron cinco factores con valores propios superiores a 1 que explicaron el 54.4% de la varianza. En la tabla núm. 3.17 aparecen los items que cargaron en cada uno de los cinco factores y sus pesos específicos.

TABLA 3.17.- Resultados del análisis factorial de las consecuencias de la soledad (entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor)

Como consecuencia de mi experiencia de soledad....	**F1** (20.4)	**F2** (9.9)	**F3** (8.8)	**F4** (8.1)	**F5** (7.3)
Estoy ahora más contento/a y feliz	.67				
La vida parece más rica e interesante de lo que era con anterioridad	.74				
Me quiero y me aprecio a mi mismo/a más de lo que lo hacía con anterioridad	.47				
Mis relaciones interpersonales han mejorado notablemente	.56				
He descubierto una fuerza personal de la que antes no era consciente		.57			
He aprendido que puedo depender de mí mismo/a con éxito		.67			
Tengo más confianza en mí mismo/a		.66			
Soy una persona más sabia			.83		
Descubrí las ventajas de la soledad			.51		
Soy más creativo/a			.40		
Ha mejorado mi capacidad para enfrentarme con el dolor y el sufrimiento			.46		
Soy más sensible a los demás y a sus necesidades				.72	
Le tengo menos miedo a la muerte				.71	
Por fin me di cuenta de que estaba solo/a					.90

Al igual que en la sección anterior, examinamos las posibles diferencias en las consecuencias que la soledad ha tenido para los hombres y las mujeres. Realizamos cinco análisis de varianza utilizando como variables dependientes la puntuaciones de los participantes en los cinco factores resultantes del análisis factorial y el género de los sujetos fue la variable independiente. De los resultados de dicho análisis no se aprecian diferencias significativas. Solamente el factor III se acercó al nivel de significatividad (p=.08) y fueron los varones quienes obtuvieron las puntuaciones más altas (.11 vs. -.10).

C) Causas de la soledad

De las 82 causas de soledad que fueron presentadas a los participantes en nuestra investigación, seleccionamos para su estudio alrededor del 40% que correspondían a aquellas causas que habían sido nombradas por más del 15% de la población estudiada. En la tabla núm. 3.18 se recoge la frecuencia con la que las causas seleccionadas fueron manifestadas por la muestra.

TABLA 3.18.- Causas de la soledad y frecuencia con la que han sido manifestadas por los participantes.

Lo siguiente fue una causa de soledad para mi....	Porcentaje
7. Culparme a mi mismo/a cuando las cosas iban mal	40.2
28. Sentirme muy decepcionado/a por alguien cercano	35.9
20. Llegar a la conclusión de que probablemente no lograré mis metas	34.7
8. Haber sido herido/a por un miembro de mi familia	33.9
55. Tener a menudo el sentimiento de que "no encajo"	31.4
58. No poder expresar mis sentimientos	27.9
38. Sentirme con frecuencia como poco importante	27.9
40. No poder confiar en los demás	27.1
45. Que no se me ofreciera el apoyo que necesitaba por parte de mis amigos/as más cercanos cuando estaba en una crisis	26.3
73. No sentirme apoyado por mis amigos en tiempos de crisis	26.3
47. Sentir que me faltaba valor	24.7
44. No sentirme querido por mis amigos/as	24.3
1. Una vida marcada por las preocupaciones y la infelicidad	23.9
37. Llegar a darme cuenta de que últimamente estoy completamente solo/a	23.9
78. Verme obligado/a a alejarme de las personas a las que quiero debido a circunstancias que escapaban a mi control	23.9
60. Tener conciencia de que un dia moriré	22.7
24. Experimentar una falta de confianza entre los miembros de mi familia	21.9
3. Tener miedo de ser rechazado/a si permitía a alguien acercarse a mi	21.5
66. Experimentar la muerte de mi padre/madre	19.9
68. Que los sentimientos no fueran compartidos de forma abierta en mi familia	19.9
41. Sentirme separado/a de mis amigos/as durante un periodo largo de tiempo	19.5
18. Sentir que mis padres en general no me apoyaban	19.1
11. Sentir que tenía intereses diferentes a la mayoría de la gente	18.7
19. Sentirme injustamente castigado/a	17.5
79. Sentir nostalgia por mis ambientes anteriores después de mudarme	17.1
63. Sentir que había cosas más importantes que yo para mi pareja	16.7
69. Estar en situaciones en las que no conocia a nadie	16.7
72. Tomar de pronto conciencia de mi envejecimiento	16.3
21. No poder compartir mis más intimos pensamientos con mi pareja	15.9
43. Sentir que yo no era tan inteligente como los demás	15.9
23. Sentir que no tengo nada que ofrecer a otra persona	15.5
39. Sentirme incapaz de hacer amigos debido a mi timidez	15.5
75. Sentirme intimidado por las personas que parecen más capaces socialmente que yo	15.5

Con las causas de soledad recogidas en la tabla anterior realizamos un análisis factorial de rotación varimax para extraer posibles factores que facilitaran la interpretabilidad de los datos. El análisis mostró la existencia de once factores con valores propios inferiores a 1 que explicaron el 57.9% de la varianza. En la tabla núm. 3.19 aparecen las causas de soledad que cargaron en cada uno de los once factores y sus pesos específicos.

TABLA 3.19.- Resultados del análisis factorial de las causas de la soledad (Factores I-V) (entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor)

Lo siguiente fue una causa de soledad para mi....	**F1** (14.7)	**F2** (6.1)	**F3** (5.8)	**F4** (5)	**F5** (4.5)
28. Sentirme muy decepcionado/a por alguien cercano	.56				
40. No poder confiar en los demás	.47				
44. No sentirme querido por mis amigos/as	.50				
45. Que no se me ofreciera el apoyo que necesitaba por parte de mis amigos/as más cercanos cuando estaba en una crisis	.66				
55. Tener a menudo el sentimiento de que "no encajo"	.47				
73. No sentirme apoyado por mis amigos en tiempos de crisis	.74				
8. Haber sido herido/a por un miembro de mi familia			.57		
18. Sentir que mis padres en general no me apoyaban		.68			
19. Sentirme injustamente castigado/a		.51			
24. Experimentar una falta de confianza entre los miembros de mi familia		.56			
68. Que los sentimientos no fueran compartidos de forma abierta en mi familia		.54			
7. Culparme a mi mismo/a cuando las cosas iban mal				.71	
20. Llegar a la conclusión de que probablemente no lograré mis metas			.59		
38. Sentirme con frecuencia como poco importante			.41		
47. Sentir que me faltaba valor			.49		
3. Tener miedo de ser rechazado/a si permitía a alguien acercarse a mi				.64	
39. Sentirme incapaz de hacer amigos debido a mi timidez				.76	
1. Una vida marcada por las preocupaciones y la infelicidad					.43
21. No poder compartir mis más íntimos pensamientos con mi pareja					.74
63. Sentir que había cosas más importantes que yo para mi pareja					.61

TABLA 3.19.- Resultados del análisis factorial de las causas de la soledad (Factores VI-XI) (Continuación) (entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor)

Lo siguiente fue una causa de soledad para mi....	**F6** (4.2)	**F7** (3.9)	**F8** (3.6)	**F9** (3.6)	**F10** (3.5)	**F11** (3.1)
69. Estar en situaciones en las que no conocía a nadie	.68					
75. Sentirme intimidado por las personas que parecen más capaces socialmente que yo	.70					
11. Sentir que tenía intereses diferentes a la mayoría de la gente		.65				
58. No poder expresar mis sentimientos		.49				
23. Sentir que no tengo nada que ofrecer a otra persona			.54			
43. Sentir que yo no era tan inteligente como los demás			.73			
60. Tener conciencia de que un dia moriré				.69		
66. Experimentar la muerte de mi padre/madre				.67		
72. Tomar de pronto conciencia de mi envejecimiento				.53		
37. Llegar a darme cuenta de que últimamente estoy completamente solo/a					.80	
41. Sentirme separado/a de mis amigos/as durante un período largo de tiempo						.55
78. Verme obligado/a a alejarme de las personas a las que quiero debido a circunstancias que escapaban a mi control						.64
79. Sentir nostalgia por mis ambientes anteriores después de mudarme						.61

Una vez obtenidos los once factores que agrupan las posibles causas de la soledad para la muestra en general, examinamos si las causas a las que las mujeres atribuyen su soledad difieren de las causas a las que los varones las atribuyen. Para ello realizamos análisis de varianza utilizando como variable dependiente la puntuación del los participantes en cada uno de los factores

resultantes de análisis factorial y como independiente el género. Se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en 3 de esos factores y en un cuarto se estuvo cerca de alcanzar el nivel de significatividad. Las mujeres obtuvieron puntuaciones más elevadas que los varones en las causas agrupadas por el factor II [F(1,249)=3.83, p=.05] (.11 vs. -.13), en el factor V (p=.08) (.09 vs. -.12) y en el factor VIII [F(1,249)=3.90, p=.05] (.11 vs. -.13). Los varones por su parte atribuyen más que las mujeres la causa de su soledad a las agrupadas en el factor I [F(1,249)=6.74, p=.01] (.16 vs. -.16).

D) Afrontando la soledad

De los 82 estrategias exitosas de afrontamiento de la soledad que se presentaban en el inventario, fueron seleccionadas para su estudio alrededor del 41% que correspondían a aquellas estrategias que habían sido nombradas por más del 20% de los participantes. En la tabla núm. 3.20 se recogen la frecuencia con la que las estrategias de afrontamiento de la soledad seleccionadas fueron manifestada por la población estudiada.

TABLA 3.20.- Estrategias de afrontamiento de la soledad y frecuencia con la que han sido manifestadas por los participantes.

Como una forma exitosa de enfrentarme a la soledad	Porcentaje
25. Decidí enfrentarme a mis problemas e intentar resolverlos	43.4
49. Me dije a mi mismo/a que tenía la fuerza y los recursos necesarios para vencer mi soledad	43.4
10. Estuve cierto tiempo reflexionando sobre mi mismo/a y mi situación	42.6
3. Convertí los períodos de soledad en oportunidades para la reflexión	41.8
72. Convertí la soledad en un tiempo de reflexión	41.4
6. Escuché música con mayor frecuencia	38.2
12. Recurrí a mis amigos/as en busca de compañía y de apoyo	37.8
1. Aprendí a llevarme bien con los demás	35.9
33. Intenté centrarme en lo que realmente me interesa en la vida	33.5
68. Me sentí fortalecido y consolado por mi fe en Dios	33.1
80. Vi la televisión con gran frecuencia	32.3
66. Intenté ser menos dependiente de los demás para ser feliz	30.3
31. Me volví más valiente a la hora de compartir mis sentimientos y pensamientos con los demás	29.1
28. Comencé a vivir la vida más plenamente	28.7
43. Me dije a mi mismo/a que mi situación era temporal	27.9
69. Llegué a ver el estar solo/a como una oportunidad para pensar las cosas y establecer nuevas metas para mí	27.5
45. Continué atendiendo las responsabilidades domésticas	27.1
84. Me cuestioné a mi mismo/a sobre el tipo de vida que estaba llevando	27.1
51. Me cuidé a mí mismo/a mental y físicamente	27.1
15. Renové las viejas amistades	26.7
24. Di largos paseos	25.9
61. Mantenía mis rutinas diarias habituales	24.3
55. Me convencí a mí mismo/a de que no estaba solo sino sin compañía, lo cual es más deseable	23.9
81. Me volví más abierto a la crítica	23.5
37. Busqué respuestas a mis problemas en la oración	23.1
27. Examiné la relación entre mi perspectiva general y mi situación actual	22.7
52. Me centré en pequeños éxitos	22.7
32. Hice ejercicio con mayor frecuencia	22.3
14. Empecé a practicar un hobby para el que antes no tenía tiempo	21.9
44. Tomé conciencia de mis particulares miedos y ansiedades y de lo que los causaban	21.9
16. Empecé a practicar un nuevo deporte	21.1
74. Volví a mis creencias religiosas como una fuente de consuelo	20.7
75. Empleé más tiempo hablando por teléfono con mis amigos y con la familia	20.7
39. Llegué a aceptar cómo me sentía	20.3

Con las estrategias de afrontamiento de la soledad recogidas en la tabla anterior realizamos un análisis factorial de rotación varimax. Se extrajeron diez factores que explicaron el 58.3% de la varianza. En la tabla núm. 3.21 aparecen las estrategias de afrontamiento de la soledad que cargaron en cada uno de los factores y sus pesos específicos.

TABLA 3.21. Resultados del análisis factorial de las estrategias de afrontamiento de la soledad (entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor)

Como una forma exitosa de enfrentarme a la soledad	F1 (17.4	F2 (7.6)	F3 (6.3)	F4 (5.5)	F5 (4.5)
3. Convertí los períodos de soledad en oportunidades para la reflexión	.50				
10. Estuve cierto tiempo reflexionando sobre mi mismo/a y mi situación	.56				
27. Examiné la relación entre mi perspectiva general y mi situación actual	.69				
44. Tomé conciencia de mis particulares miedos y ansiedades y de lo que los causaban	.64				
51. Me cuidé a mí mismo/a mental y físicamente	.45				
84. Me cuestioné a mi mismo/a sobre el tipo de vida que estaba llevando		.57			
1. Aprendí a llevarme bien con los demás		.69			
28. Comencé a vivir la vida más plenamente		.52			
31. Me volví más valiente a la hora de compartir mis sentimientos y pensamientos con los demás			.49		
52. Me centré en pequeños éxitos		.61			
37. Busqué respuestas a mis problemas en la oración			.79		
68. Me sentí fortalecido y consolado por mi fe en Dios			.80		
74. Volví a mis creencias religiosas como una fuente de consuelo			.81		
14. Empecé a practicar un hobby para el que antes no tenía tiempo				.75	
16. Empecé a practicar un nuevo deporte				.78	
32. Hice ejercicio con mayor frecuencia				.80	
6. Escuché música con mayor frecuencia					.45
33. Intenté centrarme en lo que realmente me interesa en la vida					.42
69. Llegué a ver el estar solo/a como una oportunidad para pensar las cosas y establecer nuevas metas para mí					.67
72. Convertí la soledad en un tiempo de reflexión					.60

TABLA 3.21. Resultados del análisis factorial de las estrategias de afrontamiento de la soledad (continuación) (entre paréntesis se indica la varianza explicada por cada factor

	F6 (3.7)	F7 (3.6)	F8 (3.4)	F9 (3.2)	F10 (3.1)
12. Recurrí a mis amigos/as en busca de compañía y de apoyo	.51				
15. Renové las viejas amistades	.69				
24. Di largos paseos	.42				
75. Empleé más tiempo hablando por teléfono con mis amigos y con la familia		.74			
39. Llegué a aceptar cómo me sentía		.49			
45. Continué atendiendo las responsabilidades domésticas		.62			
61. Mantenía mis rutinas diarias habituales		.72			
49. Me dije a mi mismo/a que tenía la fuerza y los recursos necesarios para vencer mi soledad			.68		
55. Me convencí a mí mismo/a de que no estaba solo sino sin compañía, lo cual es más deseable			.56		
43. Me dije a mi mismo/a que mi situación era temporal				.71	
66. Intenté ser menos dependiente de los demás para ser feliz				.57	
80. Vi la televisión con gran frecuencia					.71

También realizamos análisis de varianza utilizando como variable dependiente la puntuación del sujeto en cada uno de los factores arrojados por el análisis factorial y como independiente el género de los participantes. Se obtuvieron diferencias significativas en cinco factores. Las mujeres obtuvieron puntuaciones mayores que los varones en el Factor III [F(1,249)= 9.77, p=.00] (.18 vs. -.20), y en el factor VII [F(1,249)= 4.41, p=.03] (.12 vs. -.13). Los hombres, en cambio, obtuvieron puntuaciones mayores en los factores IV [F(1,249)= 8.31, p=.00] (.17 vs. -.17); en el factor VIII [F(1,249)= 4.16, p=.04] (.12 vs. -.11) y en el factor X [F(1,249)= 4.77, p=.02] (.14 vs. -.12).

3. CONCLUSIONES

En general, más del 30% de la muestra estudiada ha manifestado experimentar alguna vez al menos el 29.4% de las experiencias recogidas en el Inventario de soledad de Rokach y Brook. Además, los análisis factoriales realizados con tales variables han mostrado que las experiencias de soledad se pueden agrupar en siete factores independientes que en parte, coinciden con las narradas en la literatura sobre soledad. Por ejemplo, los dos grupos de experiencias correspondientes a los factores I y II recogen la distinción realizada por Weiss (1973) de los dos tipos de soledad, emocional y social.

El primer bloque de experiencias (factor I) hace referencia a la soledad como aislamiento emocional: "Siento que no hay nadie que me comprenda, "Siento la ausencia de un/a amigo/a íntimo/a especial en mi vida"... Este tipo de experiencias fueron a las que Weiss denominó como la falta de apego, esto es, tener conciencia de no poseer ninguna persona íntima o cercana en quien confiar y a la que poder acudir en momentos difíciles.

El segundo grupo de experiencias (factor II) recoge los sentimientos que las personas experimentan cuando sienten la ausencia real y/o física de otras personas, es decir, experimentan la soledad como aislamiento social (por ejemplo: "No quiero estar cerca de la gente ni estar con ella"; "Me aparto de los demás"). Si bien estas experiencias parecen ser elicitadas voluntariamente por las personas cuando se sienten solas, lo cierto es que expresan la percepción que tiene la persona solitaria de su aislamiento y distanciamiento de los demás.

El tercer grupo de experiencias (corresponde al factor III) hace referencia a la percepción de rechazo social que experimentan las personas cuando se sienten solas (por ejemplo: "Me siento rechazado por alguien

cercano"; "Siento que la gente no quiere cuentas conmigo"). El estigma social que trae asociado la soledad ha sido puesto de manifiesto en numerosas ocasiones, siendo el rechazo social y el distanciamiento una de sus consecuencias. Las personas cuando se sienten solas temen que los demás perciban lo que les ocurre, debido al estigma que acarrea la soledad en nuestra sociedad, por tanto, además de sentirse solos, tienen miedo a ser rechazados por ello (Rook, 1984; Lau & Gruen, 1992; Peplau & Perlman, 1982).

Los grupos cuarto y quinto (factores IV y V) aglutinan experiencias relativas a cuestiones de tipo personal o individual. Por ejemplo, en el grupo cuarto encontramos experiencias que hacen referencia a la percepción negativa que tienen de sí mismas las personas solitarias: "Me siento enfadado/a"; "Me veo a mi mismo/a como aburrido/a y falta de interés por todo". El grupo quinto, por su parte, recoge experiencias como: "Nada me interesa"; "Experimento sentimientos de vacío". Autopercibirse en estos términos puede tener dos consecuencias negativas para la persona, ya que por un lado, las personas solitarias atribuyen su soledad a causas internas y estables (Echebarría, 1994), y por otro, este tipo de atribuciones van a inhibir conductas de acercamiento a los demás, contribuyendo de forma circular a su situación de soledad (Peplau et al., 1979).

Los grupos seis y siete (factores VI y VII) recogen el tipo de experiencias con las que las personas solitarias definen su situación problema. Por ejemplo, el grupo sexto hace referencia a experiencias como: "Tengo miedo al futuro"; "Lloro con facilidad" (*Sumisión compulsiva*), mientras que el séptimo agrupa experiencias como: "Soy incapaz de comunicar mis sentimientos" (*intimidad inhibida*); "Me siento desconectado de los demás" (*socialización inhibida*) (Horowitz, 1979). Estos enunciados resaltan los sentimientos de miedo e inseguridad que experimentan las personas cuando se enfrenta a un

problema (en este caso la soledad) y señala la descarga emocional como la principal estrategia de solución expresión (llorar).

En general, estas experiencias son compartidas por hombres y mujeres. No obstante, los análisis realizados considerando la variable género, nos permiten afirmar que existen algunas diferencias en la experiencia de soledad de hombres y mujeres. Cuando se sienten solos, los hombres se autoperciben de forma negativa en mayor medida que las mujeres. Sin embargo, las mujeres cuando se sienten solas experimentan una mayor descarga emocional (llanto).

Estos resultados reflejan en cierto modo los roles de género tradicionales. De los hombres se espera que sean competentes socialmente, por tanto, cuando un hombre experimenta la soledad (un atributo poco deseable en los varones) éste se autopercibe como un fracasado. Las mujeres, por su parte, a las que se atribuyen valores expresivos fundamentalmente, cuando se sienten solas, acentúan la expresión de sus sentimientos (como es el caso de la descarga emocional).

Respecto al impacto que la soledad tiene en las personas que la experimentan, los resultados obtenidos han puesto de manifiesto que ésta puede tener diversas consecuencias. Por ejemplo, el análisis factorial realizado ha señalado al menos cinco tipos de consecuencias diferentes.

Un primer tipo de consecuencias (factor I) tiene como principal efecto la mejora de la calidad de vida de las personas solitarias. En este grupo se incluyen enunciados como: "Estoy ahora más contento/a y feliz"; "La vida me parece más rica e interesante de lo que era con anterioridad"; "Mis relaciones interpersonales han mejorado notablemente".

Los grupos segundo y tercero (factores II y II) se refieren a un cambio positivo en las propiedades de la persona solitaria, aumentando además su autoestima. Por ejemplo, las consecuencias "he descubierto una fuerza personal de la que antes no era consciente", "he aprendido que puedo depender de mí mismo", son ejemplos del grupo segundo y "soy una persona más sabia" y "he mejorado mi capacidad para enfrentarme con el dolor y el sufrimiento" ejemplos del tercer grupo.

Un cuarto tipo de consecuencias (factor IV) es el relativo a la mejora en la capacidad de empatía de las personas solitarias, como pone de manifiesto la afirmación "soy más sensible a los demás y a sus necesidades". Por último, el quinto grupo de consecuencias (factor V) hace referencia a otro efecto positivo: "por fin me di cuenta de que estaba solo/a", ya que la aceptación de una situación negativa es el primer paso en la solución de la misma.

Las consecuencias que la soledad tienen en las personas no varían significativamente dependiendo de si se trata de hombres y o de mujeres. De hecho, en nuestro estudio, sólo el tercer grupo de consecuencias (factor III) se acercó al nivel de significatividad, y fueron los varones quienes obtuvieron las puntuaciones más elevadas. Podría decirse por tanto que los hombres sacaron más provecho de su soledad del que sacaron las mujeres.

Si bien cada persona puede atribuir su soledad a una causa diferente, o dicho de otra manera, una misma situación puede tener efectos diferentes en personas diferentes, los resultados obtenidos en esta investigación han mostrado que las personas coinciden en las causas a las que atribuyen su soledad, y los análisis nos han permitido agrupar estas causas en once grupos diferentes, correspondiendo cada grupo a los once factores resultantes del análisis factorial realizado.

Un primer grupo de causas es el relativo a la falta de apoyo social percibido. En general, una persona puede sentirse sola cuando percibe no haber recibido el apoyo y ayuda de los amigos cuando lo ha requerido ("sentirme muy decepcionado por alguien cercano", no sentirme querido por mis amigos", "no sentirme apoyado por mis amigos en tiempos de crisis", etc.). Esta dimensión, el apoyo social, ha sido una de las más estudiadas en relación con la soledad, hasta el punto de definir la soledad como la ausencia de apoyo social.

Un segundo grupo resalta el papel de la familia como posible causa de la soledad de las personas. Afirmaciones como: "que los sentimientos no fueran compartidos de forma abierta en mi familia", "sentir que mis padres en general no me apoyaban", o "experimentar falta de confianza entre los miembros de mi familia", son fácilmente encontradas entre quienes dicen sentirse solos.

Otro grupo lo constituyen aquellas situaciones relacionadas con la pareja que pueden llevar a una persona a experimentar la soledad. Por ejemplo: "no poder compartir mis más íntimos sentimientos con mi pareja" o "sentir que había cosas más importantes que yo para mi pareja". Este tipo de causas también fue encontrado en los trabajos realizados por Rokach y Brook (1995) al que dieron en denominar *Relaciones íntimas Infructuosas*.

En general, estos tres tipos de posibles causas de soledad, tienen un origen común, pues hacen referencia al apoyo social, concretamente a las diferentes fuentes de las que las personas esperan recibir apoyo social: la familia, los amigo y la pareja. Ellos son los principales soportes sociales en los que se apoya y estructura nuestra vida social, de modo que cuando percibimos que no cumplen esa función, experimentamos estados afectivos negativos, entre los que se encuentra la soledad.

Otros grupos de causas de la soledad lo componen aquellas relacionadas con variables de tipo personal o individual como por ejemplo, "culparme a mi mismo cuando las cosas van mal" o "llegar a la conclusión de que probablemente no lograré mis metas"; las relacionadas con la autoestima: "sentir que no tengo nada que ofrecer a otra persona" o "sentir que yo no era tan inteligente como los demás"; o las relativas a las habilidades sociales de las personas solitarias ("sentirme incapaz de hacer amigos debido a mi timidez") o a su autopercepción en contextos sociales ("sentir que tenía intereses diferentes a la mayoría de la gente"; "sentirme intimidado por las personas que parecen más capaces socialmente que yo"). Todas ellas son variables que han aparecido con mucha frecuencia asociadas al estudio de la soledad, unas veces como antecedentes de ésta (por ejemplo, la falta de habilidades sociales), otras como consecuencias (autopercibirse de forma negativa en contextos sociales). Este tipo de causas vienen a coincidir con aquellas a las que Rokach y Brook (1995) denominaron de *Inadecuación Personal.*

Por ultimo, otro grupo de causas que se ha estudiado en la literatura sobre el tema han sido aquellas relativas a la ausencia real de personas a quienes nos sentimos unidos, o lo que Rokach y Brook (1995) denominaron *Traslado o separación significativa*. Por ejemplo: "verme obligado/a a alejarme de las personas a las que quiero por circunstancias que escapan a mi control" o "sentir nostalgia por mis ambientes anteriores después de mudarme".

Análisis de las diferencias de género en lo que concierne a las posibles causas de la soledad nos han indicado que en general las mujeres atribuyen más que los varones su soledad a causas relacionadas con la familia (factor II), la pareja (factor V) y la autoestima (factor VIII), tal y como es habitual encontrar en la literatura sobre soledad. Los hombres sin embargo atribuyen más su soledad a causas relativas a los amigos (factor I).

Estos resultados coinciden en señalar que hombres y mujeres experimentan la soledad de manera diferente. Por ejemplo, las mujeres son más susceptibles de experimentar la soledad de tipo emocional. Los datos obtenidos en nuestro estudio muestran que las situaciones relativas a la familia y a la pareja son las principales causas a las que las mujeres atribuyen su soledad. En cambio, muchos teóricos han estado de acuerdo en considerar que la soledad social afecta más a los hombres que a las mujeres, y efectivamente, las situaciones relativas a los amigos se encuentran entre las principales causas de la soledad de los varones.

En lo que se refiere a las estrategias para enfrentarse a la soledad, en nuestro estudio hemos extraído al menos diez grupos de estrategias que las personas dicen ponen en marcha para afrontar su soledad con resultados positivos.

La estrategia más ampliamente secundada por las personas que componen nuestra muestra fueron las de tipo cognitivo (Russell et al., 1984). Dedicar tiempo a reflexionar sobre uno mismo y sobre su situación parece ser uno de los primeros pasos en la solución del problema ("convertir los períodos de soledad en tiempo para la reflexión", "estuve cierto tiempo reflexionando sobre mí mismo y mi situación", etc.).

Otro grupo de estrategias iban encaminadas a tratar de mejorar la vida en general ("comencé a vivir la vida más plenamente", "me centré en pequeños éxitos") y las relaciones con los demás ("aprendí a llevarme bien con los demás", "me volví más abierto a la crítica"). Este tipo de estrategias fueron denominadas por Russell y cols. (1984) como *redefinir el problema*.

El tercer grupo obtenido en nuestro estudio recogía estrategias como la

oración y la fe (por ejemplo, "busqué respuestas a mis problemas en la oración", "volví a mis creencias religiosas como fuente de consuelo"). El cuarto, hacía referencia al ocio y tiempo libre ("empecé a practicar un hobby para el que antes no tenían tiempo", "empecé a practicar un nuevo deporte").

Un quinto grupo de estrategias hacían referencia a convertir la soledad en algo positivo ("intenté centrarme en lo que realmente me interesa en la vida", "llegué a ver el estar solo como una oportunidad para pensar las cosas y establecer nuevas metas para mí").

Un sexto grupo recoge la búsqueda de ayuda y apoyo de los amigos para salir de la situación de soledad ("recurrí a mis amigos en busca de compañía y apoyo", "renové viejas amistades"). El séptimo grupo se refiere a seguir con la rutina diaria ("continué atendiendo las responsabilidades domésticas" o "mantenía mis rutinas diarias habituales").

Las estrategias anteriormente descritas coinciden con las encontradas por otros autores y son todas ellas relativas a una *solución conductual* del problema (Russell et al., 1984).

Otros grupos hacían referencia a autodirigirse mensajes positivos que aumentaran la confianza en uno mismo ("me dije a mi mismo que tenía la fuerza y los recursos necesarios para vencer mi soledad"), considerar que se trataba solo de algo temporal, minimizando así el efecto de la soledad ("me dije a mi mismo que mi situación era temporal") o ver la televisión con mayor frecuencia para olvidarse de que uno está solo.

Cuando analizamos los datos comparando las estrategias más habituales en las mujeres y en los hombres encontramos que aparecieron algunas diferencias significativas. Las mujeres para afrontar su situación de soledad

ponen en marcha estrategias relacionadas con la fe y la oración (por ejemplo, "busqué respuestas a mis problemas en la oración", "volví a mis creencias religiosas como fuente de consuelo") y se refugian en las tareas rutinarias, como por ejemplo "continué atendiendo las responsabilidades domésticas" o "mantenía mis rutinas diarias habituales". Sin embargo, los hombres ponen en marcha, en mayor medida, estrategias de afrontamiento relacionadas con el ocio y el deporte ("empecé a practicar un hobby para el que antes no tenían tiempo", "empecé a practicar un nuevo deporte"), a cultivar pensamientos positivos que aumentaran su confianza en sí mismo ("me dije a mí mismo que tenía la fuerza y los recursos necesarios para vencer mi soledad"), y emplearse en actividades que le distraigan y entretengan ("vi la televisión con gran frecuencia").

6. IMPLICACIONES DE LOS DOS ESTUDIOS EXPLORATORIOS

Las investigaciones descritas en este capítulo nos han servido de punto de partida para las investigaciones que presentaremos en capítulos posteriores. En ellos, hemos tratado de recoger los aspectos que, a nuestro modo de entender, más relevancia psicosocial pueden mostrar y que coinciden con aquéllos que han sido documentados en la literatura sobre soledad. Se trata pues, en un caso, del estudio del Apoyo Social como variable de marcada influencia en la experiencia de la soledad de las personas. Cuando hablamos de Apoyo Social, lo hacemos en un sentido amplio, tratando de recoger su naturaleza multidimensional.

El otro tema del que nos vamos a ocupar en capítulos posteriores ha sido el de las relaciones interpersonales estrechas e íntimas, por considerar que su desarrollo tiene un importante impacto en la soledad de las personas.

nayor
entes.
ienen
nplo,
ación
ue lo
ue la
ıeral.
tacto
enos
rado

CAPÍTULO 4

ayar
ıque
s un
nga

SOLEDAD Y APOYO SOCIAL

nte
ma
los
el
los
les
ın,
ue
en
ta

de ayuda), el segundo tipo de situación podría ser cualquier interacción que ocurre sin que exista un estado de necesidad de ayuda previa, cumpliendo una función puramente expresiva. Rook (1987) mantiene que el compañerismo o las actividades que se sitúan bajo este rótulo, son las que realmente protegen a la gente de la soledad y lo hace apoyándose en varios estudios que muestran la existencia de correlaciones más altas entre las puntuaciones de las personas en la escala de soledad y la frecuencia de compañía (entendida como "compañerismo"), que entre la soledad y la frecuencia con la que la persona recibe apoyo emocional o instrumental.

Rubenstein y Shaver (1980) suscriben también esta distinción y lo hacen basándose en los resultados de su estudio que indicaban que la soledad estaba significativamente relacionada con las horas semanales que uno pasa socializándose, el número de organizaciones en las que participaba y la frecuencia con la que veía a sus amigos íntimos. Todas ellas, son actividades de compañerismo y son diferentes a la cantidad de contacto social o al AS. Las primeras son elegidas mutuamente por las personas que participan en ellas y son recompensantes en sí mismas. No obstante, a pesar de esta diferenciación, en ocasiones puede resultar difícil discernir si estamos ante actividades de compañerismo o de apoyo social, fundamentalmente cuando se trata de apoyo emocional.

Por tanto, si bien podemos decir que AS y Soledad son constructos relacionados en tanto que ambos conciernen a la esfera de las relaciones con los demás, estos conceptos se diferencian básicamente en:

1) El AS no implica relaciones propiamente dichas sino interacciones en las que ocurren ciertas conductas específicas, pudiendo ser estas interacciones meramente esporádicas; la soledad, en cambio, se refiere a las relaciones

interpersonales, especialmente cuando son intensas y duraderas.

2) El AS está más relacionado con los aspectos cuantitativos de las relaciones (cuanto más apoyo mejor) mientras que la soledad enfatiza especialmente la dimensión cualitativa (lo importante es la calidad y no la cantidad).

Sin embargo, el hecho de que AS y soledad sean conceptos diferentes no implica que sean totalmente independientes. De hecho, la relación existente entre estos dos constructos es lo que ha llevado con cierta frecuencia a que se les confunda. Prueba del vínculo existente entre AS y soledad es que la relación entre ambos constructos es mayor que la que existe, por ejemplo, entre AS y calidad de vida y AS y autoestima. En el primer caso (relación entre AS y soledad) ambos conceptos conciernen a las relaciones e interacciones sociales que la gente mantiene; calidad de vida y autoestima son constructos más amplios. Por ejemplo, la calidad de vida hace referencia a la percepción subjetiva que la persona tiene de su vida en general, por tanto, cuando una persona tiene que valorar lo satisfecho que está con su vida, incluye información referente a diversas áreas: estado de salud, situación laboral, situación económica, metas logradas, aspiraciones, fracasos, etc., además de las relaciones sociales que mantiene (familia, pareja, amigos, etc,). La autoestima, por su parte, se refiere a la integración de múltiples facetas de la vida que dan identidad y satisfacción a la persona. Por ejemplo, la satisfacción que le reporta a la gente el trabajo que realiza, la situación económica alcanzada, su aspecto físico, los grupos a los que pertenece, etc. además de todas aquellas que proceden del área relacional (familia, pareja, amigos, etc).

B) Naturaleza multidimensional del apoyo social

Respecto a la segunda cuestión que planteábamos -la naturaleza multidimensional del AS- el debate sobre su clarificación conceptual sigue aún abierto en nuestros días. Para Vaux (1988) el concepto de AS no se ha consolidado de una manera unívoca y prueba de ello es que podemos encontrar que cada investigación define el constructo a partir del énfasis particular que el investigador pone en las variables que considera pertinentes en su investigación. No resulta sorprendente, por tanto, encontrar que el Apoyo Social sea definido con términos intercambiables como *redes sociales, recursos sociales, conducta social, integración social, vínculos sociales*, etc,. Es necesario, por tanto, distinguir entre varios aspectos que tradicionalmente han estado presentes en la investigación sobre AS y que pueden originar confusiones:

a) *Red social versus Red de Apoyo*. Hay tres aspectos de la red social que habitualmente se han considerado en el estudio del AS por su posible influencia en el bienestar de las personas:

. *Tamaño:* nos referimos al número de personas que compone la red social del individuo. Conforme aumenta el tamaño de la red social, el AS debería incrementar. Esta idea, sin embargo, es cuestionable ya que no todos los vínculos entre las personas tienen porqué constituir fuentes de apoyo.

. *Multiplicidad:* se refiere a los miembros de la red social que desempeñan múltiples roles o funciones.

. *Densidad:* se refiere al modo en que cada uno de los miembros de la red social están conectados entre sí. El incremento de la densidad debería contribuir a crear sentimientos de solidaridad y cohesividad entre sus miembros.

Pero hablar de la red social de las personas no es sinónimo de hablar de

su red de AS, aunque hemos de admitir que cuanto mayor sea la red social de las personas mayor será la probabilidad de recibir diferentes tipos de apoyo. El elemento fundamental que diferencia la Red Social de las personas de su Red de Apoyo es la intimidad, la cuál incrementa con el tiempo a medida que las relaciones se vuelven más estrechas (Berg, 1984). Por tanto, aquellas personas que tengan relaciones de este tipo tendrán mayor probabilidad de recibir diferentes tipos de AS así como de experimentar sentimientos de cohesión y unidad encontrando la relación intrínsicamente satisfactoria, experimentarán afectos positivos y tendrán expectativas de continuidad (Pierce et al., 1991).

En este capítulo, nos centraremos en el estudio de la Red Social de Apoyo de los sujetos, esto es, en la consideración de aquellas personas que componen su red social, a las que éste puede acudir en busca de ayuda específica (emocional, informativa o tangible). El concepto de Red Social de Apoyo enfatiza más la dimensión funcional y expresiva de las relaciones, por lo que su relación con la soledad será mayor que la que tienen los aspectos puramente estructurales de la red social.

b) *El concepto de AS y sus taxonomías.* Desde que Cobb (1976) definiera el AS como *"la ayuda, consejo, bienestar e información que uno recibe de su red social incluyendo la familia, amigos, compañeros de trabajo y vecinos"*, se han sucedido muchas revisiones del concepto y se han elaborado varias taxonomías. Existe un amplio consenso en asumir que existen al menos tres tipos de apoyo: *emocional* (expresión de cariño y estima), *informacional* (consejo y guía) e *instrumental* (bienes tangibles y asistencia en tareas) (Martínez et al., 1988).

Igualmente, es habitual hacer referencia a dos dimensiones del apoyo social, una, referente a la disponibilidad de fuentes de apoyo con las que cuenta

el individuo, y otra, a la cantidad real de apoyo que el sujeto recibe. Si bien en principio cabría esperar que ambas dimensiones del apoyo estuvieran estrechamente unidas, la investigación ha mostrado que ambos índices de apoyo social son claramente independientes (Collin et al., 1993; Sarason et al., 1987). En una revisión realizada por Dunkel-Schetter y Bennett (1990) de aquellos estudios en los que se medían ambos constructos, encontraron que las expectativas de apoyo social disponibles estaban relacionadas sólo ligeramente o nada en absoluto con el apoyo social real recibido en situaciones específicas. Ambos aspectos del AS- la disponibilidad percibida y el apoyo recibido- son muy importantes en el entendimiento de los mecanismos a través de los cuales las relaciones sociales pueden influir en la salud y bienestar del sujeto, así como para explicar parte de la inconsistencia de algunos resultados encontrados.

c) *Funciones de los distintos tipos de AS.* El papel que las relaciones sociales cumplen en la vida de las personas ha sido un tema de interés en Psicología Social desde hace varias décadas (Weiss, 1969, 1974). Es necesario saber cuáles son las funciones que cumple el AS (los diferentes tipos) para poder predecir sus efectos sobre el bienestar de las personas. Berg y Piner (1990) realizaron un estudio en el que trataron de estudiar cuál era la relación entre distintas características de la red social, distintos tipos de apoyo social y las necesidades que satisfacían. Respecto al *apoyo emocional*, encontraron que la característica de la red social más relevante era la densidad, por estar relacionada con sentimientos de solidaridad y cohesión entre sus miembros. De modo que, en una red muy cohesionada (de amigos íntimos) es más probable que se reciba apoyo emocional. Las necesidades sociales más relacionadas con el apoyo emocional son el apego (necesidad de crianza) y el reconocimiento de la valía. Este tipo de necesidades pueden satisfacerse a través de las interacciones y relaciones con amigos íntimos y con la familia. Las interacciones de este tipo suelen consistir en hacer y escuchar revelaciones

íntimas, fundamentalmente de sentimientos (Berg & Piner, 1990). En cuanto al *apoyo informativo*, las tres dimensiones de la red social (tamaño, multiplicidad y densidad) parecen relevantes dependiendo de la intimidad y cantidad de información necesitada. Por ejemplo, cualquier miembro de la red social, incluso un extraño, puede facilitarnos una dirección; sin embargo, si el tipo de información que requerimos concierne a una cuestión personal, acudiremos a aquellos a quienes nos sintamos más unidos (amigos y familia).

Por último, en cuanto al *apoyo tangible*, la multiplicidad es la dimensión de la red social más relevante dado que por definición se refiere a hacer solicitudes frecuentemente a otros en múltiples contextos.

La literatura sobre el tema ha mostrado que el tipo de AS Emocional es el más relacionado con la soledad (Jones, 1981). No obstante, este tipo de apoyo no suele proceder de cualquier fuente suministradora de apoyo sino de aquellas personas con quienes la persona mantiene una relación intensa y estable (y/o íntima), esto es, fundamentalmente la familia, los amigos y en su caso, la pareja. Las investigaciones han constatado la relación existente entre la ausencia de este tipo de relaciones y la soledad (Berg & Piner, 1989; Perlman & Peplau, 1982).

Además de los tres tipos de AS a los que hemos hecho mención (emocional, informativo y tangible), existe otro tipo de AS respecto al que no existe acuerdo total y al que nos hemos referido anteriormente: *el compañerismo*. Tanto el tamaño de la red social como la multiplicidad y la densidad podrían estar relacionados con él. Por ejemplo, conocer mejor a la gente en distintas circunstancias y compartir sentimientos de solidaridad, hará más probable que se compartan actividades de ocio, importantes para el compañerismo, satisfaciendo la necesidad de integración social y apego que

parecen ser las más importantes en la prevención de la soledad (Jones, 1981). Hays (1984) opinaba que el compañerismo estaba más relacionado con la intensidad de la amistad que cualquier otra característica de la relación.

En las últimas décadas el concepto de AS ha evolucionado resaltándose los aspectos más cualitativos del mismo. Thoits (1982), diferenció los conceptos de red social y de apoyo social, distinguiendo las dimensiones estructurales de las funcionales en torno al constructo. Definió el sistema de apoyo social como *"el conjunto de personas de la red social total en la que los individuos confían para obtener ayuda emocional, ayuda instrumental o las dos a la vez"*. (Thoits, 1982, pp. 123 citado en Martínez et al., 1993, pp. 66). House y Kahn (1985) sugirieron que el término AS se reservara solo para ciertas "funciones de interacción y transacción social" cuyo resultado fuera beneficioso para el receptor. En esta misma línea, Sarason y colaboradores (1990) y Thoits (1992), asumían una progresiva subjetivación del concepto de apoyo social, proponiendo que la verdadera naturaleza de éste hay que buscarla en los procesos perceptivos de los sujetos implicados, lo que tradicionalmente se ha denominado apoyo social percibido en las operaciones de ayuda.

Esta nueva forma de entender el AS introduce la necesidad de diferenciar entre los aspectos cuantitativos (por ejemplo, tamaño de la red social y frecuencia de contacto social) y cualitativos (intimidad lograda en los contactos y satisfacción). La literatura sobre soledad ha mostrado que la gente solitaria sufre déficits en algunos tipos de relaciones pero no en otras (Berg & Piner, 1989). Por tanto, no parece tratarse de una cuestión de cantidad o tamaño de la red. Sí parece más adecuado pensar que la red social puede proporcionar oportunidades en las que ocurran conductas de apoyo específicas, dependiendo en última instancia el bienestar del individuo de la calidad y satisfacción con la que percibe el apoyo recibido. Jones y Moore (1987) realizaron un estudio

longitudinal con estudiantes y encontraron que había varios aspectos del apoyo social (satisfacción, tamaño de la red social, densidad y reciprocidad) que estaban relacionados con la soledad de diferente manera. Las personas solitarias informaron de una red interpersonal más pequeña y menos satisfactoria y se ocupaban con menos frecuencia en actividades sociales y heterosociales (Peplau & Perlman, 1982). No obstante, las medidas cualitativas (satisfacción) de las relaciones sociales e íntimas eran mejores predictoras de la soledad que el tamaño de la red social o la frecuencia, tipo y cantidad de contacto social (Cutrona, 1982).

Si bien tradicionalmente el estudio del AS se ha llevado a cabo investigando la red social de las personas (Derlega & Margulis, 1982), la perspectiva actual indica que hablar de AS supone referirse a medidas de percepción que los sujetos tienen sobre si han recibido ciertos tipos de apoyo y sobre todo a medidas referidas a la satisfacción con ellos, fundamentalmente (Sarason, 1985). Por ejemplo, Wheeler (1983) encontró que la revelación, interacción íntima, agrado y satisfacción, estaban negativamente correlacionadas con la soledad. Williams y Solano (1983), por su parte, encontraron que la soledad estaba relacionada con la intimidad percibida de la interacción. Otros estudios han encontrado relación entre la soledad y deficiencias en las autorrevelaciones o en la ausencia de un confidente (Cutrona, 1982), especialmente en las mujeres (Berg & Peplau, 1982)

C) El género como variable mediadora entre AS y soledad

La importancia, sin embargo, de varios tipos de AS y varias características de la red, puede no ser la misma para cualquier tipo de receptor, ni para cualquier suministrador de apoyo. Shaver y Buhrmester (1983) pensaban que el sexo de las personas y el tipo de soledad (social/emocional), serían

variables que modularían la relación entre AS y Soledad.

En general, las mujeres parecen estar más capacitadas para suministrar varios tipos de apoyo a quienes interactúan con ellas y son socialmente más sensibles, empáticas e íntimas (Deaux, 1976; Miller, 1983). De este modo, podríamos pensar que incrementando la cantidad de interacciones con mujeres incrementaría la probabilidad de recibir los recursos necesarios para prevenir la soledad. Esta predicción ha sido confirmada por varios estudios que han mostrado que la soledad correlaciona negativamente con el número de interacciones con mujeres pero no con el número de interacciones con hombres. Por ejemplo, Jones y Moore (1987) encontraron que la red social de quienes se sentían más solos contenían menos mujeres. Wheeler y colaboradores (1983), por su parte, realizaron un estudio en el que los participantes llevaron a cabo un registro de cada una de las interacciones que mantuvieron, de su duración, aspectos cualitativos y sexo de la persona con la que interactuaron. Encontraron que la relación entre soledad y los aspectos cuantitativos de la interacción (frecuencia y duración) y aspectos cualitativos (intimidad, revelación y satisfacción) varió dependiendo del género de los participantes. Concretamente, la soledad estuvo relacionada con aspectos cuantitativos de la interacción fundamentalmente cuando el interactuante fue una mujer, esto es, independientemente de que se trate de hombre o mujer, cuando se interactúa con una mujer, a mayor cantidad de contacto social menor será la soledad. En cambio, cuando se interactúa con un hombre, no aparece esta relación.

Por su parte, Berg y Peplau (1982) encontraron que la soledad estaba relacionada significativamente con la habilidad para elicitar revelaciones de los demás y el grado en el que la persona revelaba sus propios sentimientos, sólo cuando se trataba de mujeres. Este dato concuerda con el estereotipo expresivo que se tiene de las mujeres, considerándolas más capaces de escuchar y entender

a los demás y de expresar sentimientos.

Por otra parte, existe evidencia de la relación existente entre el aislamiento social y déficit en características consideradas típicamente masculinas. Dado el papel que ocupan en la sociedad, de los hombres se espera que tengan múltiples relaciones y sean competentes socialmente. Los hallazgos de Borys y Perlman (1985) de que las personas ven de manera más negativa a los hombres solitarios que a las mujeres solitarias es consistente con la hipótesis de que el número de amigos íntimos que uno tiene (tamaño de la red) será más importante en la soledad masculina que en la femenina. Schultz y Moore (1986) encontraron una correlación significativa entre la soledad y "riesgo social" (una variable deseable en los varones y que se refiere a la capacidad que uno tiene para iniciar relaciones sociales) sólo en el caso de los hombres.

En resumen, podemos predecir que la relación entre soledad y el tamaño de la red será más fuerte para los varones que para las mujeres. En el caso de la intimidad de la interacción o autorrevelaciones, la relación con la soledad será mayor en las mujeres. Aunque Stoke (1985) no examinó las diferencias respecto al sexo, sugería que los factores estructurales- como el tamaño de la red y multiplicidad- serían más importantes en la soledad de los hombres que en la de las mujeres. Berg y McQuinn (1989) trataron de estudiar la relación entre soledad y tamaño, multiplicidad y densidad de las redes de apoyo incluyendo además un factor de conducta social relacionado con la intimidad de la interacción (cantidad de revelaciones recíprocas con los miembros más importantes de la red) y analizaron los resultados separadamente para hombres y mujeres. En los hombres, las cuatro variables estuvieron significativamente correlacionadas con la soledad. En las mujeres, solamente lo estuvieron las revelaciones y la cohesividad. Análisis de regresión múltiple realizados vinieron a indicar que todas las variables explicaban una pequeña parte de la varianza de

la soledad en los hombres, mientras que únicamente la autorrevelación contribuyó significativa e independientemente en la predicción de soledad femenina. Shaver y Buhrmester (1983) mantenían que las características de la red social estarían más relacionada con el aislamiento social para los hombres que para las mujeres, mientras que el número de amigos íntimos sería más importante en determinar la soledad emocional de las mujeres.

Este patrón de resultados se entiende mejor si consideramos que hombres y mujeres parecen experimentar la soledad de forma diferente. La soledad de la mujer resulta principalmente del aislamiento emocional (Shaver & Buhrmester, 1983) ya que este tipo de apoyo (el emocional) es el más valorado por ellas. Berg y Piner (1989) encontraron que las personas solitarias tenían menos interacciones por día que las no solitarias y además, las interacciones implicaban menos revelaciones y eran menos satisfactorias. Analizando los datos por sexo, los hombres consideraban sus interacciones como más importantes debido a que el compañerismo es más importante para ellos (soledad social). Las mujeres informaron de que sus interacciones eran más íntimas y satisfactorias y con más amplitud de revelaciones (soledad emocional). Este hallazgo es consistente con los resultados encontrados por Wheeler así como con los que indican que las mujeres revelan más de sí que los hombres y son más sensibles socialmente.

D) Relación entre las fuentes de AS y los tipos de soledad (social y emocional)

Una de las necesidades sociales más relacionada con la soledad ha sido la de sentirse parte de una red social estrecha que aporte apoyo. Algunos de los estudios que han arrojado evidencia más directa respecto a la importancia de la integración social en la soledad fueron los realizados por Cutrona (1982) y

Russell y cols. (1984). Cutrona trató de medir en qué grado la relación que mantenía el sujeto en ese momento satisfacía cada una de las seis necesidades categorizadas por Weiss (1974). Se realizaron análisis de regresión con esas 6 medidas y las puntuaciones de los participantes en la escala de soledad. Las tres medidas que aportaron contribuciones significativas fueron la integración social, seguida del reconocimiento de la valía y por último la de consejo-guía. Russell y cols. (1984), por su parte, extrajeron medidas separadas de aislamiento social y emocional y encontraron que cada tipo de soledad estaba máximamente relacionado con diferentes necesidades. El apego y la oportunidad de crianza fueron buenos predictores del aislamiento emocional, mientras que para la soledad social, los mejores predictores fueron el reconocimiento de la valía y la integración social. Numerosas investigaciones han mostrado que el primer patrón es más característico de las mujeres y el segundo de los hombres (Weiss, 1973; Lau, 1989; Rubenstein & Shaver, 1982).

Russell y cols. (1984), midieron también la cantidad de interacciones que los sujetos habían tenido con amigos, parejas y miembros de la familia, así como la satisfacción con cada una de esas relaciones. Realizando un análisis de regresión de la soledad social con las seis medidas, la intensidad de las interacciones con amigos y la satisfacción con ellos fueron predictores significativos en la prevención de la soledad. Para la soledad emocional, la intimidad y frecuencia de las interacciones con una pareja fue el mejor predictor, aunque la satisfacción con los amigos también tuvo un efecto significativo. Si la necesidad de apego se satisface mejor mediante una relación romántica como dice Weiss, es razonable que la intimidad de la relación y la frecuencia de contacto con la pareja sentimental sea lo más importante en la prevención de la soledad emocional. El hecho de que la satisfacción con amigos (y no la frecuencia de interacción con ellos) sea un predictor significativo, puede haber resultado del hecho de que algunas de esas relaciones amistosas

pudieran ser íntimas y por tanto capaces de satisfacer las necesidades de apego y formas íntimas de compañerismo - Rook (1987), indicó la importancia del compañerismo en la prevención de la soledad-. Aumentando la satisfacción con los amigos, podríamos entonces prevenir el aislamiento emocional.

De lo que llevamos dicho puede concluirse: 1) que existen diferentes tipos de apoyo social (tangible, informativo, empático y emocional); 2) que cada uno de esos tipos desempeña funciones diferentes; 3) que cada tipo de AS estará asociado a fuentes de apoyo social diferentes. Así, el apoyo emocional proviene fundamentalmente de la pareja y de los amigos, aunque también puede provenir de la familia, o del profesional, en menor medida. El apoyo informativo, por su parte, se asocia frecuentemente al profesional, y menos a las demás fuentes de apoyo. Como señaló Stokes (1987), la soledad estaba negativamente relacionada con el hecho de hacer revelaciones de uno mismo a la otra persona, independientemente del contenido de estas autorrevelaciones. No obstante, si la persona a la que acudimos es un amigo íntimo, la revelación puede incluso reafirmar la amistad y el apego que una persona tiene hacia otra.

Con el fin de profundizar en el concepto de soledad y tratar de comprobar si en nuestro país los aspectos de la red social de apoyo de los sujetos están relacionados con ella y de qué manera, hemos diseñado el trabajo de investigación que aquí se presenta.

2. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Uno de los objetivos fundamentales de esta investigación era examinar si el Apoyo Social y la Soledad son dos constructos diferentes, aunque relacionados. De esta manera, nuestra primera hipótesis predice que:

Hipótesis 1. Las correlaciones obtenidas entre las medidas de Apoyo Social (recepción y satisfacción) y Soledad serán significativas, aunque moderadas.

Dado que las investigaciones han puesto de manifiesto claramente que los aspectos cualitativos del AS están más relacionados con la soledad que los aspectos cuantitativos o estructurales, una subhipótesis predice:

Hipótesis 1.a. La correlación entre satisfacción con el AS y soledad será mayor que la correlación entre recepción de AS y soledad.

No obstante, una prueba de que AS y soledad son constructos moderadamente relacionados, en cuanto que ambos conciernen a las interacciones y relaciones entre personas y a la satisfacción de necesidades afiliativas, sería que la relación entre AS y soledad fuera mayor que la relación entre AS y calidad de vida (entendida como la satisfacción global que la persona experimenta respecto a su vida en general, algo que indudablemente incluye otros aspectos además de los relacionales - situación laboral, económica, salud, etc.) y mayor también que la relación entre AS y autoestima (una variable psicológica importante pero que no depende exclusivamente de aspectos relacionales).

De acuerdo con esto se formularon dos subhipótesis adicionales.

Hipótesis 1.b. La correlación entre AS (recepción y satisfacción) y soledad será mayor que la correlación entre AS y calidad de vida.

Hipótesis 1.c. La correlación entre AS (recepción y satisfacción) y soledad será mayor que la correlación entre AS y autoestima.

La influencia que sobre la soledad tienen los aspectos cualitativos del AS (lo importante es la calidad o percepción subjetiva que se tiene del AS) y relacionales (la soledad concierne básicamente a las relaciones interpersonales) nos ha llevado a formular dos hipótesis concernientes a la relación entre soledad y tipos de AS (informativo, tangible, emocional y empático) y entre soledad y fuentes de AS (familia, pareja, amigo y profesional). Consideramos que el AS informativo y tangible se refiere fundamentalmente a la dimensión cuantitativa ("cuanto más mejor"), mientras que el apoyo emocional y empático se refiera a la dimensión cualitativa. Asimismo, pensamos que el apoyo recibido (y la satisfacción con él experimentada) de fuentes con las que existe una fuerte base relacional (familia, pareja y amigos) estará más relacionada con los niveles de soledad de los individuos que al AS procedente del profesional. En función de lo expuesto, las dos hipótesis siguientes establecen que:

Hipótesis 2. La soledad estará más relacionada con el apoyo social de tipo emocional y empático que con el apoyo social tangible e informativo.

Hipótesis 3. La soledad estará más relacionada con la recepción y satisfacción del AS que proceda de la pareja, familia y amigos que con el procedente del profesional.

Dado que numerosos investigadores han diferenciado entre soledad social y emocional también es posible formular una hipótesis concerniente a la relación entre AS, concretamente su dimensión cualitativa o de satisfacción, y uno de los tipos de soledad: la emocional.

Hipótesis 4. La satisfacción experimentada respecto al AS recibido estará más relacionada con la soledad emocional que con la soledad social.

Considerando las diferentes dimensiones del AS que hemos considerado, concretamente los diferentes tipos de AS, y en coherencia con lo que venimos exponiendo, podrían formularse la siguiente subhipótesis.

Hipótesis 4.a. La mayor correlación entre satisfacción con el AS recibido y soledad emocional se dará cuando se trate de AS emocional y empático (y no cuando se trate de AS tangible e informativo).

En virtud de los resultados de las investigaciones que han mostrado las diferencias entre hombres y mujeres en sus vivencias y percepciones tanto de la soledad como de sus relaciones en general, la hipótesis siguiente establece que:

Hipótesis 5. La soledad (general) de las mujeres dependerá más de la recepción y satisfacción de apoyo empático y emocional que la soledad de los hombres.

3. PROCEDIMIENTO

Participantes

Participaron en la investigación un total de 786 sujetos de los cuales 390 eran hombres y 392 eran mujeres (cuatro participantes respondieron erróneamente a este item). En la tabla núm. 4.1 se recogen las características sociodemográficas de los participantes en función del sexo.

TABLA 4.1.- Características sociodemográficas de los participantes en la investigación en función del sexo

Medidas	Hombres	Mujeres
Edad (X):	20.54 (8.96)	20.26 (5.15)
(Entre paréntesis la s.d.)		
Relación de pareja:		
. No pareja	31.0%	44.4%
. Relaciones esporádicas	15.4%	8.2%
. Salgo con alguien	31.8%	27.0%
. Comprometido	8.7%	4.6%
. Casado	6.2%	9.7%
. Otra	6.9%	6.1%
Estudios realizados:		
. Primarios	12.1%	.3%
. Formación Profesional	5.4%	1.3%
. Bachiller	39.2%	24.5%
. Bachiller Superior	10.5%	12.0%
. Universitarios	31.0%	61.7%
. Otros	1.8%	.2%

Las personas participantes en la investigación lo hicieron a requerimiento de un grupo de estudiantes de Tercer curso de Psicología que participaban en un seminario sobre soledad. Cada estudiante reclutó a un número de sujetos con unas características determinadas con el fin de asegurarnos que estuvieran representadas personas de ambos sexos y de diferentes edades, niveles educativos y otras características sociodemográficas.

Medidas

Los participantes contestaron un cuestionario que contenía una serie de medidas y escalas destinadas a poner a prueba nuestras hipótesis. El

cuestionario completo se incluye en el anexo 4. Estas medidas fueron:

a. Datos sociodemográficos de interés: edad, sexo, situación sentimental (de pareja) en el momento de contestar el cuestionario y estudios que realiza o ha realizado.

b. Medidas de soledad

Escala de soledad de UCLA (Russel et al., 1988). Se utilizó la tercera versión de la escala que fue adaptada a nuestro país por Expósito y Moya (1993). Dicha escala consta de 20 afirmaciones que reflejan el grado de soledad del individuo, 9 items formulados de forma positiva y otros 11 de forma negativa. Esta escala ha sido la más ampliamente utilizada en los estudios sobre soledad y posee buenos índices de fiabilidad (Shaver & Brennan, 1991). Las puntuaciones obtenidas en la Escala de Soledad de UCLA han aparecido relacionadas con conducta social, patrones de atribución y sentimientos de abandono, depresión, vacío, indefensión, aislamiento, etc. Conforme mayor es la puntuación obtenida en la escala, mayor es el nivel de soledad, pudiendo oscilar las puntuaciones entre 20 y 80. El coeficiente alfa de esta medida en nuestro estudio fue de .91.

Dado que una de nuestras hipótesis era comprobar la relación entre diferentes tipos de AS y los dos tipos de experiencia de soledad (social y emocional), procedimos siguiendo a Russell y cols. (1984) y Bell (1993), a seleccionar de la UCLA Loneliness Scale, los items que estaban relacionados con cada uno de estos tipos de soledad.

Soledad Social. Estaba compuesta por los items: "¿Con qué frecuencia sientes que estás en sintonía con la gente que te rodea?", "¿Con qué frecuencia

te sientes parte de un grupo de amigos?" y "¿Con qué frecuencia piensas que tienes mucho en común con la gente que te rodea?". El coeficiente alfa de esta medida en nuestro estudio fue de .69. En este caso todos los items que componen la subescala están redactados positivamente, por tanto cuanto mayor sea la puntuación, menor será la soledad social de las personas, no obstante y para tener los resultados en la misma dirección hemos invertido la escala.

Soledad Emocional. Estaba compuesta por los items: "¿Con qué frecuencia piensas que no hay nadie a quien puedas recurrir?", "¿Con qué frecuencia sientes que no hay nadie cerca de ti?" y "¿Con qué frecuencia piensas que nadie te conoce realmente?". El coeficiente alfa obtenido para esta subescala fue de .53, más bajo que el obtenido por Bell (1993) que fue de .72 (N= 113). En este caso, cuanto mayor es la puntuación más solo se siente el sujeto emocionalmente.

c. Medidas de Apoyo Social

Escala de Apoyo Social de Dunkel-Schetter, Feinstein y Call (1986). Dicha medida consta de varias secciones y incluye diversos índices de apoyo social. En una primera sección, se pidió a los participantes que pensasen en cuatro tipos diferentes de personas: un familiar, un amigo del mismo sexo, la pareja (si la tenían) y un profesional. A continuación se exploraban ciertas características de la relación con cada una de esas personas: cuánto hacía que se conocían, si habían vivido juntos, la frecuencia con la que se veían, etc. De esta manera, se extrajeron las cuatro fuentes suministradoras de apoyo que se van a utilizar a lo largo del cuestionario. Los tipos de apoyo sobre los que se preguntaba a los sujetos fueron cuatro:

- Informativo (incluye información y consejo),
- Instrumental o tangible (incluye préstamo de dinero, pequeñas ayudas,

favores, etc),

- Emocional (cariño y amor) y
- Empático (ser escuchado, comprendido, etc).

Para operativizar la medida, Dunkel-Schetter y cols. (1986, 1990) extrajeron diversos índices de apoyo social:

. *Apoyo social deseado*: Consta de 8 items en los que se pregunta a los sujetos con qué frecuencia han deseado apoyo de tipo informativo (sobre asuntos académicos o laborales y sobre su relación con otras personas), tangible (pequeñas ayudas y ayudas de mayor magnitud), emocional (sentirse queridos y cuidados, y que los alienten y tranquilicen) y empático (que escuchen sus preocupaciones y sentimientos, y que comprendan nuestra situación) durante los últimos tres meses. Los sujetos contestan a una escala con cinco puntos donde 1= Nunca y 5= Muy a menudo.

. *Apoyo social recibido (de tipo informativo, tangible, emocional y empático)*. Consta de 16 items en los que se pregunta a los sujetos acerca de la frecuencia con la que han recibido estos tipos de apoyo social en los últimos tres meses y de qué fuentes lo han recibido (familiar, amigo, profesional o pareja). La recepción de cada tipo de apoyo se evalúa para cada una de las cuatro fuentes. El formato de respuesta es igual al anterior.

. *Satisfacción con el apoyo social recibido*. Se trata de 16 items que evalúan la satisfacción con el apoyo informativo, tangible, emocional y empático recibido por cada una de las cuatro fuentes de procedencia (familiar, amigo, profesional y pareja). El tipo de respuesta es una escala de cinco puntos donde 1= Muy insatisfecho y 5=Muy satisfecho.

Los coeficientes alfa de los diferentes índices de Apoyo Social obtenidos en nuestro estudio se recogen en la tabla núm. 4.2, así como los obtenidos por Dunkell-Schetter y Kemmeney (1994) utilizando dos muestras de hombres homosexuales (N_1= 351 y N_2= 286)

TABLA 4.2.- Coeficientes alfa de los diferentes índices de apoyo social obtenidos en nuestro estudio y por Dunkell-Schetter y Kemmeney 1994.

AS Recibido (Tipos)	α	α_1	α_2	**AS Recibido (Fuentes)**	α	α_1	α_2
. Informativo	.63	.58	.62	. Familia	.83	.82	.91
. Tangible	.75	.66	.71	. Amigos	.83	.92	.91
. Emocional	.73	.65	.71	. Profesional	.88	.93	.95
. Empático	.73	.59	.69	. Pareja	.92	.94	.94
Satisfacción con AS	α			**Satisfacción con AS**	α		
. Informativo	.67			. Familia	.77		
. Tangible	.72			. Amigos	.79		
. Emocional	.65			. Profesional	.85		
. Empático	.67			. Pareja	.89		

d. Otras medidas

Index of Well-Being de Campbell y cols. (1976). Esta medida consta de dos partes que miden la satisfacción con la vida tal y como la experimentan los sujetos en el momento de contestar. La primera parte la componen 8 items tipo diferencial semántico (por ejemplo, "llena-vacía", "sin utilidad-valiosa") y la segunda se trata de un único item que pregunta directamente por el grado de satisfacción con la vida. La puntuación total en el índice de bienestar se calcula

promediando los items de la primera parte y sumándole la puntuación obtenida en la segunda parte (que se pondera 1.1). Los ocho items de la primera parte tienen un coeficiente alpha de Cronbach de .89 y un índice de correlación de .56 con el item sobre satisfacción con la vida. Esta medida es una de las más utilizadas en el estudio de la calidad de vida subjetiva y presenta aceptables resultados en lo que a la validez convergente y discriminante se refiere (Andrews & Robinson, 1991). El coeficiente alfa en nuestro estudio fue de .86. El rango de puntuación oscila entre 0 a 14.7 (a mayor puntuación, mayor es la calidad de vida percibida por la persona).

Escala de Autoestima de Rosenberg (1965). Esta escala consta de 10 items (5 formulados de forma positiva y 5 negativa) y el formato de respuesta es tipo Likert, de 4 puntos (desde muy de acuerdo hasta muy en desacuerdo). Varios estudios han mostrado la estructura unidimensional de esta escala, con coeficientes alpha que oscilan entre .77 y .88, correlaciones test-retest por encima de .8 y buenos índices de validez convergente y discriminante (Blascovich & Tomaka, 1991). El rango de puntuaciones oscila desde 10 hasta 40, de manera que conforme mayor es la puntuación, menor es la autoestima. El coeficiente alfa en nuestro estudio fue .75.

4. RESULTADOS

A) Puntuaciones obtenidas en las escalas y medidas

Como se ha presentado en la tabla 4.1, la media de edad de la población total fue de 20.39 con una desviación típica de 7.29. Los varones tenían una media de edad ligeramente superior a la de las mujeres (20.54 vs. 20.26), no siendo significativa esta diferencia.

La situación sentimental o de pareja de nuestros participantes, independientemente del sexo, en el momento de contestar el cuestionario, fue la siguiente: el 37% no tenían pareja, salían con alguien un 29.4% y en menor proporción se encontraban los que tenían una relación estable: el 7.9% estaban casados y un 6.7% comprometidos para casarse. Un 11.7% de los sujetos tenían relaciones esporádicas. Hubo diferencias significativas en la situación de pareja en función del sexo [X^2 (5,786)= 226, p=.00]. Hubo más mujeres sin pareja que varones y también más casadas que casados, sin embargo, había más varones que mujeres con relaciones esporádicas, saliendo con alguien y comprometidos (ver Tabla núm. 4.1).

El nivel cultural de los participantes en general fue alto: el 46.3% tenían estudios universitarios, seguidos de aquellos que habían realizado estudios de Bachiller/Graduado Escolar (31.8%) y en menor medida se encontraban los que habían realizado el Bachiller Superior (11.2%), estudios Primarios (6.2%) y Formación Profesional (3.4%). En este caso también se observaron diferencias significativas en función del sexo (Ver tabla núm. 4.1). Había más hombres que mujeres que habían realizado estudios primarios, Formación Profesional y Bachiller, sin embargo, hubo más mujeres que hombres realizando estudios de Bachiller superior y Universitarios [X^2(4,786)= 120, p=.00].

El tipo de estudios que estaban realizando los participantes en el momento de contestar el cuestionario fue mayoritariamente Licenciatura (29.8%), estudios de BUP (29%), y en menor medida, Diplomatura (12.1%) y estudios Superiores (6.5%).

La puntuación de la muestra en la Escala de Soledad de UCLA fue de 41.123, no apareciendo diferencias entre hombres y mujeres (41.00 vs. 41.26). Estas puntuaciones se sitúan por encima de las obtenidas por otros autores en

otras muestras similares. Por ejemplo, Russell y Cutrona (1988) administraron la tercera versión de la escala a un grupo de universitarios y obtuvieron puntuaciones ligeramente inferiores a las obtenidas por nosotros (40.08, sd= 9.5, N= 487). En este caso, las diferencias entre hombres y las mujeres llegaron a ser significativas (41.88 vs. 38.51).

La puntuación de los participantes en otras medidas de interés en la investigación aparecen en la tabla núm. 4.3. En la tabla núm. 4.4 se incluyen las puntuaciones obtenidas en los diversos índices de apoyo social.

TABLA 4.3.- Puntuación media de los participantes en Soledad, Calidad de Vida y Autoestima

Medida		Mujeres
Calidad de Vida	10.56 (sd: 2.18)	10.59 (sd: 2.11)
Autoestima	19.52 (sd: 5.12)	19.45 (sd: 4.63)
Escala Soledad UCLA	41.00 (sd: 8.82)	41.26 (sd: 8.84)
Soledad Social	2.02 (sd: 0.57)	2.01 (sd: 0.52)
Soledad Emocional	2.06 (sd: 0.66)	2.03 (sd: 0.62)

TABLA 4.4.- Puntuaciones medias obtenidas por los participantes en los diferentes índices de apoyo social

Medidas de Apoyo Social	P. Media(s.d.)
Deseo de Apoyo Informativo	3.20 (.79)
Tangible	2.71 (.78)
Emocional	3.81 (.85)
Empático	3.62 (.89)
AS Recibido (fuentes):	
Familia	3.56 (.80)
Amigo	3.39 (.76)
Profesional	2.34 (.92)
Pareja	3.50 (1.16)
AS Recibido (tipos):	
Informativo	3.04 (.69)
Tangible	2.89 (.81)
Emocional	3.55 (.72)
Empático	3.35 (.76)
Satisfacción con AS:	
Familia	4.14 (.79)
Amigo	3.98 (.81)
Profesional	3.11 (1.04)
Pareja	3.96 (1.11)
Informativo	3.75 (.76)
Tangible	3.84 (.81)
Emocional	3.97 (.76)
Empático	3.74 (.78)
Satisfacción Total	3.83 (.64)

Respecto a las medidas de AS, como se puede observar en la tabla 4.4, los índices obtenidos por nuestros participantes son bastante satisfactorios (el rango de las puntuaciones oscila entre 1 y 5). En general los participantes puntuaron más alto en la satisfacción con el apoyo social que habían recibido

que en la cantidad de apoyo recibido. Al analizar las puntuaciones por tipos de AS observamos que de forma constante es el apoyo social emocional y empático el más deseado, el más recibido y con el que están más satisfechos, frente a otro tipo de apoyo como el informativo y tangible.

La puntuación de los participantes en Calidad de Vida (10.56, sd: 2.16) estuvo muy por encima de la media, lo que indica que la calidad de vida de nuestros participantes era alta. No obstante, estas puntuaciones fueron inferiores a las obtenidas por Campbell y cols. (1976) quienes aplicaron la medida de Calidad de Vida a una muestra de 2.160 personas mayores de 18 años y obtuvieron una puntuación media de 11.8 (sd: 2.2). En su estudio, las personas mayores de 65 años, así como aquellas con altos ingresos, casadas con hijos y residentes de zonas rurales fueron las que puntuaron por encima de la media, sin embargo, las puntuaciones más bajas en Calidad de Vida las obtuvieron las personas que estaban desempleadas, las que tenían bajos ingresos, separadas o divorciadas y las solteras. Las mujeres puntuaron ligeramente más alto que los varones, coincidiendo esta tendencia con la encontrada en nuestra investigación.

En cuanto a la autoestima, las puntuaciones también fueron altas no apreciándose diferencias en función del sexo de los participantes. Tampoco las hubo en las medidas de Soledad tanto en la escala general como en las subescalas social y emocional.

B) Hipótesis

Hipótesis 1

Uno de los objetivos fundamentales de esta investigación era tratar de demostrar que ambos constructos, Soledad y Apoyo Social, aunque relacionados

TABLA 4.5.- Correlaciones entre las puntuaciones obtenidas por los participantes en la Escala de Soledad de UCLA y en las Medidas de Apoyo Social.

Medidas de Apoyo Social	r
Apoyo Social Recibido (Tipos)	
. Información	-.15, p=.00
. Tangible	-.18, p=.00
. Emocional	-.28, p=.00
. Empático	-.28, p=.00
Apoyo Social Recibido (Fuentes)	
. Familia	-.24, p=.00
. Amigos	-.23, p=.00
. Profesional	-.12, p=.00
. Pareja	-.13, p=.00
Satisfacción con Apoyo recibido (Tipos)	
. Información	-.27, p=.00
. Tangible	-.23, p=.00
. Emocional	-.30, p=.00
. Empático	-.31, p=.00
Satisfacción con Apoyo recibido (Fuentes)	
. Familia	-.27, p=.00
. Amigos	-.30, p=.00
. Profesional	-.19, p=.00
. Pareja	-.20, p=.00
Satisfacción total	-.30, p=.00

Como se recoge en la tabla anterior, existe una relación entre las medidas de AS y la soledad, de modo que cuando más grande era la puntuación en las diferentes medidas de AS, menor era la soledad que experimentaba el participante. No obstante, las correlaciones han sido bajas o moderadas, tal

como esperábamos.

Realizamos además un análisis de regresión para determinar la proporción de varianza que los diversos índices de AS explicaban de la Soledad. En este análisis se incluyeron como variables independientes los índices de AS deseado, recibido y la satisfacción experimentada (en cada caso se trata de cuatro índices, según el tipo de apoyo). Todas las variables fueron introducidas simultáneamente. Como variable dependiente se introdujo la puntuación de los sujetos en la Escala de Soledad de UCLA. En conjunto, todas las variables explicaron el 20% de la varianza [F(12,716)= 15.99, p=.00]. Las variables independientes incluidas en la ecuación con sus respectivas puntuaciones beta aparecen en la tabla núm. 4.6.

TABLA 4.6.- Puntuaciones beta obtenidas en el análisis de regresión con los índices de apoyo social como vbs. Independientes y la puntuación en soledad como dependiente.

Variable	Beta	Sig. T.
Deseo de apoyo informativo	-2.04	.04
Deseo de apoyo emocional	3.83	.00
Deseo de apoyo empático	3.69	.00
Apoyo emocional recibido	-1.88	.06
Apoyo empático recibido	-1.98	.04
Satisfacción con el A. Informativo	-2.88	.00
Satisfacción con el A. Empático	-2.24	.02

La subhipótesis 1.a. predecía que la correlación entre satisfacción con

el AS y soledad sería mayor que la correlación entre recepción de AS y soledad. Como puede apreciarse en la tabla núm. 4.5, las correlaciones entre soledad y AS recibido son más débiles que las obtenidas entre la satisfacción con el AS recibido y la soledad. Además, hallamos una puntuación general de AS recibido (promediando las puntuaciones obtenidas en recepción de apoyo procedente de las cuatro fuentes - o de los cuatro tipos, que es igual) y otro de Satisfacción general (promediando las puntuaciones obtenidas en satisfacción con el apoyo procedente de las cuatro fuentes o de los cuatro tipos). Las correlaciones entre estos índices generales y soledad aparecen en la tabla núm. 4.7. Las correlaciones obtenidas entre el índice de AS recibido y la soledad fueron más bajas que las obtenidas entre la Satisfacción total y la soledad (z= -1.6, p=.05), por lo tanto, la subhipótesis 1.a. se cumple. Este resultado viene a constatar la mayor importancia que se concede hoy día a los aspectos cualitativos del AS frente a los cuantitativos, como factores influyentes en la soledad.

TABLA 4.7.- Correlaciones entre índices globales de AS (recibido y satisfacción) y soledad, calidad de vida y autoestima.

Medidas	AS RECIBIDO	SATISFACCIÓN CON AS
Soledad	-.27, P=.00	-.34, P=.00
Calidad de Vida	.21, P=.00	.25, P=.00
Autoestima	-.14, P=.00	-.23, P=.00

La subhipótesis 1.b. predecía que la correlación entre AS (recepción y satisfacción) y soledad sería mayor que la correlación entre AS y calidad de vida. Para poner a prueba esta hipótesis obtuvimos los coeficientes de

correlación entre ambas variables. Los resultados obtenidos confirman la hipótesis sólo parcialmente. Cuando consideramos el AS recibido, la correlación entre AS y soledad no difieren significativamente de la obtenida entre AS y Calidad de Vida (z= 1.2, p=.11), pese a ser más alta la primera (tabla núm. 4.7). Sin embargo, cuando consideramos la satisfacción con el AS recibido, la correlación obtenida entre AS y soledad sí fue significativamente diferente a la obtenida entre AS y Calidad de vida (z= -.2.1, p=.01). De modo que podemos decir que el AS y la soledad están más relacionados de lo que lo están el AS y la Calidad de Vida, solamente cuando se considera la satisfacción con el apoyo social recibido y no cuando consideramos el AS recibido.

La hipótesis 1.c. predecía que la correlación entre AS (recepción y satisfacción) y soledad sería mayor que la correlación entre AS y autoestima. Los resultados obtenidos aparecen en la tabla núm. 4.7. En este caso la relación entre AS y autoestima fue inferior que la relación entre AS y soledad, siendo las diferencias significativas tanto cuando se considera el AS recibido (z= 2.7, p=.00) como cuando se toma como índice la satisfacción con el AS (z= -1.6, p=.05), por tanto, esta subhipótesis se cumple.

Finalmente, con el fin de examinar de una manera más global en qué se diferenciaban las personas solitarias de las no solitarias realizamos un análisis discriminante. Los participantes fueron divididos en dos grupos, según su puntuación en la escala de soledad de UCLA (por encima o por debajo de la mediana). Las variables independientes fueron todos los índices de AS recibido y la satisfacción con dicho apoyo.

La función discriminante fue significativa [X^2(8,735)= 50.27, p=.00]. Esta función discriminó correctamente al 60.0% de los participantes. Las variables que contribuyeron a la función discriminante fueron, por orden de

importancia: Satisfacción con el AS empático (.88), la satisfacción con el AS emocional (.81), la satisfacción con el AS informativo (.76), el AS recibido de tipo Emocional (.74), el AS recibido de tipo empático (.60). En los últimos lugares aparecieron la satisfacción con el AS tangible (.54), el AS recibido de tipo tangible (.51) y el AS recibido de tipo informativo (.39). Entre paréntesis aparece el valor de la correlación entre los valores de la función y los valores de la variable.

En la tabla núm. 4.8 aparecen las puntuaciones de ambos grupos (solos vs. no solos) en las variables independientes así como la F obtenida y su nivel de significatividad.

TABLA 4.8.- Diferencias entre personas solas/no solas en los índices de recepción y satisfacción con el apoyo social

Variable	No solos	Solos	F	Sig T
Recibe Información	3.10	2.96	7.99	.00
Recibe Tangible	2.99	2.77	13.87	.00
Recibe emocional	3.69	3.40	29.30	.00
Recibe empático	3.46	3.21	18.97	.00
Satis.Informativo	3.89	3.58	30.47	.00
Satis. Tangible	3.95	3.72	15.37	.00
Satis. Emocional	4.13	3.80	34.67	.00
Satis. Empático	3.90	3.56	36.59	.00

Como muestra la tabla anterior, los sujetos que no se sentían solos eran aquellos que más AS habían recibido de todos los tipos (informativo, tangible, emocional y empático) y que más satisfechos estaban con el apoyo recibido. La función discriminante indica que las variable que mejor discriminan a las personas que se sienten solas frente a las que no se sienten así, son aquellas relacionadas con la satisfacción y recepción de AS tipo emocional y empático, fundamentalmente.

Hipótesis 2

La segunda hipótesis predecía que la soledad estaría más relacionada con el AS de tipo emocional y empático que con el AS tangible e informativo. Para poner a prueba la hipótesis obtuvimos los coeficientes de correlación entre

estas medidas de AS y la soledad. Además, realizamos un análisis de regresión para ver cuál de estas variables explicaban más tanto por ciento de la varianza de la soledad.

Como puede verse en la tabla núm. 4.5, las correlaciones entre soledad y AS recibido de tipo emocional y empático (-.28 en ambos casos) fueron mayores que las obtenidas entre la soledad y el AS recibido de tipo informativo y tangible (-.15 y -.18 respectivamente), tal y como esperábamos.

Análisis de contraste de correlaciones realizados, mostraron que las diferencias entre la correlación obtenida entre soledad y AS emocional o empático y la correlación entre soledad y AS Informativo fue significativa (z= 2.8, p=.00), así como también lo fue la diferencia entre la correlación obtenida entre soledad y AS emocional o empático y la correlación entre soledad y AS tangible (z= 2.1, p=.02). Por tanto se confirma la hipótesis.

Realizamos un análisis de regresión por pasos en el que se introdujeron como variables independientes los diferentes índices de AS recibido (informativo, tangible, emocional y empático) y como variable dependiente la puntuación de los sujetos en la Escala de Soledad de UCLA. Sólo dos variables, el Apoyo Emocional [ß=-.16, p=.00] y el Apoyo Empático [ß=-.15, p=.00] predecían de forma significativa las puntuaciones obtenidas en soledad. En conjunto, ambas explicaron el 9% de la varianza [F(2,750)= 37.20, p=.00]. Este resultado indica que, como predecíamos, el AS que más influye en los sentimientos de las personas es de tipo emocional y el de tipo empático.

Hipótesis 3

La tercera hipótesis predecía que la soledad estaría más relacionada con

la recepción y satisfacción del AS que proceda de la pareja, familia y amigos que con el procedente del profesional. Para poner a prueba la hipótesis obtuvimos las correlaciones entre soledad y cada uno de los índices de AS recibido por fuentes. En la tabla núm. 4.5 se recogen los coeficientes de correlación obtenidos. Como puede apreciarse, los datos muestran que la soledad está más relacionada con el apoyo que se recibe de la familia (-.24), seguido del apoyo recibido de los amigos (-.23) y en menor medida, el recibido de la pareja (-.13) y del profesional (-.12). Para comprobar si realmente las correlaciones obtenidas difieren significativamente realizamos varios contrastes de correlaciones. Comparando primeramente la correlación entre la soledad y el AS recibido del profesional con la obtenida entre soledad y otras fuentes, encontramos que las primeras difieren significativamente de la obtenida por la familia (z= 2.44, p=.00) y por los amigos (z= 2.26, p=.01), sin embargo, no hubo diferencias significativas cuando se comparó con el apoyo recibido de la pareja (z= .2, p=.42). Cuando consideramos la satisfacción con el AS recibido encontramos un patrón idéntico, siendo las diferencias significativas entre el profesional y la familia (z= 1.7, p=.04) y entre el profesional y el amigo (z= 2.4, p=.00), mientras que no las hubo entre el profesional y la pareja (z= .2, p=.42). Por tanto, nuestra hipótesis se confirma sólo parcialmente.

Además, y dado que las correlaciones mostraron un patrón diferente al esperado, realizamos un análisis de regresión por pasos para constatar cuáles de las diversas fuentes de AS (familia, amigos, profesional y pareja) estaba más relacionada con la soledad. Como variable dependiente se introdujo la puntuación de los sujetos en la Escala de Soledad de UCLA. Dos fuentes aparecieron significativamente relacionadas con la soledad: la familia [ß=-.17, p=.00] y los amigos [ß=-.12, p=.01]. En conjunto estas dos variables explicaron 6% de la varianza [F(2,430)= 13.73, p=.00].

En general, la hipótesis se confirma aunque con una matización, el AS recibido de la pareja no parece influir en la soledad de los sujetos tanto como se esperaba.

Hipótesis 4

La hipótesis cuarta predecía que la satisfacción con el apoyo social recibido ejercería mayor influencia en la soledad cuando de tipo emocional que en la de tipo social. Además, la subhipótesis 4.a. predecía que ésta relación entre AS y soledad emocional sería especialmente significativa cuando el AS considerado fuera el de tipo emocional y empático (y no cuando se tratara de AS tangible e informativo).

Para poner a prueba esta hipótesis realizamos varios análisis estadísticos. En primer lugar, y dado que la soledad social y la emocional estuvieron altamente correlacionadas ($r=.46$, $p=.00$) realizamos correlaciones parciales entre las cuatro medidas de satisfacción (informativo, tangible, empático y emocional) y la soledad emocional, controlando los efectos de la soledad social. Asimismo, se obtuvieron las correlaciones parciales entre esas cuatro medidas de apoyo y la soledad social, controlando la soledad emocional. También se ha calculado un índice global de satisfacción con al apoyo social recibido, promediando la satisfacción experimentada con los cuatro tipos de apoyo indicados. En la tabla núm. 4.9 aparecen dichas correlaciones.

TABLA 4.9. Correlaciones parciales entre los 4 índices de satisfacción con el AS y la soledad emocional y social

	S. EMOCIONAL (controlando la s. social)		S. SOCIAL (controlando la s. emocional)	
Tipo de Apoyo	**r**	**p**	**r**	**p**
Satisfacción informativo	-.16	.00	-.10	.03
Satisfacción tangible	-.13	.00	-.14	.00
Satisfacción amor	-.22	.00	-.17	.00
Satisfacción empático	-.26	.00	-.14	.00
Satisfacción total	-.24	.00	-.17	.00

En general, los diferentes tipos de AS estudiados estuvieron más relacionados con la soledad de tipo emocional que con la soledad de tipo social. Como puede apreciarse en la tabla anterior, las correlaciones entre la satisfacción con el AS recibido de tipo emocional y empático y la soledad emocional fueron más altas que las obtenidas con la satisfacción con el AS recibido de tipo informativo y tangible.

Sin embargo, análisis de contraste de correlaciones mostraron, en primer lugar, que la correlación entre Satisfacción total y soledad emocional no difiere significativamente de la correlación obtenida entre éste índice de AS y la soledad social, tal como predecíamos (z= 1.34, p=.09), aunque se acercó al nivel de significatividad. En segundo lugar, tal y como predecíamos en la subhipótesis 4.a, la relación entre soledad emocional y apoyo empático fue

significativamente más fuerte que la obtenida entre soledad emocional y apoyo tangible (z= 2.6, p=.00), así como entre la primera y apoyo informativo (z= 2, p=.02). La correlación entre soledad emocional y apoyo emocional fue significativamente más alta que la obtenida con el apoyo de tipo tangible (z= 1.8, p=.03), pero no se diferenció significativamente de la obtenida con el apoyo informativo (z= 1.3, p=.09). La hipótesis, por tanto, no se cumple en su totalidad.

Además, realizamos dos análisis de regresión con el fin de corroborar estos resultados. En el primero de ellos, fueron introducidas simultáneamente los cuatro índices de satisfacción con el apoyo social y como variable dependiente la puntuación de los participantes en la subescala de soledad emocional. Las cuatro variables explicaron el 12% de la varianza en soledad emocional [F(4,755)= 25.2, p=.00]. Las variables independientes incluidas en la ecuación de regresión con pesos beta significativos fueron la satisfacción con el apoyo emocional recibido [ß=-.13, p=.01] y la satisfacción con el apoyo empático [ß=-.21, p=.00]. Este resultado apoya la predicción de la subhipótesis 4.a, según la cual la relación con la soledad emocional sería más alta cuando se tratara de AS emocional y empático.

En el segundo análisis de regresión, las variables independientes fueron las mismas que en el anterior y la variable dependiente fue la puntuación obtenida en soledad social. Las cuatro variables explicaron el 7% de la varianza en soledad social [F(4,751)= 14.6, p=.00]. Las variables independientes incluidas en la ecuación de regresión con pesos beta significativos fueron la satisfacción con el apoyo informativo recibido [ß=-.09, p=.04], con el apoyo emocional [ß=-.11, p=.04] y la satisfacción con el apoyo empático que se acercaba al nivel de significatividad estadístico [ß=-.09, p=.09].

Hipótesis 5

Según esta hipótesis, la soledad de las mujeres estaría más relacionada con la satisfacción experimentada respecto a la recepción de apoyo emocional y empático que la soledad de los hombres.

Para comprobar esta hipótesis obtuvimos en primer lugar las correlaciones entre la puntuación total en la escala de soledad de UCLA y la satisfacción experimentada respecto a las cuatro fuentes de manera separada para hombres y mujeres. Los resultados aparecen en la tabla núm. 4.10.

También realizamos dos análisis de regresión por pasos, uno con los participantes varones y otro con las participantes mujeres. En ambos análisis las variables independientes fueron los cuatro índices de satisfacción con el apoyo social recibido (informativo, tangible, emocional y empático). La variable dependiente fue la puntuación en la escala de soledad de UCLA. En el caso de los varones, dos variables fueron incluidas en la ecuación de regresión: satisfacción con el apoyo emocional [ß=-.12 p=.004] y satisfacción con el apoyo informativo [ß=-.18, p=.00]. Las dos variables explicaron el 13% de la varianza en la puntuación de soledad [F(2,354)= 25.7, p=.00]. En el caso de las mujeres, sólo una de las variables independientes fue introducida en la ecuación de regresión: la satisfacción con el apoyo empático [ß=-.42, p=.00]. Esta variable explicaba el 18% de la varianza de la puntuación en soledad [F(1,373)= 81.3, p=.00.

Si bien esta hipótesis no se cumple de manera rotunda, sí pensamos que en general aparece corroborada las diferentes causas de la soledad en hombres y en mujeres. Así, la satisfacción con el apoyo informativo parece importante en la soledad de los hombres, pero no en la de las mujeres. En éstas, en cambio,

el factor crucial para su soledad fue la satisfacción con el apoyo empático (z= -1.8, p=.03). Recordamos que este tipo de apoyo hacía referencia a la necesidad de que escuchen nuestros sentimientos y preocupaciones y nos comprendan. En principio, también parece algo sorprendente el resultado de que la satisfacción con el apoyo emocional parezca más importante para la soledad de los hombres que para la de las mujeres (z= -.41, p=.34), si bien las diferencias no fueron significativas. En el apartado de discusión volveremos sobre este punto.

TABLA 4.10.- Correlaciones entre los 4 índices de satisfacción con el AS y la soledad en hombres y mujeres

	Varones		Mujeres	
Tipo de Apoyo	**r**	**p**	**r**	**p**
Satisfacción informativo	-.30	.00	-.27	.00
Satisfacción tangible	-.22	.00	-.28	.00
Satisfacción amor	-.31	.00	-.34	.00
Satisfacción empático	-.28	.00	-.41	.00

5. DISCUSIÓN

De la revisión de la literatura sobre AS y soledad se desprende la existencia de datos inconsistentes, algunos de los cuales podrían deberse, entre otras cosas, a la complejidad de la propia *interacción social* que debería ser estudiada como un proceso multidimensional en el que están presentes aspectos como la identidad de quienes participan en ella, el grado de intimidad logrado en la interacción, las características propias de la relación existente entre los

participantes, las expectativas, etc., así como la valoración subjetiva que la persona hace de la relación (su importancia) y la satisfacción que de ella se deriva. Estos factores pueden influir en la evaluación final que lleva a un individuo a percibir que la interacción social mantenida puede ser considerada satisfactoria y/o suministradora de apoyo social o por el contrario, insatisfactoria, por no haber cumplido las expectativas generadas, ya se refiera a la cantidad de relaciones o a la calidad (Pierce et al., 1990). Sin embargo, y a pesar de la complejidad que entraña este tema, la mayoría de los estudios realizados sobre soledad y AS han abordado el fenómeno limitándose a estudiar uno o dos de estos numerosos parámetros (fundamentalmente los estructurales/cuantitativos) llegando incluso a confundir ambos conceptos.

El objetivo fundamental de nuestra investigación era demostrar que si bien AS y soledad son constructos relacionados (ambos concernientes a la esfera de las relaciones), sin embargo, se trata de constructos diferentes. Los resultados obtenidos en nuestra investigación vienen a corroborar la relación existente entre AS y soledad. Las personas que más solas decían sentirse eran aquellas que habían recibido menos apoyo social y que estaban menos satisfechas con el apoyo social recibido. Las correlaciones obtenidas, moderadas, constatan que ambos constructos hacen referencia a las relaciones sociales de las personas y además, que la puntuación en cada una de estas medidas (AS y soledad) son el resultado de la evaluación subjetiva que cada cuál hace de la calidad de sus interacciones y relaciones sociales. De hecho, las correlaciones obtenidas entre AS y soledad fueron mayores cuanto se utilizaron índices de satisfacción con el apoyo social recibido (sea por tipos o por fuentes) que cuando se utilizaron índices más cuantitativos y objetivos como el apoyo social recibido (ya sea por tipos o por fuentes). Este resultado indica la necesidad de diferenciar entre los aspectos cuantitativos del AS y los cualitativos (Barrera, 1981; Dunkel-Schetter et al., 1992).

Por otra parte, si bien AS y soledad son constructos relacionados, la independencia de ambos ha quedado demostrada con los resultados que muestran que la influencia del AS en el bienestar de las personas (como efecto directo de la conducta de apoyo) es mayor en estados o experiencias relacionadas con la vida social de las personas (la soledad) que con otro tipo de sensaciones y percepciones que afectan al concepto que la persona tiene de sí mismo (autoestima) o de su vida en el más amplio sentido (calidad de vida).

Hemos de resaltar que dada la naturaleza multidimensional del AS (Dunkel-Schetter & Bennett, 1990), la influencia potencial de éste en el bienestar de las personas variará en función del tipo de apoyo específico de que se trate y el tipo de evento o situación de demanda estudiado. De la misma manera, la relación entre soledad y los aspectos de la interacción pueden variar dependiendo de con quién se interactúe y de cuáles sean los aspectos de la interacción a considerar (Dunkel-Schetter & Bennett, 1990).

Uno de los aspectos importantes que hemos de resaltar en el estudio del Apoyo Social es aquél que hace referencia a los diferentes tipos de apoyo social así como a las diferentes fuentes suministradoras de apoyo. Respecto a los tipos de apoyo social, las investigaciones han mostrado que el apoyo de tipo emocional y empático son los que más relación guardan con la soledad de las personas. En nuestra investigación, esta relación ha quedado suficientemente probada, ya que las correlaciones entre AS y soledad fueron mayores cuando se trataba de apoyo social de tipo emocional y empático que cuando se trataba de apoyo social de tipo informativo y tangible. No obstante, y a pesar de que para nuestro objeto de estudio (la soledad), el apoyo emocional y empático son los más importante, no es menos cierto que en ocasiones, el suministro de apoyo tangible e informativo puede ser un recurso crítico para conseguir con éxito muchas cuestiones importantes de la vida (Kaniasty & Norris, 1992; Schaefer

et al., 1981; Collin et al., 1993).

De la misma manera que no todos los tipos de apoyo social tienen el mismo efecto en la soledad de las personas, los efectos sobre el bienestar, también variarán en función de la fuente proveedora de apoyo. Los análisis realizados al respecto han mostrado claramente que aquellas fuentes que más relación guardan con la soledad de los participantes son aquellas con las que existe una base relacional más fuerte, esto es, aquellas con las que la persona mantiene un contacto más frecuente e intenso, la familia y los amigos, fundamentalmente. Resultados similares a los obtenidos aquí fueron hallados por Berg y Piner (1989) quienes encontraron que las interacciones con los amigos íntimos eran capaces de satisfacer varias necesidades sociales y aportar varios tipos de apoyo social en mayor medida que cualquier otra fuente de apoyo. Las investigaciones en general, han mostrado que las personas solitarias tienen menos interacciones que las no solitarias con otras personas con quienes mantienen relaciones más estrechas (íntima y amistosa). Sin embargo, las personas solitarias tienen más interacciones con conocidos casuales. Los mejores amigos y amigos íntimos son quienes con más probabilidad se convierten en fuente de compañerismo, apoyo emocional y sentido de integración social (Jones, 1981). Podemos decir que las personas solitarias tienen en su red social pocas personas a quienes consideran íntimos, sin embargo, no compensan este déficit interactuando más con quienes sí lo son. Como expresan Berg y Piner, la gente solitaria sufre déficits en algunos tipos de relaciones (las íntimas), pero no en otras.

A pesar de que los resultados obtenidos en nuestra investigación van en la línea de los obtenidos por otros autores, es sorprendente el hecho de que entre las diversas fuentes proveedoras de apoyo no se encuentre la pareja. Probablemente no se trate única y exclusivamente de tener pareja o no tenerla,

es de suponer que habrá que considerar aspectos más importantes de la relación de pareja (intensidad y calidad) que quizás ejerzan una influencia mayor en la soledad de las personas. Según Pierce, Sarason y Sarason (1990), la gente desarrolla una serie de expectativas sobre la disponibilidad de apoyo social para cada una de las relaciones significativas concretas que posee. Tales expectativas, son en cierto modo el resultado de experiencias previas con ese tipo de personas (por ejemplo una pareja sentimental) y reflejan el modo en el que la persona percibe esa relación (la importancia de relaciones sentimentales previas). Este resultado, por lo sorprendente, dio origen a una línea de investigación que expondremos en el capítulo siguiente.

Si hasta ahora hemos señalado que el apoyo social más relacionado con la soledad son el de tipo emocional y empático y que las fuentes de las que procede este tipo de apoyo parecen ser aquellas con las que existe mayor base relacional, fundamentalmente la familia y los amigos, es de esperar que las consecuencias de posibles déficits (tanto cuando se trata del tipo como cuando se trata de la fuente) sean mayores en la soledad de tipo emocional que en la de tipo social. Las correlaciones halladas entre las diferentes medidas de apoyo social fueron mayores cuando se trataba de la soledad de tipo emocional que cuando se trataba de la soledad de tipo social, si bien, cuando se consideró el índice total de satisfacción no se observaron diferencias significativas. No obstante, las correlaciones fueron mayores cuando se trataba de apoyo de tipo emocional y empático. Estos resultados van en la línea de los hallazgos en la investigación sobre Soledad. Por ejemplo, Cutrona (1982) señaló la importancia de tener un confidente en el vencimiento de la soledad de tipo emocional. Las revelaciones - que se hacen fundamentalmente con personas a quienes consideramos íntimas- parecen obedecer a un fin instrumental, utilizado con el propósito de recibir apoyo (Berg, 1984), fundamentalmente de tipo emocional.

Por último, señalar la importancia de la identidad de quien recibe el apoyo, es decir, la relación AS y soledad variará en función del sexo del receptor del apoyo social. Los resultados encontrados en nuestro estudio han mostrado que en general, la satisfacción con el AS influye más en la soledad de las mujeres que en la soledad de los varones. Además, los diferentes análisis realizados vienen a indicar que hombres y mujeres otorgan mayor importancia a aspectos diferentes del AS. Por ejemplo, la soledad de los varones depende fundamentalmente de la satisfacción con el apoyo recibido de tipo informativo (en primer lugar) y emocional (en segundo lugar), mientras que la soledad de las mujeres depende única y exclusivamente de la satisfacción con el apoyo recibido de tipo empático. A pesar de que las diferencias no alcanzaron el nivel de significatividad, el que el apoyo emocional fuera importante para los varones y no tanto para las mujeres nos pareció un dato sorprendente. Si bien un análisis simple de estos resultados nos podría llevar a afirmar, sin más, que existen diferencias entre hombres y mujeres, un análisis detallado del instrumento de medida nos permite además intuir que estas diferencias se deben no tanto al sexo de los participantes sino a su identidad de género (concepto cargado de significado psicosocial). En principio, era de esperar que tanto el apoyo de tipo emocional como el empático fueran más importantes en la elicitación de la soledad de las mujeres que en la de los hombres, sin embargo, aunque ambos tipos de apoyo son similares, hacen referencia a aspectos diferentes. El apoyo emocional concierne a la necesidad que tenemos de sentirnos queridos y cuidados por los demás, así como de que nos alienten y nos tranquilicen; el apoyo empático, por su parte, se refiere a la necesidad de que escuchen nuestras preocupaciones y sentimientos, así como de que comprendan nuestra situación. La socialización y el desempeño de roles podría explicar parte de estos resultados. Los hombres generalmente esperan que se cuide de ellos y se les aliente y las mujeres, al ser más expresivas y empáticas, otorgan más importancia a la comunicación con los demás, por lo que si no están satisfechas

con el grado de comunicación lograda en sus relaciones, será decepcionada con mayor probabilidad que los varones.

Resumiendo, podemos decir que dada la importancia del fenómeno de la soledad en nuestros días y la complejidad del Apoyo Social, es necesario diseñar investigaciones futuras dirigidas a estudiar aspectos muy puntuales de la relación AS y Soledad y que serían detectados más fácilmente en estudios de sucesos concretos de la vida (una muestra particular) más que en estudios con población general que incluya variables no controladas relativas a sucesos en general que pueden ocurrir en la vida (Wethington y Kessler, 1986). Parece por tanto necesario estudiar cuáles son los aspectos de las interacciones con algunas personas que las hace importantes en la prevención de la soledad así como diseñar investigaciones que relacionen directamente varios tipos de apoyo social y necesidades sociales. La importancia de los que Jones (1985) denominó "los correlatos externos de la soledad".

CAPÍTULO 5

SOLEDAD Y RELACIONES INTERPERSONALES ÍNTIMAS

Pero, ¿qué aportan realmente las relaciones sociales, especialmente las relaciones íntimas, a nuestras vidas?. Han sido muchos los intentos de tratar de determinar cuáles son las funciones de las relaciones íntimas o estrechas.

Weiss (1974) elaboró una taxonomía sobre las principales aportaciones de las relaciones sociales que ha sido ampliamente aceptada: sentido de apego, integración social, oportunidad de crianza, reafirmación de la propia valía, sentido de alianza segura y consejo-guía. Para satisfacer estas necesidades, las personas buscamos afiliarnos con los demás, pero además, con algunas personas concretas deseamos e intentamos desarrollar una relación más intensa (Murray, 1938). Estas dos motivaciones humanas básicas están relacionadas con dos grandes líneas de investigación psicosocial. Por un lado, la búsqueda de afiliación, que ha sido relacionada con el Apoyo Social y la red social del individuo, en la que se enfatiza la función puramente instrumental (y de la que hemos hablado ampliamente en el capítulo anterior). Por otro, las necesidad de una relación más estrecha, que ha sido abordada desde las relaciones interpersonales íntimas y que pone énfasis principalmente en la función expresiva, la búsqueda de compañía y de intimidad (Rook & Pietromonaco, 1987; Veroff & Veroff, 1980) y de la que nos ocuparemos en este capítulo.

La importancia de las relaciones íntimas radica en que se trata de interacciones sociales que hacen posible muchas actividades intrínsecamente satisfactorias como "compartir el tiempo libre" y "hablar de intereses comunes". Por ejemplo, cuando hacemos autorrevelaciones a los demás, no siempre lo hacemos por una necesidad de buscar ayuda ante problemas personales, sino también, por el simple deseo de ser conocido, entendido, aceptado, de compartir con ellos. Hablar de aspiraciones personales, costumbres, intereses, son muestras de interacciones íntimas que pueden ser iniciadas por razones puramente intrínsecas (búsqueda de compañía e intimidad). Estas mismas

transacciones pueden servir como distracción de los problemas de cada uno además de aumentar el ánimo y los sentimientos de valía, satisfaciendo así algunas de las necesidades sociales de las que hablaba Weiss. Por tanto, no es sorprendente que la gente que ha perdido sus lazos sociales se sienta más vulnerable a una variedad de problemas emocionales entre los que se encuentra la soledad.

La relación existente entre las relaciones íntimas y el bienestar personal ha sido corroborada por la investigación en los últimos años. Así, numerosos estudios han mostrado que las personas casadas tienen mejor estado de salud mental que las solteras, viudas y separadas y menores tasas de depresión (Lin, 1986), menor riesgo de recaídas en problemas de salud mental (Vaughn & Leff, 1976), están más protegidas frente a la adversidad (Wilcox, 1981; Minkler, 1985; Cohen & Ashby, 1985) y poseen mejor salud física (Berkman, 1985; Sarason & Sarason, 1984). Además, estos efectos son mayores en los varones que en las mujeres (House et al., 1985; Berkman, 1985; Turner, 1983).

Cada una de las dos motivaciones humanas de las hemos hablado (búsqueda de afiliación y necesidad de relaciones estrechas) resaltan aspectos diferentes de las relaciones sociales, siendo la necesidad de intimidad y compañía la motivación más relacionada con la dimensión cualitativa (intensidad y calidad de las relaciones). La soledad es un sentimiento subjetivo que la persona experimenta cuando percibe los aspectos cualitativos de sus relaciones y no tanto los cuantitativos (a pesar de que tradicionalmente se enfatizó la importancia de estos últimos). Por tanto, el mejor contexto para poder estudiar este fenómeno es sin duda, las relaciones interpersonales estrechas e íntimas, ya sean románticas o de amistad, por considerar que son las principales precipitadoras o predictoras de la soledad en nuestros días.

B) Dimensiones de las relaciones interpersonales íntimas

Como acabamos de exponer, las investigaciones sobre relaciones sociales en general y las de pareja en particular, han puesto de manifiesto que éstas satisfacen muchas necesidades. No obstante, estas necesidades no se ven satisfechas con la simple existencia de este tipo de relaciones, siendo necesario además, considerar algunas dimensiones de tipo cualitativo. Dos grandes dimensiones se han formulado en las relaciones de pareja que hemos de tener en cuenta: la dimensión cuantitativa, o grado de interdependencia existente en la relación, entendida como el grado de implicación que una persona mantiene con la otra persona (duración, convivencia, tiempo que pasan juntos, influencia, dependencia); y la dimensión cualitativa, referida fundamentalmente a la satisfacción en la relación (Hinde, 1997).

a) *La interdependencia*, es una característica común a todas las relaciones íntimas o estrechas y se refiere a una asociación interpersonal en la que ambos influyen en la vida del otro y se ocupan en muchas actividades juntos (Baron & Byrne, 1997). Kelley y colaboradores (1983) definieron la interdependencia como aquella característica de la relación que está definida por cuatro propiedades: (1) un impacto "frecuente" de cada uno de los miembros sobre el otro; (2) el grado del impacto es "fuerte"; (3) implica "diversas" clases de actividades para cada persona; y (4) ocurre durante un tiempo "prolongado". (Kelley et al., 1983, p. 13). La interdependencia, de alguna manera, se refiere al grado en el que cada miembro de la pareja se compromete en la relación, viéndose a sí mismos como una diada y diferenciándose de otras - amigos, amantes, matrimonios-, incorporando parte de sí en la relación, o la relación como parte de sí mismos.

Un concepto similar al de interdependencia es el de *compromiso*,

existiendo varias definiciones de este concepto. Rosenblatt (1977) lo definió como un reconocido intento de una persona por mantener una relación. Hinde (1979) utilizó el término compromiso para referirse a una situación en la cuál una, o ambas partes, aceptan su relación como algo que continúa indefinidamente o dirigen su conducta a asegurar su continuidad o a optimizar sus propiedades. Por último, Rusbult y Buunk (1993) definieron el compromiso como un estado subjetivo que incluye tanto componentes cognitivos como emocionales que influyen directamente en un extenso rango de conductas para el pleno funcionamiento de la relación.

Existen algunos determinantes del compromiso, de modo que una persona estará más dispuesta a continuar o a aumentar la calidad de una relación cuanto mayor sea:

a. *La satisfacción con la relación*, la cuál incrementa con las recompensas recibidas de la relación y decrece con los costos. En definitiva, la satisfacción incrementa a medida que la calidad de la relación exceda las expectativas generadas.

b. *Dependencia de la relación*, referido a la disponibilidad de alternativas atractivas para la persona, como puede ser otra relación, otras actividades, la soledad, etc.

c. *Inversiones en la relación*, que pueden ser tanto intrínsecas (tiempo gastado en la relación, influencia de la relación, etc.) como extrínsecas (amigos mutuos, compartir asociaciones y posesiones, etc.) las cuales podrían perderse si la relación se disolviera.

d. *Centralidad de la relación*, o grado en el que ésta es importante para

dar significado a la vida de la persona y su relación con la identidad personal.

El compromiso de uno de los compañeros en la relación está muy influido por la percepción del compromiso del otro, cuestión que con frecuencia se ignora en los estudios sobre el tema. En gran medida la duración de muchas relaciones depende de lo satisfecho que cada miembro de la pareja esté con el compromiso del otro. Cuanto mayor sea el compromiso percibido en el compañero, más dispuesto estará la persona a suministrar recompensas al otro con la esperanza de recibirlas en el futuro. De esta manera, dando prioridad a las recompensas del otro sobre las suyas propias se hace menos probable que su pareja vea otra relación como más atractiva, con lo que, los participantes empiezan a ver la pareja como una unidad, percibiendo las metas del otro como similares a las suyas propias (Hinde, 1997).

Existen algunas características individuales y psicosociales que afectan al compromiso. En la vida adulta hay diferencias individuales considerables en la tendencia a comprometerse con una relación íntima. Por ejemplo, los sujetos con alta autorregulación (*self-monitoring*) tienen una actitud menos positiva hacia el compromiso que los bajos en esta característica y están más dispuestos a tener relaciones sexuales con alguien a quien no se sientan psicológicamente unidos (Snyder et al., 1986). La feminidad, por su parte, parece promover sentimientos de satisfacción y una mayor tendencia a invertir en la relación, mientras que una baja autoestima está asociada con una percepción pobre de alternativas, y por tanto con un mayor compromiso (Lin & Rusbult, 1995).

b) La otra gran dimensión presente en las relaciones íntimas es la *satisfacción*. Este aspecto de las relaciones de pareja depende de varios determinantes que van desde las características individuales de cada persona hasta factores contextuales, pasando por la naturaleza misma de la relación. La

satisfacción con las relaciones dependerá tanto de las normas sociales como de las expectativas idiosincrásicas de cada persona.

Numerosas investigaciones realizadas en este área han mostrado la relación de la satisfacción con estándares o ideales, lo que ha llevado a definirla como "*la discrepancia entre la situación percibida y una norma o ideal*" (Hinde, 1997). Este resultado apoya la idea de que lo que ocurre en la relación no es en sí lo importante, sino la relación como experiencia en función de las expectativas y deseos de las personas implicadas (Hinde, 1997; Fincham & Bradbury, 1987). Por supuesto, esta relación puede variar de una cultura a otra, incluso de una subcultura a otra. Asimismo, dentro de una misma cultura, lo que esperan las mujeres de las relaciones suele diferir de lo que esperan los hombres.

Precisamente, de entre los factores que afectan a la satisfacción en las relaciones de pareja, una de las variables que más investigaciones ha suscitado ha sido el **género**.

Si bien es cierto que la mayoría de los estudios han encontrado pocas diferencias en satisfacción entre esposos/esposas, cuando éstas han aparecido, han sido siempre a favor de los esposos (Fowers, 1991; Feeney, 1994); los hombres esperan menos de las relaciones de pareja por lo que es menos probable que sean decepcionados (Borys & Perlman, 1985). Sin embargo, cuando los resultados se analizan en función del **autoconcepto** o de la **identidad de género**, las diferencias parecen más claras. En general, la satisfacción en interacciones breves es más alta si uno de los dos interactuantes, o ambos, son altos en feminidad o androginia (Ickes, 1985), habiéndose constatado que ambas características están asociadas con la satisfacción marital (Kurdek & Schmitt, 1986).

La mayoría de los hallazgos encontrados en estudios realizados en América del Norte indican que la satisfacción está asociada con altos niveles de expresividad emocional o feminidad tanto en maridos como en esposas (King, 1993). Se trata por tanto de dos niveles de análisis diferentes. Por un lado, nos referimos a ciertas características psicológicas que la persona posee (tener un autoconcepto femenino vs. masculino) y que son importantes porque son las que despliega en sus relaciones haciendo que éstas sean más o menos satisfactorias. Así, las personas que tengan un autoconcepto femenino, sean hombres o mujeres, al ser más expresivas y cercanas, tendrán más probabilidades de percibir sus relaciones como satisfactorias. Por otro lado, un segundo nivel de análisis hace referencia a un proceso de categorización social externa, por el que se nos ve como hombres o mujeres, independientemente de nuestras características psicológicas. En el primer nivel de análisis, la relación entre feminidad y satisfacción estará determinada por la calidad de la relación sentimental, afectando con más intensidad a las personas femeninas que a las masculinas (las personas femeninas dan más importancia a las relaciones, por tanto si estas van bien les producirán mayor satisfacción pero si van mal, también se sentirán más decepcionadas que las personas masculinas, para quienes las relaciones son menos importantes).

La importancia otorgada a la feminidad está en línea con los hallazgos de Peplau (1978) en parejas de lesbianas, las cuales informaban de una mayor calidad en su relación, que las parejas heterosexuales.

Pero existen otros factores propios de la relación de pareja que pueden afectar a la satisfacción. Entre estos se encuentran el **nacimiento de los hijos y el estilo marital**. Respecto al primer factor, el nacimiento de un hijo suele, sin duda, tener un profundo efecto en la calidad marital. Sin embargo, los efectos pueden variar de acuerdo con la naturaleza de la relación, así como dependiendo

de las expectativas que cada uno de los miembros de la pareja tengan al respecto. Por ejemplo, tener niños pequeños en casa puede reducir las oportunidades de interacción marital y conducir a exacerbar percepciones de inequidad sobre las tareas domésticas, o por el contrario, puede llevar a un incremento en la estrechez (cercanía e intimidad) y felicidad en la familia (Lee, 1988).

En cuanto al estilo marital, las parejas casadas que se ven así mismas como "compañeros iguales" están más satisfechas que quienes se ven como "parejas tradicionales" (Aida & Falbo, 1991).

El tiempo y las actividades realizadas juntos ha sido otra variable comúnmente estudiada. Guldner y Swenson (1995) realizaron un estudio con parejas en el que se puso de manifiesto que "la cantidad de tiempo que una pareja pasa junta no juega en sí misma un papel central en el mantenimiento de la relación". Esto indica que en general, el tiempo que uno pasa con su pareja es un predictor inadecuado de calidad o futuro de la relación. No es el tiempo que pasan juntos lo más importante sino qué cosas hacen cuando están juntos. La satisfacción es probablemente mayor si las actividades realizadas conjuntamente son aquellas que han elegido cada uno de ellos porque son las que más les satisface realizar (motivación intrínseca).

Si bien es cierto que las dos dimensiones mencionadas -interdependencia y satisfacción- son importantes, la satisfacción con la relación ha sido la que más influencia ha mostrado en la precipitación de la soledad. En un estudio llevado a cabo por Reis y cols. (1983), encontraron que el mejor predictor de la soledad era lo que ellos denominaron la *significatividad* de la interacción. Es decir, cuanto más satisfecho estaba el sujeto con su relación de pareja, menos solo se sentía. Este resultado refleja la evolución de las relaciones

en las últimas décadas. El aspecto cualitativo de las relaciones (calidad/satisfacción) ha sobrepasado al aspecto puramente instrumental y cuantitativo (interdependencia) pasando a ocupar un primer plano. Si tradicionalmente, la gente contraía matrimonio obedeciendo a cuestiones más de tipo social/funcional que personal, hoy día las personas optan libremente al matrimonio o al compromiso con menos presiones sociales, no tanto para solucionar problemas de subsistencia y básicamente con la esperanza de ver colmadas sus necesidades de apego, compañía e intimidad.

Dado que las expectativas de felicidad y realización personal que las personas llevan al matrimonio hoy día son mayores que hace unos años, también las probabilidades de no ver cumplidas tales expectativas se han incrementado, produciendo en las personas estados emocionales negativos y sentimientos de soledad. Pero no de cualquier tipo de soledad. Las personas buscan con sus relaciones íntimas satisfacer necesidades de apego e intimidad fundamentalmente, por tanto, es más probable que aquellos que no vean cumplidas sus expectativas experimenten la soledad de tipo emocional.

Por último, hemos de volver a señalar el hecho de que hombres y mujeres experimentan la soledad de manera diferente, cuestión que no parece obedecer al determinismo biológico. La sociedad y la propia cultura inculcan una serie de normas y pautas de conducta diferentes para hombres y mujeres que tienen como consecuencia el que cada uno sienta con mayor impacto un tipo de situaciones que otras. La evidencia empírica ha mostrado que la soledad que el hombre experimenta con más intensidad es un tipo de soledad social y que por el contrario, las mujeres están más predispuestas a experimentar la soledad de tipo emocional (Lau, 1989; Rubenstein & Shaver, 1982; Weiss, 1973). La socialización y el desempeño de roles contribuye a ello. El varón, tradicionalmente ha tenido que desempeñar multitud de funciones sociales que

tácitamente le obligaban a ser una persona socialmente competente. A la mujer, por el contrario se la ha tenido relegada a la esfera privada, familiar, haciéndola responsable del cuidado de la familia, destacando de esta manera sus habilidades expresivas de empatía y apoyo emocional.

La investigación que aquí presentamos va dirigida a poner de manifiesto la relación de los aspectos cualitativos de las relaciones sociales con la soledad, centrándonos en el estudio de personas que mantienen una relación de pareja (esto es, una relación interpersonal íntima y estrecha). Concretamente, analizaremos los vínculos entre relación de pareja y soledad considerando el papel moderador del sexo y el tipo de soledad considerado (emocional o social).

2. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Hipótesis 1. Cuanto más intensa es una relación de pareja menos probable es que la persona se sienta sola.

Además, dado que hemos resaltado la existencia de dos dimensiones en las relaciones de pareja (interdependencia y satisfacción o calidad), hemos definido la siguiente subhipótesis:

Hipótesis 1.a. La dimensión de calidad de la relación estará más relacionada con la puntuación total en soledad que la dimensión interdependencia.

Hipótesis 2. Cada dimensión de la relación de pareja (interdependencia y satisfacción) estará relacionada con un tipo diferente de soledad. Concretamente

Hipótesis 2.a. La dimensión calidad estará más relacionada con la soledad emocional que con la soledad social, y

Hipótesis 2.b. La dimensión de interdependencia estará más relacionada con la soledad social que con la soledad emocional.

Hipótesis 3. Esta relación, dimensión de la relación - tipo de soledad estará mediatizada por el sexo y el género. De modo que

Hipótesis 3.a. La relación entre interdependencia y la soledad social será mayor en los hombres que en las mujeres.

Hipótesis 3.b. La relación entre satisfacción y soledad emocional será mayor en las mujeres que en los hombres.

Hipótesis 3.c. La relación entre interdependencia y soledad social será mayor en los sujetos altos en instrumentalidad (masculinidad) que en los sujetos bajos en instrumentalidad y,

Hipótesis 3.d. La relación entre satisfacción y soledad emocional será mayor en los sujetos altos en expresividad (feminidad) que en los bajos en expresividad.

3. PROCEDIMIENTO

Participantes

El estudio que aquí se presenta está incluido en una investigación más

amplia realizada por Moya, Expósito y Ruíz (1994). Los participantes fueron 134 parejas heterosexuales que vivían en Andalucía Oriental que fueron reclutados mediante diferentes procedimientos: Algunas parejas eran estudiantes de Psicología y Sociología que accedieron a participar en la investigación a requerimiento del profesor; otras parejas eran parientes (padres, hermanos, etc.) de los estudiantes a quienes ellos mismos pidieron su colaboración. Algo más de la mitad (72 parejas) eran padres con hijos en cuatro guarderías municipales. Los directores de estos centros nos permitieron presentar los objetivos de la investigación y entregar en mano los cuestionarios a quienes optaron por participar en ella. En todos los casos nos aseguramos de que los dos miembros de la pareja quisieran contestar el cuestionario. En las instrucciones a éstos últimos se les indicó que contestaran individualmente y no comentaran nada con su pareja para no influir en sus respuestas. Un código fue incluido para conocer a quienes formaban cada pareja pero las respuestas fueron anónimas.

La muestra, por tanto, estuvo compuesta por 134 parejas, de las cuales el 50% estaban casadas o vivían juntos y el otro 50% no vivían habitualmente con su pareja en el momento de contestar el cuestionario. La media de edad de los participantes fue de 30.75 años con una desviación típica de 11.03. La mayoría de los sujetos no tenían hijos (53.4%) y entre los que sí tenían, predominaban quienes sólo tenían uno (43.9%). El nivel educativo de los participantes fue alto. Como se recoge en la tabla núm. 5.1, casi el 50% del total de la muestra había realizado o se encontraba realizando estudios universitarios, seguidos de los que tenían el Bachiller Superior y en menor proporción se encontraban las personas que tenían el Graduado Escolar, Estudios Primarios y Formación Profesional.

En el momento de contestar el cuestionario el 42.9% de los participantes no tenían un trabajo remunerado y el resto se encontraba realizando algún tipo

de trabajo (ya sea a tiempo completo, tiempo parcial, por horas, ocasional o solo por vacaciones).

TABLA 5.1.- Características sociodemográficas de los participantes en la investigación.

Característica	Hombre	Mujer
Edad (punt. media)(entre paréntesis la s.d.)	31.60	29.89
	(11.2)	(10.7)
Situación de pareja:(porcentaje)		
. conviven	50%	50%
. no conviven	50%	50%
Nivel educativo: (porcentaje)		
. Estudios Primarios	11%	11.6%
. Formación Profesional	8.9%	5.4%
. Graduado Escolar	13.7%	12.2%
. Bachiller Superior	21.2%	18.4%
. Universitario	45.2%	51.7%
Situación laboral:(porcentaje)		
. Trabaja	71%	40.6%
. No trabaja	29%	59.4%

Medidas

Los participantes contestaron un cuestionario construido por nosotros que contenía una serie de escalas y medidas agrupadas en tres secciones

claramente diferenciadas: Medidas relativas a la relación de pareja, medidas de Soledad y otras medidas. Un ejemplar de este cuestionario completo aparece en el Anexo 5.

A continuación vamos a describir cada una de las medidas y escalas que componían las diferentes secciones del cuestionario:

Medidas relativas a la relación de pareja

a. Percepción de la relación de pareja. Para medir la dimensión relativa a la satisfacción y calidad de la relación se utilizó un instrumento elaborado por Moya y Peplau (en prensa) que consta de 7 items, con formato de respuesta tipo Likert (1= Nada, 7= Completamente). El coeficiente alfa de este instrumento en nuestro estudio fue de .87.

Los items que componen la medida son los siguientes:

1. ¿Cómo de estrecha es vuestra relación?.
2. ¿Cómo de implicado/a estás en la relación?.
3. ¿Cómo de comprometido/a estás en la relación?.
4. ¿Cómo de enamorado/a estás de tu pareja?.
5. ¿Cómo de enamorada crees que está tu pareja de ti?.
6. En general, ¿cómo de satisfecho/a estás de tu relación?.
7. ¿Cómo de satisfecha crees que está tu pareja de la relación?.

Un análisis factorial realizado con estos siete items mostró la existencia de dos factores con valores propios inferiores a 1. Estos dos factores explicaban conjuntamente el 73.4% de la varianza. El primer factor estuvo formado por los items "¿Cómo de enamorado/a estás de tu pareja?" (.73), "¿Cómo de enamorada

crees que está tu pareja de ti?" (.84), "¿Cómo de satisfecho/a estás con tu relación?" (.88) y "¿Cómo de satisfecha crees que está tu pareja con la relación?" (.82) y explicaban el 57.4% de la varianza. El segundo factor lo formaron los items "¿Cómo de estrecha es la relación que tienes con tu pareja?" (.76), "¿Cómo de implicado/a estás en tu relación?" (.86) y "¿Cómo de comprometido/a estás con tu relación?" (.82) y explicaban el 16% de la varianza. Como puede apreciarse, el primer factor se refiere a aspectos cualitativos y concernientes a la satisfacción y calidad de la relación. El segundo factor se refiere a aspectos de interdependencia o compromiso. Los coeficientes alfa en este estudio para las subescalas de calidad y de interdependencia fueron de .88 y .80 respectivamente.

También se incluyeron otros items que medían diferentes aspectos de la relación, generalmente referidos al grado de compromiso: ¿Estás casado o convives en pareja?; ¿Cuanto hace que empezó tu relación?; En caso de que la relación acabara ¿crees que te sería fácil encontrar otra persona con quien salir?.

b. Relationships Closeness Inventory de Berscheid, Snyder y Omoto (1989). Con este cuestionario pretendíamos estudiar la dimensión de interdependencia de la relación. El desarrollo de esta medida se basa en la conceptualización de la intimidad como una alta interdependencia entre las actividades de dos personas. La interdependencia, a su vez, se concibe formada por tres componentes: frecuencia de contacto, diversidad y fuerza o intensidad. En consecuencia, el Relationships Closeness Inventory consta de tres partes bien diferenciadas. En la primera parte las personas indican el tiempo promedio diario que han pasado con su pareja durante la última semana por la mañana, tarde y noche (el total de minutos pasados juntos constituye el índice de frecuencia). En la segunda parte se presentan 38 actividades y las personas indican si han realizado o no cada una de ellas durante la última semana a solas

con su pareja (el número total de actividades constituye el índice de diversidad). La tercera parte del cuestionario mide la fuerza de la intimidad, concebida como el grado en el que la pareja influye en las metas, conductas, planes y decisiones cotidianas. Se trata de 34 items que describen numerosas actividades, decisiones y planes (gasto de dinero, tareas domésticas, tiempo libre, estado de ánimo, etc.) respecto a las cuales los participantes indican si la pareja influye o no (se utiliza una escala de 7 puntos: 1- no influye nada, 7- influye muchísimo). Existe un sistema de puntuación estandarizado que permite sumar las puntuaciones en las tres subescalas y así obtener un índice global de intimidad de la relación.

c. Fuentes de satisfacción en la relación. Incluimos un instrumento elaborado por Barnett y cols. (1993) quienes basándose en estudios previos sobre la calidad de rol marital identificaron las diferentes fuentes de satisfacción y preocupación para los hombres y las mujeres. En función de la frecuencia de respuesta de los sujetos extrajeron 26 items de satisfacción marital y 26 de preocupación. Cada participante contestaba en una escala de cuatro puntos (1= Nada en absoluto, 4= Extremadamente) en qué medida lo expresado en cada uno de esos items les producía satisfacción/preocupación en su relación marital. Los items que componen la medida de satisfacción están recogidos en la tabla núm. 5.2 . El coeficiente alfa obtenido en nuestro estudio fue de .89, algo inferior al obtenido por los autores que fue de .93 tanto para hombres como para mujeres.

Para obtener una puntuación global de rol marital, los autores propusieron ponderar la medida de satisfacción por 1 y la medida de preocupación por -1. La puntuación media constituiría la medida global.

TABLA 5.2.- Fuentes de satisfacción en la relación de pareja.

1. Tener una pareja con la que es fácil llevarse bien
2. Que tu pareja haga la parte que le corresponde de las tareas del hogar
3. Afecto físico
4. Que tu pareja esté orgullosa de ti
5. Que tu pareja contribuya económicamente al mantenimiento de la casa
6. El reconocimiento de tu pareja
7. Que tu pareja te de ánimos
8. Vuestra relación sexual
9. Que tu pareja contribuya en la parte que le corresponde a la economía de la pareja (familia)
10. Buena comunicación
11. Socialización como pareja (salir, alternar y realizar vida de pareja)
12. Que tu pareja te apoye en lo que quieres hacer
13. Que tu pareja se preocupe o tenga interés por miembros de tu familia (padres, hermanos...)
14. Que tu pareja te encuentre físicamente atractivo
15. Disfrutar de las mismas actividades
16. Tener una pareja con la que realmente puedas conversar
17. Las habilidades tuyas y de tu pareja para resolver los conflictos
18. Tener una pareja que es buena amiga
19. Divertirse juntos
20. Que tu pareja contribuya a que la relación funcione
21. Que le gustes a tu pareja como persona
22. Que puedas estar en desacuerdo con tu pareja sin que eso suponga una amenaza para la relación
23. Tu relación con la familia de tu pareja
24. Que tu pareja sepa escuchar
25. Que tu pareja te critique de forma constructiva cuando lo necesites
26. Tener mucho en común con tu pareja.

Un análisis factorial realizado con estos 26 items mostró la existencia de seis factores que explicaban el 59.2% de la varianza. El factor I estuvo formado por los items 1, 10, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 24 y 26, que explican el 33.1% de la varianza. El factor II, formado por los items 21, 22 y 25 que

explican el 7.3% de la varianza. El factor III estuvo formado por los items 2, 3, 7, 8 y 11 explicaban el 5.2% de la varianza. El factor IV estuvo formado por los items 4, 6 y 14, explicaban el 4.9% de la varianza. El factor V formado por los items, 5 y 9 que explicaban el 4.5% de la varianza y el factor VI que estuvo formado por los items 13 y 23 que explico el 4.1% de la varianza.

Dado que la medida incluye items muy diversos, como se ha podido apreciar en el análisis factorial, decidimos crear una subescala en la que se recogieran las posibles fuentes de satisfacción relativas a la relación de pareja propiamente dicha (llevarse bien, buena comunicación, que sepa escuchar, etc.), dejando fuera otros items relativos a cuestiones más de tipo familiar como el aporte económico, el reparto de tareas, etc. Los items que compusieron esta nueva medida fueron el 1, 7, 10, 11, 12, 15, 16, 18 y 19. El coeficiente alfa de esta subescala de satisfacción específica fue de .88.

d. Fuentes de preocupación en la relación. Tal y como hemos indicado, también se incluyeron los 26 items referidos a las fuentes de preocupación en la pareja seleccionados por Barnett et al. (1993). Los items que componen la medida están recogidos en la tabla núm. 5.3. La medida mostró una alta consistencia interna con un coeficiente alfa de .90 . Los coeficientes alfa obtenidos por los autores de la medida fueron .89 en el caso de las mujeres y .90 en los varones.

TABLA 5.3.- Fuentes de Preocupación.

1. Comunicación pobre
2. Conflictos por motivos económicos
3. Problemas con la carrera o el trabajo de tu pareja
4. Que tu pareja no comprenda como eres realmente
5. Que tu pareja desee más de lo que le das emocionalmente
6. Que no recibas la atención suficiente de tu pareja
7. Que tu pareja no haga lo que corresponde en casa
8. Inestabilidad del trabajo de tu pareja
9. Falta de afecto físico
10. Que tu pareja no pase suficiente tiempo en casa
11. Que tu pareja dependa emocionalmente de ti
12. Discutir o pelear
13. Que tu pareja esté demasiado encerrada en sí misma
14. Que tu pareja no te apoye en lo que quieres hacer
15. Falta de compañerismo
16. Los problemas personales de tu pareja en el momento actual
17. Que tu pareja no este en sintonía contigo
18. Vuestra relación sexual
19. Que tu pareja te critique
20. Que no os llevéis bien
21. La fidelidad de tu pareja
22. Que tu pareja esté demasiado implicada en su trabajo
23. Que tu pareja no gane suficiente dinero
24. Que tu pareja se aproveche de ti
25. Que tengas que hacer más de lo que te corresponde
26. Que tu pareja y tu no os sintáis unidos emocionalmente

Un análisis factorial realizado con estos 26 items mostró la existencia de seis factores con valores propios inferiores a 1 que explicaban el 58% de la varianza. El factor I estuvo formado por los items 1, 4, 5, 9, 13, 14, 15 y 20 que explicaban el 31.7% de la varianza. El Factor II estuvo formado por los items 16, 17, 18, 21, 22 y 26 que explicaban el 7.2% de la varianza. El factor III formado por los items 6, 7, 24 y 25 explicaban el 5.7% de la varianza. El factor

IV estuvo formado por los items 2, 3, 8 y 23 explicaban el 4.8% de la varianza. El factor V formado por los items 10, 12 y 19 que explicaban el 4.5% de la varianza. Por último, el factor VI en el que cargó el item 11 que explicaba el 4.1%.

Medidas de Soledad

a. La Escala de Soledad de UCLA. Se incluyó la tercera versión de la UCLA Loneliness Scale (Russel et al., 1988; Expósito y Moya, 1993). Como se recordará, esta escala consta de 20 afirmaciones que reflejan el grado de soledad del individuo, 11 items formulados de forma positiva ("¿Con qué frecuencia te sientes parte de un grupo de amigos?") y 9 de forma negativa ("¿Con qué frecuencia te sientes rechazado?"). El tipo de respuesta es una escala de 4 puntos (1= Nunca, 4= Siempre). Conforme mayor es la puntuación obtenida en la escala, mayor es el nivel de soledad. El coeficiente alfa obtenido en este estudio fue de .88, similar al de otros estudios.

Dado que una de nuestras hipótesis era comprobar la relación entre las dos dimensiones de las relación de pareja y los dos tipos de experiencia de soledad (social y emocional), procedimos, como hemos explicado en el capítulo anterior a extraer de la Escala de Soledad de UCLA, los items que estaban relacionados con cada uno de estos tipos de soledad:

b. Soledad Social. Estaba compuesta por los items: "¿Con qué frecuencia sientes que estás en sintonía con la gente que te rodea?", "¿Con qué frecuencia te sientes parte de un grupo de amigos?" y "¿Con qué frecuencia piensas que tienes mucho en común con la gente que te rodea?". El coeficiente alfa de esta medida en nuestro estudio fue de .50, ligeramente inferior al obtenido en el estudio anterior (α=.69, N= 786). A mayor puntuación, mayor

será la soledad social de las personas.

c. Soledad Emocional. Estaba compuesta por los items: "¿Con qué frecuencia piensas que no hay nadie a quien puedas recurrir?", "¿Con qué frecuencia sientes que no hay nadie cerca de ti?" y "¿Con qué frecuencia piensas que nadie te conoce realmente?". El coeficiente alfa obtenido para esta subescala fue de .64, ligeramente más bajo al obtenido por Bell (1993) que fue de .72 (N= 113) aunque superior al obtenido en el estudio anterior (α= .53, N= 786). En este caso, cuanto mayor es la puntuación más solo se siente el sujeto emocionalmente.

Otras medidas

a. Una primera sección general en la que se recogía **datos sociodemográficos** de interés: edad, sexo, nivel de estudios alcanzado, situación laboral, etc.

b. Identidad de Género. Se utilizó una escala de elaboración propia formada por 26 items para medir la identidad de género o la autoidentificación de los sujetos en términos masculinos (instrumentales) o femeninos (expresivos). Nueve de estos items fueron recogidos del Personal Attributes Questionnaire de Spence y cols. (1974) y el resto de otras escalas y cuestionarios utilizados para medir la orientación del rol sexual. Ejemplos de items instrumentales son: *ambicioso/a, independiente, seguro/a de sí mismo/a, individualista, con capacidad de liderazgo, fuerte*; y de expresivos: *dedicado/a a los demás, amable, cálido/a, sensible a los halagos, emocional, con capacidad para captar los sentimientos de los demás.* Cada participante tenía que indicar en qué medida cada item era aplicable a sí mismo con un formato de respuesta de 7 puntos (De 1= Nada a 7= Mucho). El coeficiente alfa de

Cronbach, obtenido en nuestra muestra, de la subescala compuesta por lo items instrumentales fue de .75 y el de la subescala de los items expresivos .70.

4. RESULTADOS

En primer lugar, presentaremos las puntuaciones obtenidas por los participantes en los diferentes instrumentos empleados. A continuación, pasaremos a presentar los resultados referentes a las hipótesis planteadas.

A) Análisis descriptivos

La puntuación media de los participantes en la Escala de Soledad de UCLA fue de 40.58. Los niveles de soledad se mantienen muy semejantes a la media obtenida por la mayoría de los autores en otros países. Russell y Cutrona (1988) encontraron puntuaciones en la escala de soledad de 40.08 (sd: 9.5) en estudiantes (N= 487), 40.14 (sd: 9.52) en enfermeras (N= 305), 31.51 (sd: 6.92) en ancianos (N= 284). Expósito y Moya (1993) obtuvieron una puntuación de 41.29 (sd: 7.71) en una muestra de estudiantes (N= 148).

Además, no se observaron diferencias significativas en función del género de los participantes en la puntuación total como tampoco las hubo en las subescalas de soledad social y emocional (Ver Tabla núm. 5.4).

TABLA 5.4.- Puntuaciones obtenidas por hombres y mujeres en la Escala de soledad de UCLA y en las dos subescalas

TIPO DE MEDIDA	MUJERES	VARONES
Escala de Soledad UCLA	40.36(sd:6.80)	40.79(sd:7.56)
Soledad Emocional	1.96(sd:0.54)	1.94(sd:0.55)
Soledad Social	2.90(sd:0.43)	2.86(sd:0.46)

En la tabla núm. 5.5 aparecen las puntuaciones de los participantes en otras medidas.

TABLA 5.5.- Puntuación obtenida por los participantes en las diferentes medidas utilizadas en la investigación en función del género

MEDIDA	MUJERES	VARONES
Subescala Instrumentalidad	3.82 (sd:0.87)	4.44 (sd:0.72)
Subescala Expresividad	5.25 (sd:0.62)	4.87 (sd:0.66)
Fuentes de Satisfacción	3.53 (sd:0.36)	3.45 (sd:0.36)
Fuentes de Preocupación	3.16 (sd:0.56)	3.11 (sd:0.42)
Subes. Interdependencia (Moya y P.)	7.64 (sd:1.45)	7.55 (sd:1.37)
Subes. Calidad (Moya y Peplau)	7.80 (sd:1.27)	7.86 (sd:1.10)
Indice Implicación (Moya y Peplau)	54.38 (sd:7.96)	54.17 (sd:7.19)
Closeness Inventory:	16.82 (sd:3.35)	17.41 (sd:3.52)
. Subes. Influencia	4.94 (sd:1.42)	5.43 (sd:1.40)
. Subes. Actividades juntos	5.75 (sd:1.42)	5.88 (sd:1.39)
. Subes. Tiempo juntos	6.10 (sd:2.14)	6.12 (sd:4.36)

B) Hipótesis

Para poner a prueba las hipótesis de nuestra investigación hemos dividido las medidas y escalas referidas a la pareja en dos tipos, en función de las dos dimensiones de la relación a las que hemos hecho referencia previamente: la interdependencia o compromiso y la satisfacción o calidad de la relación.

Como recordaremos, la interdependencia en la relación la medimos utilizando dos índices:

a. El **Relationships Closeness Inventory** de Berscheid, Snyder y Omoto (1989) que nos ofrece una puntuación global y también puntuaciones parciales referentes a cada uno de los tres aspectos que lo componen: Subescala del Tiempo que pasan juntos, Subescala de Actividades que realizan juntos y Subescala de Influencia de cada miembro de la pareja en el otro.

b. Una medida resultante del análisis factorial de la medida de Implicación en la pareja de Moya y Peplau, compuesta por tres items: ¿Cómo de estrecha es tu relación?, ¿Cómo de implicado estás en tu relación? y ¿Cómo de comprometido estás en tu relación?.

La calidad de la relación, por su parte, se midió con las siguientes medidas y escalas:

a. Una medida resultante del análisis factorial de la medida de implicación de Moya y Peplau, compuesta por cuatro items: ¿Cómo de enamorado estás de tu pareja?, Cómo de enamorado crees que está tu pareja de ti?, ¿Cómo se satisfechos estás con tu relación? y ¿Cómo de satisfecho crees que

está tu pareja de la relación?.

b. Fuentes de satisfacción en la relación. Con esta medida realizamos análisis items por items y también con los factores obtenidos del análisis factorial.

c. También elaboramos una subescala a partir de la anterior incluyendo las posibles fuentes de satisfacción relativas exclusivamente a la relación de pareja (comunicación, sintonía, unión, etc.)

d. Fuentes de Preocupación en la relación. Con esta medida procedimos igual que con la anterior, realizando análisis de forma pormenorizada con los 26 items y también con los factores obtenidos del análisis factorial.

Hipótesis 1: Relación entre la intensidad de la relación de pareja y la soledad

En la primera hipótesis se establecía que la intensidad de la relación estaría relacionada con la soledad (tanto la dimensión de interdependencia como la de calidad o satisfacción) aunque, la dimensión de calidad estaría más relacionada con la soledad que la dimensión interdependencia.

En la tabla núm. 5.6 pueden verse las correlaciones obtenidas entre las medidas de interdependecia y calidad de la relación y las puntuaciones totales obtenidas en la escala de soledad de UCLA.

TABLA 5.6.- Correlaciones obtenidas entre las medidas de calidad e interdependencia y la escala de Soledad.

MEDIDAS	r
Calidad:	
1. ¿Cómo de satisfecho estás con tu relación? (Moya & Peplau)	-.19, p=.00
2. Subescala Calidad (Moya & Peplau)	-.23, p=.00
3. Fuentes de Satisfacción (Barnett et al., 1993)	-.29, p=.00
4. Fuentes de Preocupación (Barnett et al., 1993)	-.13, p=.02
Interdependencia:	
1. Closeness Inventory (Total)(Berscheid et al)	-.09, p=.12
. Subescala de Influencia	.00, p=.94
. Subescala de Actividades juntos	-.12, p=.04
. Subescala de Tiempo juntos	-.04, p=.51
2. Subescala Interdependencia (Moya & Peplau)	-.10, p=.09
3. ¿Cuánto dura la relación?	.13, p=.03

Como puede apreciarse, de las cuatro medidas de calidad, tres correlacionaron significativamente con la soledad, en cambio, de las medidas de interdependencia sólo la duración de la relación obtuvo una correlación significativa.

Dado que ambas dimensiones de la relación de pareja (interdependencia y satisfacción) estaban muy relacionadas entre sí (r=.56, p=.00), realizamos

correlaciones parciales para asegurarnos que las correlaciones obtenidas entre cada dimensión y la soledad se debe a la variable en cuestión y no a su relación con otra variable. La correlación parcial entre la subescala calidad y soledad fue prácticamente idéntica a la correlación obtenida sin controlar el efecto de la variable interdependencia (r=-.21, p=.00), sin embargo la correlación parcial obtenida entre la subescala interdependencia y soledad fue mucho menor que cuando no se controló el efecto de la calidad (r=.02, p=.67) y no alcanzó el nivel de significatividad. Por tanto, la hipótesis principal se cumple ya que la intensidad de la relación estuvo relacionada con la soledad, fundamentalmente la dimensión calidad, si bien es cierto que las correlaciones fueron débiles.

Otros resultados que confirman la relación entre la intensidad de la relación y soledad proceden de otros índices de interdependecia. En una sección del cuestionario preguntábamos a los participantes si estaban casados o convivían en pareja o no. Aunque las puntuaciones de la población estudiada en función de su situación de pareja no mostraron diferencias estadísticamente significativas en soledad, podemos observar una ligera tendencia de las personas que estaban casadas o que convivían en pareja a sentirse más solas que aquellas que no convivían en pareja (41.17 vs. 39.98). Resultados similares obtuvimos al analizar otra medida de interdependencia, preguntando a los participantes si tenían hijos o no. Los datos han mostrado que aquellos que tenían hijos obtuvieron una puntuación mayor en la escala de soledad que los que no tenían hijos (41.07 vs. 40.19) aunque las diferencias tampoco llegaron a alcanzar los niveles de significatividad estadística. En ambos casos, los datos aún sin alcanzar el nivel de significatividad van en la dirección opuesta a la hipótesis planteada, ya que la hipótesis 1.a. predecía correlaciones más débiles entre la dimensión interdependencia y soledad que entre ésta y la dimensión calidad de la relación, sin embargo, los resultados no lo refleja.

No obstante, y con el fin de estudiar de forma pormenorizada la relación de cada una de estas dimensiones con la soledad, procedimos a analizar las relaciones entre la variable soledad y cada uno de los items que estaban incluidos en las escalas anteriormente mencionadas. En la tabla núm. 5.7 aparecen aquellos items que correlacionaron significativamente con la variable soledad.

TABLA 5.7.- Correlaciones entre las medidas de satisfacción y/o calidad en la relación y la Escala de Soledad de UCLA.

VARIABLE.	r
1. Cómo de comprometido	-.15, p=.17
2. Cómo de enamorado estás de tu pareja	-.19, p=.00
3. Cómo de enamorada está tu pareja	-.17, p=.00
4. Cómo de satisfecho estás	-.19, p=.00
5. Cómo de satisfecho está tu pareja	-.21, p=.00
6. Análisis Factorial de las fuentes de satisfacción:	
Factor I	-.24, p=.00
Factor VI	-.12, p=.04
7. Análisis Factorial de las fuentes de preocupación:	
Factor II	-.18, p=.00
8. Fuentes de satisfacción:	
Tener una pareja con la que es fácil llevarse bien	-.24, p=.00
Que tu pareja esté orgullosa de ti	-.26, p=.00
Vuestra relación sexual	-.31, p=.00
Buena comunicación	-.25, p=.00
Socialización como pareja	-.24, p=.00
Que tu pareja te apoye	-.13, p=.02
Que tu pareja se preocupe o tenga interés por miembros de tu familia	-.12, p=.04
Que tu pareja te encuentre físicamente atractivo	-.24, p=.00
Disfrutar de las mismas actividades	-.16, p=.01
Poder conversar	-.21, p=.00
Las habilidades tuyas y de tu pareja para resolver los conflictos	-.17, p=.00
Tener una pareja que es buena amiga	-.18, p=.00
Divertirse juntos	-.29, p=.00
Que tu pareja contribuya a que la relación funcione	-.16, p=.01
Que tu pareja sepa escuchar	-.20, p=.00
Tener mucho en común con tu pareja.	-.20, p=.00
9. Fuentes de preocupación:	
Que tu pareja esté demasiado encerrada en sí misma	-.15, p=.01
Los problemas personales de tu pareja en el momento actual	-.15, p=.01
Que tu pareja no este en sintonía contigo	-.16, p=.01
Vuestra relación sexual	-.13, p=.03
Que no os llevéis bien	-.13, p=.03
La fidelidad de tu pareja	-.19, p=.00
Que tu pareja y tu no os sintáis unidos emocionalmente	-.15, p=.01
10. Satisfacción con aspectos de pareja	-.29, P=.00

Como se aprecia en la tabla anterior, obtuvimos una correlación negativa y significativa entre las puntuaciones de los sujetos en la escala de soledad y una medida de calidad, la satisfacción en la relación. En una sección del cuestionario preguntábamos directamente a los participantes cómo de satisfechos estaban con su relación y cómo de satisfechos creían que lo estaba su pareja. Encontramos que la satisfacción era un buen predictor de la soledad, de modo que cuanto más satisfecho estaba uno con su relación de pareja menos solo se sentía (r= -.19, p=.00). La correlación fue ligeramente más alta cuando se consideraba la respuesta a la preguntaba ¿cómo de satisfechos cree que está su pareja con la relación? (r= -.21, p=.00), aunque las diferencias entre ambas correlaciones no fueron significativas (*z*= -.28, p=.38).

Análisis más pormenorizados con otra medida de calidad- las Fuentes de Preocupación- que abarcaba aspectos muy diversos de las relaciones de pareja y familiares, mostraron que aquellos que aportaban satisfacción en la relación de pareja estaban relacionadas negativamente con el sentimiento de soledad. De modo que cuanto más satisfechos estaban las personas con aspectos de su relación como "Tener una pareja con la que es fácil llevarse bien" (r=-.24, p=.00), "Que tu pareja esté orgullosa de ti" (r= -.26, p=.00), "Vuestra relación sexual" (r=-.31, p=.00), "Buena comunicación" (r=-.25, p=.00), "Socialización como pareja" (r=-.24, p=.00), "Que tu pareja te apoye en lo quieres hacer" (r=-.13, p=.02), etc., menos solos se sentían.

Dada la diversidad de aspectos que incluía la medida, realizamos un análisis factorial que arrojó 6 factores principales con valores propios inferiores a 1, dos de los cuales correlacionaron significativamente con la soledad. El factor I obtuvo una correlación con ésta de -.24 (p=.00), y estaba relacionado con la comunicación lograda en la relación de pareja, lo que indica que cuanto más satisfecho estaba el sujeto con estos aspectos de la relación, menos solos

se sentían. El factor VI, por su parte, estaba relacionado con las relaciones familiares entre los miembros de la pareja (r=-.12, p=.04), lo que viene a indicar que cuanto mejor era la relación de ambos miembros de la pareja con la familia del otro menos sola se sentía la persona.

De la misma manera procedimos con otra medida de calidad en la relación - las Fuentes de Preocupación- que exploraba aspectos de las relaciones de diferente índole. El análisis factorial realizado mostró la existencia de 6 factores de los cuales sólo uno de ellos estuvo correlacionado significativamente con la soledad, el factor II (r=-.18, p=.00) concerniente a preocupaciones relacionadas con la unión emocional que pudiera existir entre ambos miembros de la pareja. Las personas que más solas se sentían eran aquellas que se preocupaban de aspectos como "Que tu pareja esté demasiado encerrada en sí misma" (r=-.15, p=.01), "Los problemas personales de tu pareja en el momento actual" (r=-.15, p=.01), "Que tu pareja no esté en sintonía contigo" (r=-.16, p=.01), "Que tu pareja y tu no os sintáis unidos emocionalmente" (r=.-15, p=.01).

La subhipótesis 1.c. predecía que la dimensión calidad de la relación estaría más relacionada con la puntuación total en soledad que la dimensión de interdependencia. Para ponerla a prueba realizamos dos análisis de regresión. En el primero de ellos se incluyeron como variables independientes las variables relacionadas con la interdependencia, que fueron introducidas simultáneamente y como variable dependiente la puntuación de los sujetos en la Escala de Soledad de UCLA. En conjunto, todas las variables explicaban el 5% de la varianza [F(5,216)= 3.32, p=.04]. La puntuación en el Closeness Inventory (Berscheid et al., 1993) fue la única variable específica cuya puntuación beta fue significativa (ß= -.17, p=.01). La variable Duración de la relación estuvo muy próxima a alcanzar los niveles de significatividad (p=.08).

En un segundo análisis de Regresión se incluyeron como variables independientes aquellas relacionadas con la calidad de la relación de pareja (aspectos cualitativos) simultáneamente, y como variable dependiente de nuevo la puntuación de los sujetos en la Escala de Soledad de UCLA. En conjunto, todas las variables explicaron el 10% de la varianza [F(3,264)= 10.47, p=.00]. Las variables específicas incluidas en la ecuación de regresión fueron la Subescala Calidad (Moya & Peplau) con un peso beta=-.14 (p=.02), y las Fuentes de Satisfacción [ß=-.22, p=.00].

Estos resultados encontrados confirman nuestra primera hipótesis subrayando que la dimensión calidad de la relación influye más en los sentimientos de soledad de las personas que la dimensión interdependencia.

Hipótesis 2: Relación entre los tipos de soledad (emocional/social) y las dos dimensiones de la relación de pareja (calidad/interdependecia)

La segunda hipótesis predecía que cada una de las dos dimensiones de la relación consideradas estaría relacionada con un tipo diferente de soledad (social y emocional), concretamente,

Hipótesis 2.a. La dimensión calidad de la relación estaría más relacionada con la soledad emocional que con la soledad social, y

Hipótesis 2.b. La dimensión interdependencia en la relación estaría más relacionada con la soledad social que con la soledad emocional.

Para poner a prueba estas hipótesis realizamos correlaciones entre las puntuaciones de los participantes en las medidas pertenecientes a cada una de las dimensiones y sus puntuaciones en las subescalas de soledad social y

emocional. Dado que la soledad social y la soledad emocional estuvieron altamente correlacionadas (r=.47, p=.00), decidimos realizar correlaciones parciales para controlar el posible efecto de cada tipo de soledad en la otra. (Ver tabla núm. 5.8).

TABLA 5.8.- Correlaciones parciales obtenidas entre las puntuaciones en las subescalas de soledad social/emocional y las obtenidas en las dimensiones calidad/interdependencia

MEDIDA	S. Social (controlando S. emocional)	S. Emocional (controlando S. social)
Subescala Calidad (Moya & Peplau)	-.07, p=.33	-.27, p=.00
Subes. Interdependencia (Moya & P.)	-.07, p=.27	-.17, p=.00
Closeness Inventory	-.06, p=.34	-.11, p=.13
Duración de la relación	-.14, p=.03	.02, p=.75

Los datos obtenidos indican que nuestra segunda hipótesis se confirma sólo parcialmente. La dimensión calidad apareció relacionada con la soledad emocional y no con la social tal y como esperábamos. La dimensión interdependencia también estuvo significativamente correlacionada con la soledad emocional, en contra de lo hipotetizado, no encontrando además, diferencias significativas entre ambas (z= 1.4, p=.08).

Solamente se alcanzó una correlación significativa entre la variable soledad y una de las variables de la dimensión interdependencia, la duración de

la relación.

Con el fin de estudiar más detalladamente la relación entre las dimensiones interdependencia /calidad de la relación de pareja y los dos tipos de soledad social/emocional realizamos varios análisis de regresión. En un primer análisis se incluyeron como variables independientes aquellas relacionadas con la interdependencia, que fueron introducidas simultáneamente, y como variable dependiente la puntuación de los sujetos en la subescala de soledad emocional. El total de las variables empleadas explicaron el 4% de la varianza [F(5,236)= 2.39, p=.04]. La única variable cuya puntuación Beta fue significativa fue la subescala de Interdependencia (Moya y Peplau) (compuesta por los items: implicación, compromiso, cercanía) con un valor ß=-.16 (p=.01).

En un análisis posterior las variables independientes introducidas fueron las relacionadas con la calidad de la relación y la variable dependiente seguía siendo la subescala de soledad emocional. En su conjunto, las variables mencionadas explicaron el 9% de la varianza [F(3,290)= 10.37, p=.00]. La variable Calidad fue la única que obtuvo un peso significativo [ß=-.26, p=.00].

En análisis sucesivos procedimos a analizar qué tanto por ciento de la varianza de las puntuaciones obtenidas en la subescala de soledad social sería explicado por las variables de calidad y cuanto por las de interdependencia. Cuando las variables independientes introducidas fueron las de calidad, todas conjuntamente explicaron el 5% de la varianza [F(3,290)= 5.44, p=.00]. La puntuación total en las fuentes de satisfacción fue la única variable que obtuvo una puntuación beta significativa de -.17 (p=.01).

Por último, cuando las variables independientes fueron las de interdependencia, el total de la varianza explicada fue del 3% [F(5,236)= 1.86,

p=.10], no habiendo ninguna variable que obtuviera una puntuación beta significativa.

Resumiendo, la calidad de la relación es la dimensión que más influencia tuvo en ambos tipos de soledad (social y emocional) aunque explicó más varianza de la soledad emocional que de la social. La dimensión interdependencia también tuvo mayor influencia en la soledad emocional que en la social, aunque como ya hemos indicado, no se apreciaron diferencias significativas entre las correlaciones de cada una de las dimensiones y la soledad emocional (z= 1.4, p=.08).

Hipótesis 3: Influencia del sexo y el género en la relación existente entre los tipos de soledad (social y emocional) y las dimensión de la relación (calidad e interdependecia).

Con la tercera hipótesis tratábamos de comprobar que la relación dimensión de la relación-tipo de soledad estaría mediatizada por el sexo y el género. Más concretamente, predecíamos que

3.a. La relación entre interdependencia y la soledad social sería mayor en los hombres que en las mujeres.

3.b. La relación entre calidad de la relación y soledad emocional sería mayor en las mujeres que en los hombres.

3.c. La relación entre interdependencia y la soledad social sería mayor en los sujetos altos en instrumentalidad (masculinidad) que en los sujetos bajos en instrumentalidad.

3.d. La relación entre la calidad de la relación y soledad emocional sería mayor en los sujetos altos en expresividad (feminidad) que en los bajos en expresividad.

Para poner a prueba las subhipótesis (3.a, 3.b, 3.c y 3.d) procedimos a realizar correlaciones parciales (cuando la variable dependiente era la soledad emocional se controlaba la soledad social y cuando la v. dependiente era la soledad social se controlaba la soledad emocional) entre las diferentes medidas de calidad e interdependencia y las dos medias de soledad, separadamente para hombres y para mujeres. Los resultados de los análisis realizados se recogen en la tabla núm. 5.9 y siguientes.

TABLA 5.9.- Correlaciones parciales entre las puntuaciones en las medidas de interdependencia de la relación y la puntuación obtenida en la subescala de soledad social (controlando la s. emocional) en función del sexo.

MEDIDAS	MUJERES	VARONES
Closeness Inventory	.14, p=.10	-.03, p=.71
Duración de la relación	.22, p=.01	.06, p=.47
Subesc. Interdependencia (Moya & P.)	.11, p=.24	.04, p=.62

La hipótesis 3.a no se cumple. No se observó ninguna relación entre la soledad social y la dimensión interdependencia ni en los hombres ni en las mujeres. Además, aún sin ser significativas, las correlaciones fueron mayores en las mujeres que en los hombres. La única correlación significativa

estadísticamente fue la obtenida entre la duración de la relación y la soledad social, y dicha relación se observó únicamente en el caso de las mujeres.

La subhipótesis 3.b predecía que la relación entre los aspectos cualitativos (calidad de la relación) y la soledad emocional sería mayor en las mujeres que en los hombres. Los resultados obtenidos de los análisis pertinentes aparecen en la tabla núm. 5.10.

TABLA 5.10.- Correlaciones parciales entre las medidas de calidad de la relación y soledad emocional (controlando la s. social) en función del sexo

MEDIDAS	MUJERES	VARONES
Subescala Calidad (Moya y Peplau)	-.33, p=.00	-.20, p=.01
Fuentes de Satisfacción	-.12, p=.16	-.10, p=.20
Fuentes de Preocupación	-.05, p=.53	.03, p=.71

A pesar de que las correlaciones fueron muy débiles, alcanzando niveles de significatividad estadística solamente en la subescala de calidad, las diferencias encontradas entre hombres y mujeres no fueron significativas (z= 1.08, p=.14).

Además de los análisis anteriores, pretendíamos comprobar si la relación entre las medidas de calidad y la soledad emocional por un lado, y la relación entre las medidas de interdependencia y la soledad social por otro, estaban moderadas por la variable sexo.

El posible efecto moderador del sexo, se analizó utilizando un análisis de regresión jerárquico moderado (RJM). Diversos análisis de RJM se realizaron utilizando las puntuaciones en las dimensiones calidad e interdependencia respectivamente, como criterio. Los predictores fueron introducidos en la ecuación en el siguiente orden: el sexo, uno de los predictores específicos y la interacción entre ambas.

Según este procedimiento, los coeficientes de correlación múltiple obtenidos en las ecuaciones que combinaba de manera aditiva, una variable predictora y una moderadora, se comparan con los coeficientes producidos por las ecuaciones que contienen los mismos elementos y la interacción entre los dos. Para que ocurra una interacción, debe de haber un incremento significativo en la R^2 después de que los efectos principales hayan sido explicados (Zedeck, 1971).

Los resultados hallados por dichos análisis mostraron que en el primer caso (relación interdependencia - soledad social), sólo la variable duración de la relación mostró diferencias significativas en función del sexo [$F(3,289)= 2.98$, $p=.03$]. Es decir, la duración de la relación afectó a la soledad social de la mujer mucho más que a la del varón y estas diferencias fueron estadísticamente significativas.

El segundo análisis de regresión jerárquico moderado realizado mostró resultados algo más significativos, tal y como esperábamos. La relación entre la dimensión calidad de la relación de pareja y soledad emocional estuvo moderada por el sexo de los participantes en dos de las tres variables independientes estudiadas. De modo que la calidad en la relación y las fuentes de satisfacción tuvieron mayor influencia en la soledad emocional de las mujeres que en las de los varones [$F(3,291)= 9.31$, $p=.00$] y [$F(3,290)= 3.96$,

p=.00], respectivamente. Estos análisis aportaron datos mucho más depurados estadísticamente, de cómo la relación entre la variable independiente y la dependiente se veía modulada por el sexo de los participantes.

En los últimos años se ha sustituido el concepto sexo (hombre-mujer) por el de género, término este con el que se hace referencia a una categorización que va más allá de la mera distinción biológica y que incluye la dimensión psicosocial. Se habla por tanto ahora de personas masculinas o instrumentales y femeninas o expresivas, independientemente de su sexo biológico. Recogiendo por tanto esta cuestión, elaboramos dos subhipótesis con las que pretendíamos mostrar que las diferencias que esperábamos encontrar en función del sexo estarían aún más acentuadas atendiendo a la identidad de género. La subhipótesis 3.c. predecía una relación entre aspectos cuantitativos y la soledad social y que esta sería más fuerte en los sujetos altos en instrumentalidad que en los bajos.

Para poner a prueba esta hipótesis y la siguiente, procedimos a realizar un análisis de los participantes en función de su puntuación en la escala de Identidad de Género. Atendiendo a sus puntuaciones en las subescalas de instrumentalidad y expresividad, dividimos a los sujetos en dos grupos en cada dimensión mediante el procedimiento de la mediana. En la subescala de Instrumentalidad o Masculinidad la mediana estaba situada en 50.15, de modo que aquellos sujetos que tenían puntuaciones mayores a 50.15 fueron incluidos en el subgrupo de los altos en instrumentalidad y los que obtuvieron puntuaciones inferiores a 50.15 formaron el grupo bajos en instrumentalidad. En la subescala de Expresividad o Feminidad la mediana se situó en 60.5. Los sujetos que puntuaron por encima de la mediana formaron el grupo alto en feminidad y los puntuaron por debajo de la misma formaron el de bajos en

feminidad. Los datos obtenidos de los análisis realizados para poner a prueba la subhipótesis 3.c aparecen en la tabla núm. 5.11.

TABLA 5.11.- Correlaciones entre las medidas de interdependencia de la relación y la soledad social en función del género

MEDIDA	INSTRUMENTALIDAD	
	BAJOS	ALTOS
Subes. Interdependencia (Moya y P.)	.11, p=.21	.01, p=.90
Closeness Inventory	.11, p=.23	.02, p=.79
Duración de la relación	.13, p=.15	.10, p=.25

Los resultados obtenidos de las correlaciones parciales muestran que la subhipótesis no se confirma. No encontramos correlaciones significativas entre la masculinidad y la dimensión interdependencia. Es más, aún siendo muy bajas y no significativas, las correlaciones son más altas entre quienes son bajos en masculinidad que entre quienes son altos, contrariamente a los hipotetizado.

Por último, respecto a la subhipótesis 3.d. con la que predecíamos una relación entre los aspectos cualitativos de la relación y la soledad emocional más fuerte en los sujetos altos en feminidad que en los bajo en feminidad, los datos obtenidos se recogen en la tabla núm. 5.12.

TABLA 5.12.- Correlaciones entre las medidas de calidad de la relación y la soledad emocional en función del género.

MEDIDA	EXPRESIVIDAD BAJOS	EXPRESIVIDAD ALTOS
Subescala de Calidad (Moya y P.)	-.11, p=.18	-.37, p=.00
Fuentes de Satisfacción	-.00, p=.99	-.10, p=.20
Fuentes de Preocupación	-.03, p=.66	.03, p=.65

Sólo hallamos una correlación significativa entre el autoconcepto femenino y la calidad en la relación y en la línea de lo que predecíamos, de manera que entre quienes puntuaron alto en feminidad, mayor era la soledad emocional cuanto menor era la calidad de su relación. Ni las fuentes de satisfacción ni las fuentes de preocupación mostraron patrones diferenciados en función del autoconcepto de los sujetos.

De la misma manera que procedimos con la variable sexo y dado que queríamos comprobar si la relación entre las medidas de calidad y la soledad emocional por un lado, y la relación entre las medidas de interdependencia y la soledad social por otro, estaban moderadas por la variable Identidad de Género, realizamos sendos análisis de Regresión jerárquicos moderados. El primero de estos análisis (relación dimensión interdependencia-soledad social) mostró que

dicha relación, en general, no estuvo moderada por la variable Identidad de Género. Solamente se obtuvieron diferencias significativas en soledad social en la variable duración de la relación, de modo que los sujetos bajos en masculinidad se sentían más solos socialmente que los sujetos altos en masculinidad [F(3,270)= 2.72, p=.04]. El segundo análisis de regresión jerárquico realizado (relación dimensión calidad- soledad emocional) mostró que la Identidad de Género si funcionó como variable moderadora. De modo que la Subescala de Calidad en la relación [F(3,279)= 10.83, p=.00], las fuentes de Satisfacción [F(3,278)= 4.27, p=.01] y las fuentes de Preocupación [F(3,278)= 2.64, p=.05] tuvieron mayor influencia significativamente en la soledad emocional de los sujetos altos en feminidad que en los bajos en feminidad.

Para terminar, realizamos un análisis discriminante para comprobar en qué variables de las incluidas en nuestra investigación, se diferenciaban las personas que se sentían solas de las que no se sentían así. Para ello definimos una variable de agrupación con dos valores (aquellos cuya puntuación en la UCLA estuvo por debajo de la mediana (40) era el grupo que no se sentía solo y los que puntuaron por encima de la mediana eran las personas solitarias. Realizamos dos análisis discriminantes, uno con las variables independientes relacionadas con la relación de pareja y otro con otras variables independientes no relacionadas con la pareja.

En el primer caso, la función discriminante fue significativa [X^2(8,242)= 18.49, p=.02]. Esta función clasificó correctamente el 62.16% de los participantes. Las variables que más contribuyeron a la función discriminante fueron principalmente: La subescala de calidad (.71), la puntuación en las fuentes de satisfacción en la relación (.66), las fuentes de preocupación (.42), y la duración de la relación (-.36). Otras variables como la interdependencia,

convive o no en pareja o si tienen hijos contribuyeron de manera más débil a la función discriminante (.25, -.13 y -.10, respectivamente). Entre paréntesis aparece el valor de la correlación entre los valores de la función y los valores de la variable.

En la tabla núm. 5.13 pueden verse las puntuaciones obtenidas por los dos grupos en las diferentes medidas así como la F resultante del análisis de varianza.

TABLA 5.13.- Puntuaciones obtenidas por los participantes en las variables relacionadas con la pareja en función de su puntuación en la escala de Soledad

Variable	No solos	Solos	F	Sig T
Closeness Inventory	17.09	16.58	1.25	.26
Duración relación	96.16	122.20	2.68	.10
Convive en pareja	.42	.46	.34	.55
Tiene hijos/as	.35	.38	.22	.63
Sub. Interdependencia	7.78	7.53	1.96	.16
Subescala Calidad	8.12	7.64	10.17	.00
Fuentes Satisfacción	3.56	3.43	8.78	.00
Fuentes Preocupación	3.18	3.05	3.60	.06

Como puede apreciarse en la tabla anterior, las diferencias entre las personas solitarias y las no solitarias solamente aparecieron significativas en aquellos aspectos relativos a la calidad de la relación de pareja, esto es, la

medida de calidad de la relación, las fuentes de satisfacción y las de preocupación. Estos resultados van en la dirección que apuntaban nuestras hipótesis.

En el segundo caso, la función discriminante también fue significativa [$X^2(7,224)= 18.14$, $p=.01$]. Esta función clasificó correctamente el 60.95% de los participantes. Las variables que contribuyeron a la función discriminante fueron básicamente la autoestima (.71), Autoconcepto femenino (-.60). Las demás variables hicieron una contribución mínima.

En la tabla núm. 5.14 pueden verse las puntuaciones obtenidas por los dos grupos en las diferentes medidas así como la F resultante del análisis de varianza.

TABLA 5.14.- Puntuaciones obtenidas por los participantes en medidas no relacionadas con la pareja en función de su puntuación en la escala de Soledad

Variable	No solos	Solos	F	Sig T
Autoestima	18.03	20.03	11.57	.00
Autoconcepto Femenino	61.85	58.82	6.95	.00
Edad	28.07	29.43	.87	.34
Religiosidad	4.60	4.22	1.84	.17
Autoconcep. masculino	51.50	50.49	.46	.49

Es importante señalar que de todas las variables utilizadas en nuestra investigación que no están relacionadas directamente con la relación de pareja, encontramos que las personas solitarias difieren significativamente de las no solitarias en las medidas de autoestima y el autoconcepto femenino. La literatura sobre soledad ha señalado que tanto el poseer una baja autoestima como el tener un autoconcepto masculino están inversamente relacionadas con la soledad. Los resultados obtenidos por el análisis discriminante realizado en nuestro estudio apoya tales relaciones, ya que las personas solitarias tenían una menor autoestima y puntuaban menos en el autoconcepto femenino que las no solitarias.

5. DISCUSIÓN

En general podemos afirmar que los niveles de soledad hallados en nuestro estudio son similares a los obtenidos por otros autores en muestras comparables y que tampoco se han observado diferencias en función del género de los participantes, si bien es cierto que existe una ligera tendencia en los varones a puntuar más alto en la escala de soledad que las mujeres.

Las hipótesis de nuestra investigación predecían una influencia de las relaciones de pareja en el bienestar de los participantes, concretamente en sus niveles de soledad. En primer lugar hemos de reconocer que las puntuaciones obtenidas por las personas que formaban la muestra de nuestro estudio, todos ellos con relaciones de pareja, no son diferentes de las puntuaciones obtenidas con otras muestras. Esto sugiere que el hecho de tener pareja en sí, no parece constituir un antídoto de la soledad. Además, si bien los resultados obtenidos indicaron que en general, ambos aspectos de las relaciones- calidad e interdependencia- estaban relacionados con los niveles de soledad aunque de

forma diferente, las correlaciones obtenidas fueron débiles.

La soledad apareció relacionada con la práctica totalidad de las variables que medían aspectos cualitativos de la relación de pareja, esto es, la dimensión calidad y satisfacción. De modo que cuanto más enamorado, satisfecho, etc., estaba la persona en su relación de pareja menos solo decía sentirse, obteniéndose correlaciones significativas entre los cuatro items que componían la subescala de calidad en la relación y la soledad. Estos resultados apoyan nuestra impresión sobre la importancia de las relaciones íntimas y más concretamente, que ciertas características de la relación (como el amor y el compromiso), y no otras (la influencia de un miembro de la pareja en el otro o el tiempo que pasan juntos), son elementos centrales que están en las prioridades de la mayoría de las personas y que cuando no se alcanzan producen efectos en su calidad de vida apareciendo una serie de afectos y emociones negativos entre los que se encuentra la soledad.

Recordando a Weiss, las relaciones sociales ofrecen la posibilidad de satisfacer una serie de necesidades sociales básicas, y concretamente, las que hacen referencia a "una alianza segura", "sentido de pertenencia", "apego", son satisfechas más directamente por las relaciones interpersonales estrechas e íntimas, entre las que se encuentran las relaciones de pareja.

Como indicábamos en la introducción de este capítulo, la satisfacción con la relación de pareja es una de los principales precipitadoras de los sentimientos de soledad en las personas (Reis et al. 1983), hecho este que hemos podido constatar en nuestro estudio. Además, la reciprocidad en la satisfacción ha aparecido como un elemento importante al considerar la soledad: no sólo es importante que el individuo se sienta enamorado y satisfecho con su relación sino que también es importante que perciba que la otra persona también se

siente enamorada y satisfecha. De hecho, estas últimas variables aparecieron incluso más relacionadas con la soledad que las primeras. En una pareja, no sólo es importante para el bienestar personal las necesidades propias, emociones y sentimientos. Una de las cosas que más satisfacción/insatisfacción puede aportar a una persona es la percepción que tiene de los sentimientos que el otro miembro de la pareja tenga hacia él/ella (Hinde, 1997).

Este resultado también queda corroborado al considerar otras medidas de Satisfacción, como las Fuentes de Satisfacción, que abarcaban items muy diversos relativos a las relaciones de pareja en general (ver tabla núm. 5.2). Estos análisis mostraron que los aspectos que aportaban satisfacción en la relación de pareja estaban relacionadas negativamente con el sentimiento de soledad, de modo que cuanto más satisfechas estaban las personas con aspectos de su relación como "Tener una pareja con la que es fácil llevarse bien", "Que tu pareja esté orgullosa de ti", "Vuestra relación sexual" o "Buena comunicación", por citar algunos, menos solas se sentían.

Podemos decir que gran parte de esos aspectos mencionados son los que la mayoría de las personas desean y buscan en una relación de pareja. Estos aspectos tienen más que ver con el plano cualitativo (calidad y satisfacción) que con la interdependencia tal y como la hemos entendido aquí. Una vez más los factores cualitativos están más relacionados con la soledad que otras aspectos de la pareja como "Que tu pareja haga la parte que le corresponde de las tareas del hogar" o "Que tu pareja contribuya económicamente al mantenimiento de la casa".

Curiosamente, estos últimos aspectos, en la actualidad, cuando las parejas tratan de ser más equitativas e igualitarias, son algunos de los más esgrimidos como posibles fuentes de insatisfacción y descontento. A nuestro

juicio, este tipo de cuestiones, cuando surgen en una pareja causan problemas, fricciones, peleas, etc. que producen en cada uno de sus miembros insatisfacción, descontento y otro tipo de estados afectivos negativos. Sin embargo, las personas que tiene esos problemas en sus parejas pueden sentirse utilizadas, explotadas, ignoradas, y un sin fin de cosas más, pero no perciben esa situación como una experiencia de soledad. Por tanto, la soledad no parece estar muy relacionada con aspectos de la relación fácilmente cuantificables, sino más bien con otros de carácter subjetivo que son percibidos por uno de los miembros o ambos como insatisfactorios y que en ocasiones son muy difíciles de constatar, como por ejemplo "Que la relación funcione". Además, el análisis factorial realizado con esta medida, mostró que de los 6 factores hallados, sólo dos estaban relacionados con la soledad (ver tabla núm. 5.7). El factor I se refería a la comunicación lograda en la relación de pareja, lo que indica que cuanto más satisfechas estaban las personas con aspectos relacionados con la comunicación, el apoyo, el llevarse bien, etc, menos solas se sentían; y el factor VI, relativo a las relaciones familiares entre los miembros de la pareja que indica que cuanto mejor era la relación de ambos miembros de la pareja con la familia del otro menos sola se sentía la persona. Este resultado nos ha sorprendido, aunque pudiera ser que en ocasiones el abandonar el núcleo familiar para casarse o vivir en pareja supone una transición en cuanto que implica una reducción en la cantidad de interacciones sociales que uno mantiene diariamente con su familia de origen (madre, padre, hermanos, abuelos, etc.) así como un incremento en las relaciones con los miembros de la familia política, lo cuál en ocasiones puede hacer aflorar en las personas sentimientos de abandono, incomprensión, insatisfacción y de soledad.

De la misma manera, los análisis realizados con otra medida de calidad en la relación- las Fuentes de preocupación-, vinieron a mostrar resultados similares a los anteriores, resaltando una vez más la influencia que la

satisfacción con la relación de pareja tiene en la elicitación de la soledad de las personas. Como se recordará, esta medida exploraba posibles aspectos que podrían preocupar a las personas en la relación (ver tabla núm. 5.3). De los 6 factores encontrados en el análisis factorial realizado sólo uno de ellos estuvo correlacionado significativamente con la soledad, el factor II (ver tabla núm. 5.7), concerniente a aquellas preocupaciones relacionadas con la unión emocional que pudiera existir entre ambos miembros de la pareja. Podemos decir que los aspectos de la relación por los que la gente se preocupa y que están relacionados con los sentimientos de soledad fueron, por citar algunos, "Que tu pareja esté demasiado encerrada en sí misma", "Los problemas personales de tu pareja en el momento actual", "Que tu pareja no esté en sintonía contigo", o que "Que tu pareja y tu no os sintáis unidos emocionalmente".

Tal y como esperábamos, la dimensión interdependencia no estuvo relacionada con la soledad. De los items que componían la subescala solo aparecieron correlaciones significativas en el grado de compromiso, es decir, cuanto más comprometido estaba la persona con su relación menos sola se sentía. La correlación obtenida entre las puntuaciones de los participantes en la escala de soledad y la puntuación total en otras variables de interdependencia, como el Closseness Inventory, fue muy baja ($p=.12$). Es decir, la soledad que experimenta una persona no parece depender del tiempo que la pareja pasa junta, o lo que un miembro de la pareja influye en la vida del otro miembro. No obstante, se observó una correlación negativa y significativa entre la soledad y una de las puntuaciones parciales del índice de Interdependencia, la subescala "actividades que realizaban juntos". A pesar de que esta variable ha sido considerada una medida de interdependencia, para muchos autores es uno de los factores que determinan la satisfacción con la relación (Hinde, 1997). Realizar actividades con alguien supone en sí mismo un contacto, comunicación e implicación que no están presentes cuando se está junto a alguien pero sin hacer

nada o sin compartir nada.

El estar casado o convivir en pareja o no fue otra medida de interdependencia. A pesar de que las diferencias no fueron estadísticamente significativas, quienes estaban casados o convivían con su pareja se sentían más solos que quienes no lo estaban (41.17 vs. 39.99). Estos resultados van en contra de los encontrados por otros autores americanos. Sin embargo, en un estudio piloto realizado en España por Expósito y Moya (1993) para validar la UCLA Loneliness Scale (versión 3), apareció un patrón muy similar. Es decir, al comparar las puntuaciones en la escala de soledad de tres grupos de sujetos en función de su estado civil encontramos que frente a lo que cabría esperar, eran los que tenían relaciones esporádicas los que menos solos decían sentirse (39.67) frente a quienes no tenían pareja (42,37) y/o estaban casados (43.32). En este caso las diferencias casi llegaron a alcanzar los niveles de significatividad (p=.08).

Es posible que el significado que las relaciones de pareja tienen en nuestro país no coincidan completamente con la importancia que otorgan a estas cuestiones personas de otros países más individualistas. De cualquier modo, lo que si parece desprenderse de estos resultados es que la mayoría de las personas, tengan o no pareja, sufren más la soledad de tipo emocional que social. Es decir, es mucho más importante para el ser humano sentir cerca "emocionalmente" a alguien, aunque ese alguien esté a kilómetros de distancia.

Mucha gente trata de evitar la soledad, tal y como la sociedad la concibe, y encuentran que la mejor forma para ello es el matrimonio o la relación de pareja. Los datos vienen a demostrar que no es una simple cuestión de tener o no una pareja, estar o no casado o convivir o no con alguien, sino que se trata de algo más profundo, más complejo, que hace referencia concretamente al

sentimiento de apego y unión que aportan las relaciones (Murray, 1938). Este aspecto queda definido por sus connotaciones cualitativas como la calidad de la relación, la satisfacción que uno experimenta con ella, etc. Los análisis realizados con cada una de las dimensiones de la relación de pareja y la soledad vienen a confirmar que ambas dimensiones ejercen una influencia en la soledad emocional de los sujetos (y no en la social) y que la influencia es mayor cuando lo que consideramos en la calidad de la relación. A pesar de que esperábamos encontrar que cada dimensión estuviera relacionada con un tipo de soledad, los resultados obtenidos en el estudio ponen de manifiesto la importancia de las relaciones de pareja en la soledad de las personas, pero no cualquier tipo de soledad, sino soledad de tipo emocional, tal y como quedó definida en el capítulo introductorio.

No obstante, ambas dimensiones (cualitativa y cuantitativa) son importantes en una relación de pareja ya que además están muy relacionadas entre sí (r=.56, p=00) hasta el punto que algunos autores resaltan la influencia de una en la otra. Hinde (1997), establece que uno de los determinantes del compromiso en una relación (dimensión cuantitativa) es la satisfacción que uno tenga con la relación (dimensión cualitativa). De hecho, cuando algunos autores hablan de compromiso no se sabe muy bien a qué se esta haciendo referencia, si a mantener una relación a lo largo del tiempo o a optimizar la calidad de la relación, o a ambas cosas. Stanley y Markman (1992), por ejemplo, enfatizaron dos constructos relacionados con el compromiso: *la dedicación personal* - en cuanto al deseo de mantener o mejorar la calidad de la relación para el beneficio mutuo de cada una de las partes- y *el compromiso impuesto* - referido éste a presiones externas o internas que favorecen la estabilidad. Johnson (1982) por su parte diferencia entre el *compromiso personal*, y el *estructural*. En el primero destacó tres aspectos (1) la satisfacción derivada del balance costos-beneficios; (2) la definición del yo en términos de la relación, (3) un sentido interno de

compromiso moral hacia el mantenimiento de la relación. En el *compromiso estructural*, se incluyen eventos o condiciones que fuerzan al individuo a continuar la relación una vez que ésta se ha iniciado, sin tener en cuenta el compromiso personal. En este último tipo de compromiso se incluirían las inversiones realizadas en la relación, muchas de tipo social, y que se perderían en caso de disolución de la relación, el modo en que la relación afecta a otras personas (por ejemplo, cómo un divorcio afecta a la vida de los hijos), la disponibilidad de alternativas (cuanto menores sean las alternativas menor será la probabilidad de ruptura) y los mismos procedimientos tanto sociales como legales que tendrían que ponerse en marcha en caso de ruptura.

En este capítulo hemos hecho referencia a un tipo de relaciones interpersonales muy concretas, las relaciones de pareja. En este contexto, la satisfacción y el compromiso adquieren un matiz único, por cuanto que se trata de un sentimiento de unión y apego a una persona específica que de no sentirse como tal provocaría en la persona sentimientos de abandono, desarraigo y de soledad, concretamente, soledad de tipo emocional. Parece por eso razonable que en el contexto de las relaciones íntimas, cualquiera de las dimensiones a considerar estén más unidas a la soledad emocional que a la soledad social.

En cuanto al papel mediador del sexo en las relaciones entre las dimensiones de la relación y los tipos de soledad, los datos empíricos no han confirmado las hipótesis planteadas, a pesar de que numerosos estudios hayan indicado que los determinantes de la felicidad marital difiere en algunos aspectos entre esposas y maridos. Acitelli y Young (1996) revisaron una serie de estudios que indicaban que el bienestar de las esposas estaba relacionado con aspectos como la comprensión de sus maridos, que vean a éstos como semejantes a ellas mismas, que den y reciban a su vez apoyo de sus maridos; mientras que estos aspectos no eran importantes para los esposos. Este dato

pone de manifiesto la gran importancia que tienen la relaciones en el autoconcepto de las mujeres.

En nuestro estudio, la relación entre interdependencia y soledad social no estuvo moderada por la variable sexo. Sólo hubo diferencias significativas en función del sexo en la duración de la relación, que ejerció más influencia en la soledad social de las mujeres que en la de los varones. ¿Quiere esto decir que cuanto más tiempo llevan en una relación más sola -socialmente- se sienten las mujeres?. Existen varias explicaciones posibles que además han sido recogidas en la literatura. Por ejemplo, la edad de mujer, el tipo de relación que ha mantenido con su esposo durante esos años, etc. Uno de los factores que más influencia tiene en la soledad de las mujeres ha sido la presencia de niños pequeños en casa, lo cuál supone a ésta una mayor dedicación al cuidado de los hijos y del hogar en detrimento de sus funciones habituales. En general, en el caso de parejas en las que ambos trabajan, es la madre la que pide la baja por maternidad y se queda en casa durante un período de tiempo, período en el cuál, deja de desempeñar una serie de roles menos tradicionales (salir de casa para ir al trabajo, contacto con diferentes personas a niveles profesionales y personales, etc.) y se ocupa del desempeño de otros que tradicionalmente han venido realizando las mujeres (atiende a los hijos, se ocupa del marido, de la casa, etc.). Además, independientemente de la existencia de hijos pequeños en casa, las mujeres, en general, trabajadoras o no, dedican más tiempo a las actividades domésticas de lo que lo hace el marido, tiempo que restan a otras actividades de tipo social como salir con amigas, o practicar algún deporte.

Sin embargo, la relación entre calidad de la relación de pareja y soledad emocional si estuvo moderada por la variable sexo. De las tres variables independientes analizadas, se observaron diferencias significativas en dos de ellas, de modo que tanto la calidad en la relación como las fuentes de

satisfacción ejercieron mayor influencia en la soledad emocional de las mujeres que en las de los varones. Este dato coincide en resaltar la importancia de la dimensión cualitativa de relación de la pareja en la soledad emocional, sobre todo en el caso de las mujeres.

Cuando cambiamos la variable sexo por la Identidad de Género, las diferencias fueron más claras. El género de los participantes fue una variable moderadora en el modo en que las medidas de calidad afectan a la soledad emocional, de modo que en todos los casos, las variables cualitativas de la relación de pareja ejercieron mayor influencia (estadísticamente) en la soledad emocional de las personas con un autoconcepto femenino. Numerosos estudios en los que se ha estudiado el papel de la feminidad en la soledad, ponen de manifiesto que no es cuestión de tener altos niveles de expresividad, sino de cuál de los miembros de la pareja los posee. Lamke (1989) encontró que la expresividad de los maridos era el único predictor de la satisfacción marital tanto para los esposos como para las esposas. Resultados similares se han encontrado cuando se relaciona la feminidad con la soledad.

No obstante, y aunque la mayoría de las hipótesis se han cumplido, los resultados no han sido tan robustos como esperábamos, esto es, la relación entre diversas características de las relaciones de pareja y la soledad es significativa pero moderada. Algunas de las posibles explicaciones podrían ser:

1. En general, las personas que componían nuestra muestra decían sentirse bastante satisfechas en sus relaciones, con lo cuál, se ha producido un efecto techo que no ha permitido comparar grupos suficientemente dispares en estas medidas. Un gran número de estudios indican que la satisfacción marital tiende a declinar en los primeros cinco años de matrimonio (MacDermind, Huston & McHale, 1990), así como que la satisfacción declina después del

nacimiento del tercer hijo (Cowan & Cowan, 1978). Sin embargo, esto dependerá de la naturaleza del matrimonio y de las expectativas sobre la vida que podría llevar la persona después del nacimiento de los hijos. Hackel y Ruble (1992) mostraron que los sentimientos más negativos sobre el matrimonio estaban asociados con la disconformidad de expectativas acerca de compartir el cuidado de los hijos y las responsabilidades de las tareas domésticas después de que naciera el bebé. MacDermid y cols. (1990), encontraron que las parejas que más riesgo tenían de dificultades maritales eran aquellas con actitudes tradicionales que tomaban roles más igualitarios, y que sin embargo, enfatizaban la importancia de la congruencia entre actitudes de rol sexual y la división de tareas después del nacimiento de los hijos. En cualquier caso, aunque en modo muy global podemos decir que es después del nacimiento de los hijos cuando la satisfacción con el matrimonio empieza a tambalearse, en muchas culturas, incluida la nuestra, el nacimiento de un hijo sirve de unión al matrimonio y eleva el estatus de esposa.

En nuestra investigación, más de la mitad de las parejas no tenían hijos, y las que sí los tenían, sólo tenía uno. Este puede ser en parte el motivo por el que la satisfacción en la relación marital aún siga siendo alta, protegiendo por tanto a los sujetos de los sentimientos de soledad.

2. La mayoría eran parejas jóvenes, las cuales presumimos, están aún en una fase de idealización de la relación, con unas expectativas de futuro bastante elevadas y positivas que les permite ser optimistas respecto a su futuro y respecto a su relación de pareja. Las expectativas y creencias es una variable muy importante a considerar. La satisfacción ha sido definida como la discrepancia entre lo que una persona espera de la relación y lo que realmente experimenta. Kelley y Burgoon (1991) encontraron que el acuerdo entre los esposos respecto a lo que ellos esperaban de la relación era un predictor de la

satisfacción. Las creencias sobre lo que consideramos más importante en las relaciones modera la relación entre la percepción que uno tiene de su relación y la calidad percibida de ésta.

3. Al ser parejas "de las nuevas generaciones" en su mayoría, se caracterizan por ser más igualitarias y equitativas, lo cuál contribuye sin duda a que tanto un miembro de la pareja como el otro, puedan compaginar su vida de pareja con otras facetas importantes para la satisfacción en la vida, como es el trabajo y las relaciones con amigos.

En general, las relaciones interpersonales estrechas o íntimas, concretamente, las relaciones de pareja, en nuestra sociedad siguen siendo un asunto del que no se suele hablar mucho y en el que se produce con frecuencia los que se denomina **percepción interpersonal distorsionada**. Es decir, con frecuencia observamos que las personas en general, tienden a ver a sus parejas en términos más positivos de lo que ellas se ven a sí mismos. Este hecho, en las relaciones íntimas, lleva a que en ocasiones se produzcan idealizaciones haciendo que se obscurezcan los defectos del otro y embelleciendo las virtudes. Esta tendencia en principio, es positiva porque aumenta la satisfacción de ambas partes (Murray & Holmes, 1996), sin embargo, esta misma relación causa-efecto puede actuar en la dirección opuesta. Por ejemplo, Peplau y cols. (1979) encontraron que las personas solitarias hacían más atribuciones internas y estables para los fracasos y externas e inestables para los éxitos y que las atribuciones desadaptativas en las personas solitarias se centran fundamentalmente en el área interpersonal.

Un hecho que ha oscurecido el estudio de las relaciones interpersonales íntimas ha sido el que la mayoría de los estudios sobre compromiso se han llevado a cabo con parejas que estaban satisfechas con sus relaciones. Sin

embargo, en ocasiones, encontramos a personas que se sienten comprometidas con relaciones en las que el coste es mayor y, en estos casos, la situación es diferente. Algunas explicaciones de tipo psicosocial descansa en la dificultad de reconocer que lo que uno ha invertido en la relación ha dejado de tener valor ("Tengo que quererle porque he cuidado de él todos estos años"), en otros casos, los valores que uno ha ido interiorizando o las presiones externas pueden mantener la relación. Lauer y Lauer (1986) realizaron un estudio longitudinal con matrimonios felices e infelices y encontraron que el compromiso hacia el esposo/a o la institución del matrimonio era una de las razones más importantes que se daban para la estabilidad marital. Heaton y Albrecht (1991) encontraron que la edad, la pérdida de la primera experiencia matrimonial, la pérdida de actividad social y los sentimientos de pérdida de control sobre sus vidas eran algunas de las razones asociadas a la continuidad de las relaciones insatisfactorias.

En cualquier caso y a modo de resumen, los análisis discriminantes realizado con variables relacionadas con la relación de pareja y otras variables han dejado bien claro que la diferencia fundamental entre las personas que se sienten solas y las que no se sienten así son, por un lado, los aspectos cualitativos de su relación de pareja (calidad y satisfacción), y por otro, variables más individuales como la autoestima y el poseer un autoconcepto femenino. Estos datos nos animan a seguir las investigaciones con muestras más dispares en diferentes aspectos así como en utilizar instrumentos de medida que sean menos sensibles a la deseabilidad social y a la influencia de las normas sociales.

CONCLUSIONES

Con los trabajos de investigación que aquí hemos presentado pretendíamos realizar una primera aproximación al estudio de la soledad en nuestro país, indagando sobre la realidad de este fenómeno e intentando dilucidar algunas de las variables con él relacionadas.

Antes de proseguir, hemos de reconocer que la soledad es un tema de reciente interés en Psicología Social, cuyo estudio cuenta con algo más de dos décadas de vida. Posiblemente ésta sea la razón por la que, todavía hoy, no existe un modelo teórico que articule y de coherencia a los hallazgos que la investigación empírica ha ido acumulando en este tiempo.

La investigación y el desarrollo teórico sobre la soledad ha venido de la mano del interés por el estudio científico de las relaciones interpersonales. Si bien el interés científico de este área de estudio ha sido reconocido desde hace muchos años, en parte debido a la relevancia social que poseía, lo cierto es que su investigación no ha adquirido cierta envergadura hasta muy recientemente. Las razones fundamentales que han favorecido este surgimiento han sido, a nuestro juicio, tres: 1) la consideración de la relaciones interpersonales como un tema "digno" de estudio científico, de categoría similar a otros temas tradicionalmente considerados básicos; 2) el desarrollo de nuevas metodologías de investigación y de análisis estadístico que han favorecido la realización de estudios de campo, longitudinales y han mejorado notablemente el estudio científico de la interacción; 3) la creación de grupos de investigadores, generalmente procedentes de áreas diversas, que han impulsado el estudio de las relaciones interpersonales (por ejemplo, la International Society for the Study of Personal Relationships, o la International Network on Personal Relationships).

En esta tesis nos hemos querido fijar especialmente en dos aspectos de

las relaciones interpersonales y de la soledad. El primero concierne a la vivencia que hombres y mujeres tienen tanto de las relaciones como de su ausencia (o deficiencias). El segundo se refiere a la dimensión psicosocial de los fenómenos estudiados. La soledad ha sido abordada en numerosas ocasiones desde una perspectiva individualista y de la personalidad, como si se tratara del locus de control interno o de la introversión. Sin embargo, la soledad es un constructo complejo que está determinado por las normas y valores imperantes en un momento social y cultural determinado.

Estos dos aspectos son los que hemos querido reflejar en el título de la tesis: *"Aspectos psicosociales en las relaciones igualitarias: ideología y realidad en el fenómeno de la soledad"*. Al hablar de relaciones igualitarias queríamos señalar que si bien las investigaciones que han tenido como objeto de estudio las diferencias de género han mostrado que la semejanza entre hombres y mujeres superan con creces las diferencias (Wallston & O'Leary, 1981), sin embargo, todavía persisten percepciones y vivencias diferentes en hombres y mujeres en multitud de áreas, especialmente en las que conciernen a las relaciones interpersonales y a la soledad.

Nuestra meta no fue la mera constatación de posibles diferencias entre hombres y mujeres en el fenómeno de la soledad, sino tratar de poner de manifiesto que si existen tales diferencias, éstas son debidas a factores psicosociales y no al hecho de ser hombre o mujer. Esta idea, además, es la que nos permite conectar con el segundo aspecto mencionado en el título de la tesis: al hablar de ideología y realidad queríamos indicar que en buena medida lo que las personas viven y experimentan en lo más profundo de sí y en lo más íntimo de sus relaciones está influido y mediatizado por los ordenamientos sociales en los que están inmersas, ordenamientos a los que hemos querido referirnos con el término "ideología".

Numerosos enfoques teóricos han puesto de manifiesto la vinculación entre relaciones interpersonales y soledad así como la naturaleza psicosocial de esta última. Así por ejemplo, el modelo de Apego y del ciclo vital de Bowlby (1969) señala la necesidad de establecer vínculos estrechos con los demás desde la más tierna infancia, resaltando la importancia de un apego seguro y firme durante la infancia, en la prevención de la soledad adulta (Lobdell & Perlman, 1986; Ainsworth et al., 1978; Shaver & Brennan, 1992).

El modelo cognitivo, por su parte, enfatiza que la soledad se produce cuando el individuo percibe una discrepancia entre el nivel de contacto interpersonal real y el nivel deseado, por tanto, también sitúa el origen de la soledad en el contexto de las relaciones sociales (Perlman & Peplau, 1984). Además, parece claro que el nivel de contacto interpersonal deseado (incluyendo tanto los aspectos cuantitativos como cualitativos) depende, en gran medida, de nuestro contexto social. Piénsese, por ejemplo, en la visión de la soltería existente en nuestro país hace 25 años y en la actualidad.

El estilo atribucional de las personas solitarias también ha sido ampliamente estudiado por dos razones fundamentales: Una, porque estudiar dichos procesos nos permite conocer a qué tipo de causas atribuyen la gente los sucesos que le ocurren en la vida, y dos, porque las atribuciones que la persona realiza tiene consecuencias para ésta en el plano emocional, motivacional y conductual. Por tanto, el estilo atribucional es importante para el desarrollo de los problemas así como para el mantenimiento y solución de los mismos (Weiner, 1974).

En las personas solitarias se da con frecuencia un *estilo atribucional insidioso* que consiste básicamente en atribuir los éxitos a factores externos, específicos e inestables, y atribuir los fracasos a factores internos, globales y

estables (Echebarría, 1994). Este estilo atribucional también denominado *caractereológico* (Janoff-Bulman, 1979), parece además que se aplica fundamental y casi exclusivamente a las situaciones interpersonales (Horowitz, 1979, 1982). El estilo atribucional insidioso también es característico de otras personas, como las depresivas, pero la diferencia está en que la persona solitaria solo hace atribuciones internas y estables de sus fracasos en lo que concierne a la esfera de las relaciones interpersonales, mientras que la persona depresiva utiliza el estilo atribucional insidioso para explicar todos los fracasos de la vida en general (personales, profesionales, sociales, interpersonales, etc.).

Por último, otra óptica desde la que se ha estudiado la soledad y que hemos tratado en el capítulo primero, es la relativa a las necesidades sociales. Desde ésta perspectiva, las relaciones sociales son importantes y beneficiosas para la satisfacción de las necesidades sociales de las personas: apego, oportunidad de crianza, reconocimiento de la valía, integración social, etc. La soledad, por tanto, sería una de las consecuencias de déficits reales en la cantidad de contacto social e intimidad logrados por una persona que no ha podido satisfacer alguna de sus necesidades sociales (Weiss, 1973).

Hemos presentado cuatro investigaciones que tenían como finalidad obtener algunos datos sobre el fenómeno de la soledad en nuestro país, intentado llenar el vacío que sobre el tema existía.

Las dos primeras investigaciones presentadas sobre Percepción de la soledad, iban dirigidas a conseguir dicho objetivo. La tercera y cuarta (Apoyo social y Relaciones interpersonales íntimas, respectivamente) son producto del interés despertado por algunos de los principales resultados obtenidos en las dos primeras investigaciones.

Tipos de personas solitarias

Con la primera investigación (capítulo 3), pretendíamos comprobar cuál era la percepción social que la gente en general tiene de la soledad, más concretamente, de los diferentes tipos de personas que pueden sentirse solas, así como conocer las dimensiones que emplean para definirlas.

El estudio de la soledad ha estado tradicionalmente unido al estudio de ciertos grupos de personas: Solteras (Medora & Woodward, 1986); divorciadas y ancianas (McWhinter, 1990), viudas y separadas (Natale, 1986).

Los resultados obtenidos en nuestra investigación sobre diferentes tipos de personas solitarias ponen de manifiesto que si bien las personas anteriormente mencionadas están en la mente de los participantes en nuestro estudio cuando piensan en la soledad, aparecen además otros tipos de personas que también pueden sentirse solas, como por ejemplo; el estudiante fuera de casa, el ama de casa, el enfermo que se encuentra hospitalizado, el adicto, el preso, el homosexual, por citar algunos. Estos datos corroboran que la soledad es una experiencia universal que puede afectar a personas de cualquier edad y condición social (Bolea, 1986; Marceou & Brumagne, 1985, Rook, 1988).

El análisis de las principales características que los individuos utilizan para describir a las personas solitarias nos ha servido para extraer las dimensiones que subyacen a la percepción de la soledad.

En la literatura sobre el tema se observa cierta tendencia a asociar la soledad, por un lado, con la carencia de la persona solitaria de atributos deseables socialmente (simpatía, atractivo físico, etc.), y por otro, con la posesión de características socialmente indeseables (hostilidad, timidez, falta

de habilidades sociales, etc.) (Lau & Gruen, 1992; Duck et al., 1994; Rotenberg & Kin, 1992). Estas características y otras relativas a la red social de la persona solitaria (por ejemplo, vivir solo, no tener pareja, etc.), han sido las principales características atribuidas a las personas solitarias.

Los resultados de nuestra investigación coinciden en parte con las variables recogidas en la literatura. En los cuatro análisis de escalamiento multidimensional realizados con diferentes submuestras, hemos obtenido repetidamente una solución en dos dimensiones. En general, la dimensión I está determinada por variables de tipo personal y/o individual. Por ejemplo: Situación voluntaria-Situación impuesta; Atractivo físico-Poco atractivo físico; Ve a los demás de forma negativa-Ve a los demás de forma negativa; fundamentalmente. Como recordaremos, Rokach y Brook (1995) definieron estas variables como *caractereológicas*, de manera que si estos factores son negativos podrían dificultar el inicio y mantenimiento de las relaciones satisfactorias y de apoyo necesarias para evitar la soledad.

La dimensión II hace referencia al ámbito relacional de las personas y por tanto incluye variables relativas a las relaciones con los demás. Por ejemplo, las escalas Tiene pareja-No tiene pareja, Convive con otros-Vive completamente solo, Cuenta con Apoyo social-Carece de Apoyo Social, han correlacionado positivamente con esta dimensión.

De esta primera aproximación al estudio de la soledad que hemos realizado, podemos extraer las siguientes conclusiones:

1. Según las percepciones que tenían los estudiantes participantes en la investigación, la soledad puede afectar a cualquier persona, independientemente de su edad, sexo y condición social.

2. El carácter consensual y compartido de los resultados mostrados por los 4 análisis MDS realizados nos indica que la percepción de las personas solitarias se estructura básicamente en torno a una dimensión concerniente a características personales de los individuos y a otra dimensión que tiene que ver con sus relaciones interpersonales.

3. Las creencias que la gente tiene de la soledad no son idiosincrásicas, sino compartidas por quienes viven en una misma cultura, ya sean hombres o mujeres. Parece que existe un discurso social, un sentido común y de las representaciones sociales que determina el modo de ver y entender la realidad que nos rodea (Moscovici, 1984).

En general, las principales variables que subyacen a la percepción que la población estudiada tiene de las personas que pueden sentirse solas son: Vivir la soledad como una situación impuesta, poseer un estatus socioeconómico bajo, ver a los demás de manera negativa, vivir sola, ser físicamente poco atractivo, carecer de apoyo social y no tener pareja.

Estas creencias además, fueron confirmadas por análisis de cluster posteriores que nos permitieron conocer qué estímulos (tipos de personas solitarias) se asociaban en función de su similitud. De este modo, encontramos que en las diferentes submuestras estudiadas se obtuvieron básicamente tres cluster bien diferenciados: Uno, relacionado con el estigma y el consecuente rechazo y distanciamiento social que acarrea la soledad en nuestro país (en este grupo estaban la persona discapacitada, presa, enferma terminal, etc.); un segundo cluster relativo a características de personalidad e individuales de las personas solitarias (Introvertida, extranjera, adolescente, estudiante fuera de casa, etc.), y por último, otro cluster relativo a las relaciones interpersonales estrechas que caracterizan a las personas solitarias (divorciada, viuda, soltera,

separada, fundamentalmente).

La experiencia de la soledad

La segunda investigación llevada a cabo, también de carácter exploratorio y que hemos presentado en el capítulo tercero, ha dado como resultado algunos datos muy interesantes sobre la experiencia de la soledad. Así por ejemplo, entre las diferentes experiencias que las personas pueden vivenciar cuando se sienten solas destacan aquellas que reflejan los dos tipos de soledad definidos por Weiss (1973) como soledad social (ausencia de contacto social en general) y emocional (ausencia de una persona "especial").

Además, cuando la gente se siente sola, suelen experimentar sentimientos de rechazo social, lo cuál pone de manifiesto que efectivamente la soledad, también en nuestra sociedad, acarrea un estigma social (Rook, 1984; Lau & Gruen, 1992; Peplau & Perlman, 1982), además de sentimientos de vacío e inutilidad.

Nuestros resultados coinciden con la taxonomía realizada por Horowitz (1979), para quien cuando las personas se sienten solas experimentan: *sumisión compulsiva* ("Tengo miedo al futuro"), *intimidad inhibida* ("Soy incapaz de comunicar mis sentimientos") y *socialización inhibida* ("Me siento desconectado de los demás"), todas ellas, experiencias relativas al ámbito interpersonal.

En general no se observaron diferencias significativas en las experiencias de soledad de hombres y mujeres, si bien hay que señalar que cuando los hombres se sentían solos se autopercibían de manera negativa en mayor medida de lo que lo hicieron las mujeres. Este dato pone de manifiesto

dos cosas: 1) que la soledad está asociada a un estigma social (Rook, 1984), y 2) que el estigma es más fuerte para los hombres que para las mujeres (Lau & Gruen, 1992; Jones et al., 1981; Borys & Perlman, 1985).

Las causas de la soledad también fueron estudiadas en esta segunda investigación. Los análisis realizados con estas variables nos permiten concluir que existen al menos tres grupos de causas bien diferenciadas a las que las personas atribuyen su soledad:

1. El primero se refiere a relaciones insatisfactorias con los familiares, amigos y pareja, fundamentalmente. Este primer grupo de causas viene a coincidir con las denominadas por Rokach y Brook *Relaciones infructuosas*.

2. Causas relativas a las características de personalidad y/o individuales: estilo atribucional, autoestima, autopercepción en contextos sociales, atractivo físico, etc. Este grupo de causas, coincide con el denominado por Rokach y Brook como *Inadecuación Personal*, y tiene papel determinante en la elicitación y mantenimiento de la soledad.

3. Causas externas a la propia persona solitaria. Por ejemplo, traslados a otro lugar, separación circunstancial de los seres queridos por motivos de trabajo, estudios, etc. Coincide con lo que Rokach y Brook denominaron *Traslado/Separación significativa*.

En general no aparecieron diferencias significativas entre los hombres y mujeres de nuestro estudio en el tipo de causas a las que atribuían su soledad. Sin embargo, se observaron diferencias en algunas causas puntuales. Por ejemplo, las mujeres atribuyen la causa de su soledad más que los varones a cuestiones relativas a problemas con la familia, con la pareja, y con su

autoestima. Los hombres, por el contrario, atribuyeron su soledad en mayor medida que las mujeres a los problemas procedentes de los amigos.

Estos resultados que acabamos de mencionar nos parecen interesantes. A nuestro juicio, en el caso de las mujeres, dado su rol expresivo tradicional, la familia y la pareja es lo que más satisfacción les aporta en la vida, por tanto, si estas facetas no funcionan correctamente o producen insatisfacción, es lógico que la mujer experimente sentimientos de soledad. Además, el hecho de que sea la falta de autoestima, una de las principales causas de su soledad, apoyan la idea de que las mujeres forman su autoconcepto de forma dependiente de los demás, es decir, integrando la satisfacción con los diferentes roles que desempeñan, que habitualmente suelen estar limitados a ser esposa y madre. Por este mismo motivo, los problemas que proceden de estos contextos son los que más contribuyen a su soledad. Por el contrario, los varones han sido socializados para ser socialmente competentes, dada la multiplicidad de roles que desempeñan en la sociedad. Por eso, cuando los problemas surgen es uno de éstos ámbitos, los hombres experimentan la soledad.

Estas diferencias que acabamos de resaltar entre hombres y mujeres sugieren que unos y otras no parecen ser igualmente sensibles a la soledad, o dicho de otro modo, que la mujeres son más susceptibles de experimentar la soledad emocional, mientras que los hombres lo son a experimentar la soledad social (Lau, 1989; Rubenstein & Shaver, 1982; Weiss, 1973).

Este mismo proceso de socialización diferente en hombres y mujeres se pone de manifiesto en las estrategias de afrontamiento para vencer la soledad que ponen en marcha unos y otras. Los hombres en general, utilizan estrategias eficaces de afrontamiento como son: autoensalzamiento (pensar en las cualidades buenas que posee), distracción (ver más televisión) y estrategias

conductuales de solución del problema (practicar algún deporte o hoby). Las mujeres, por su parte utilizan como principales estrategias de afrontamiento la evitación (sigue haciendo sus tareas rutinarias) o la delegación en otros (buscar la solución a sus problemas en la oración; tener fe). Ambas son estrategias ineficaces para la solución de un problema.

Como resultado de esta primera aproximación al estudio de la soledad, y teniendo en cuenta la literatura sobre el tema, consideramos conveniente profundizar en dos aspectos que repetidamente han estado asociados a la soledad: Por un lado, el apoyo social, en el sentido amplio del concepto, por otro, las relaciones interpersonales estrechas e íntimas. Ambos aspectos fueron estudiados detenidamente en sendas investigaciones desarrolladas para tal fin.

Apoyo social y soledad

La relación entre Apoyo Social y soledad ha sido una de las constantes en la literatura sobre el tema que nos ocupa, hasta tal punto que en ocasiones los términos apoyo social y soledad han sido empleados indistintamente. El apoyo social parece tener un papel primordial en el bienestar de las personas contribuyendo a que éstas se sientan integradas socialmente o por el contrario se sientan solas (Peplau & Perlman, 1982).

El principal objetivo de esta investigación, que ha sido presentada en el capítulo cuarto, fue poner de manifiesto que si bien el apoyo social y la soledad estaban relacionados entre sí, en tanto en cuanto ambos hacen referencia a la esfera relacional, se trata de conceptos bien diferentes.

Los datos resultantes de la investigación han confirmado nuestra hipótesis, de modo que cuanto menor es el apoyo social que la persona recibe

y la satisfacción con el mismo, mayor es el sentimiento de soledad. No obstante, las correlaciones moderadas obtenidas ponen de manifiesto la independencia de ambos constructos.

Por otro lado, la naturaleza multidimensional del Apoyo Social ha llevado a considerar el hecho de que cada una de las diferentes dimensiones que lo componen tendrá un efecto específico en el bienestar de las personas. Concretamente, la dimensión referida a la calidad o satisfacción con el apoyo social recibido ha aparecido como la variable que más influye en el bienestar (Barrera, 1981; Dunkel-Schetter et al., 1992).

Los resultados de nuestra investigación apoyan esta nueva tendencia al mostrar que la relación más fuerte con la soledad se obtiene cuando se consideran los aspectos cualitativos del Apoyo social, esto es, la satisfacción con el apoyo social recibido.

Cuando hablamos de Apoyo social, lo hacemos con frecuencia pensando en un fenómeno unitario. Sin embargo, existe un amplio consenso en admitir la existencia de al menos tres tipos de apoyo social diferentes: emocional, informacional e instrumental (Martínez et al., 1988), o cuatro, incluyendo el apoyo de tipo empático (Dunkel-Schetter et al., 1990). Si bien cada uno de los diferentes tipos de apoyo social pueden ejercer una influencia en nuestro bienestar, lo cierto es que la literatura sobre el tema ha resaltado que es el apoyo social de tipo emocional y empático el que mayor relación tienen con la soledad (Jones et al., 1981). Esta mayor relación entre el apoyo de tipo emocional y empático con la soledad también ha sido encontrada en nuestra investigación.

Además, un elemento importante a tener en cuenta en el estudio del Apoyo social son las diferentes fuentes que suministran los tipos de apoyo

social. Si cada tipo de apoyo ejerce una influencia específica en el bienestar de las personas, y dado que es probable que los diferentes tipos sean proporcionados por las diversas fuentes en grado diferente, entonces la fuente de la que se recibe el apoyo también ejercerá algún tipo de influencia en el receptor del apoyo social.

Los resultados obtenidos ponen de manifiesto que las fuentes que mayor relación tienen con la soledad son precisamente aquellas con las que mantenemos una relación más estrecha: la familia y los amigos. Estos resultados van en la línea de los encontrados por otros autores (Berg & Piner, 1989; Jones et al., 1981; Perlman & Peplau, 1982) quienes encontraron que las interacciones con los amigos íntimos era capaces de satisfacer una serie de necesidades y aportar distintos tipos de apoyo social en mayor medida que cualquier otra fuente de apoyo.

Sin embargo, hay un resultado que no coincide con los obtenidos por la mayoría de los estudios sobre el tema, y que no deja de ser un tanto sorprendente, y es el hecho de que el apoyo social procedente de la pareja no pareció ser tan importante en la soledad de las personas como el procedente de la familia o los amigos. Una explicación que se nos ocurre de este resultado sería que la población estudiada no tuviera una relación de pareja lo suficientemente sólida y estable aún como para incluirla como una relación de apoyo.

Nuestros resultados han mostrado claramente que no cualquier tipo de apoyo social está relacionado con la soledad, sino básicamente los de tipo emocional y empático. Asimismo, los resultados también han mostrado que las personas experimentan soledad cuando no reciben apoyo de aquellas fuentes suministradoras con las que uno tienen una relación más estrecha (si uno no

recibe apoyo de un desconocido lo que experimenta es cualquier otro estado negativo, pero no soledad). Dado que estos dos resultados enfatizan la importancia de la dimensión cualitativa en la relación entre apoyo social y soledad, parece lógico pensar que el apoyo social ejercerá un efecto mayor en la soledad de tipo emocional que en la de tipo social.

Si bien es cierto que en términos globales no hubo diferencias significativas, las correlaciones halladas entre las diferentes medidas de apoyo social y soledad fueron relativamente más altas cuando se trataba de soledad emocional que cuando se trataba de soledad social.

De la misma manera que la relación entre soledad y apoyo social difiere dependiendo de qué aspectos del apoyo social y de qué tipo de soledad consideremos, también esta relación se ve modulada por el sexo de quien recibe el apoyo social (Dunkel-Schetter, 1990).

Los resultados de muestra investigación ponen de manifiesto que: 1) la satisfacción con el apoyo social en general influye más en la soledad de las mujeres que en la de los hombres; 2) la soledad de hombres y de mujeres depende de aspectos diferentes del apoyo social.

Concretamente, el mejor predictor de la soledad de los varones fue la satisfacción con el apoyo recibido de tipo informativo, seguido de la satisfacción con el apoyo recibido de tipo emocional. En cambio, el único predictor de la soledad de las mujeres fue la satisfacción con el apoyo recibido de tipo empático.

En nuestra opinión, estas diferencias no pueden ser explicadas por razones puramente biológicas, sino más bien debemos considerarlas como la

consecuencia de un proceso de interiorización de los roles y estereotipos de género tradicionales que cristalizan en lo que se denomina identidad de género. Los hombres son socializados para ejercer el control y ser dominantes, las mujeres para prestar apoyo y cuidar del varón. No es extraño, por tanto, que cuando el hombre no está satisfecho con el apoyo emocional (recibir cariño y cuidado) se sienta abandonado o solo. La mujer, por el contrario, dado su rol expresivo, lo que más necesita de los demás es que la escuchen y comprendan (apoyo empático).

El resultado de que la variable que mejor predecía la soledad de los hombres fuera la satisfacción con el apoyo social informativo nos parece en principio sorprendente. No obstante, a nuestro juicio refleja la importancia que los hombres otorgan a las relaciones con los demás y al dominio en general de la situación. Recordemos que el contenido de los items que hacían referencia al apoyo informativo se refería a información relativa a qué carrera seguir, si aceptar o no un determinado trabajo, un conflicto con otra persona, el inicio de una relación, preocupación por las opiniones de los demás, etc. Este resultado confirma el argumento expresado más arriba en el que hacíamos referencia a la importancia que en el rol tradicional masculino tiene "ser competente", para lo cuál, estar informado es un requisito necesario.

Relaciones interpersonales íntimas y soledad

Si tal y como se ha puesto de manifiesto a lo largo de la última investigación presentada, el apoyo social que mayor influencia tiene en la soledad de las personas es el apoyo de tipo emocional y empático, y dicho apoyo se recibe fundamentalmente de aquellas fuentes con las que mantenemos una relación más estrecha, parece obvio que un contexto ideal en el que estudiar la soledad es en el de las relaciones interpersonales estrechas e íntimas, más

concretamente, en las relaciones de pareja.

Tal y como ya hemos comentado, uno de los factores que ha contribuido al estudio de la soledad ha sido la importancia, cada vez mayor, que en la actualidad se otorga a las relaciones interpersonales estrechas. Han sido numerosos los estudios que han resaltado el papel primordial que juegan este tipo de relaciones en la vida de una persona (Klinger, 1977; Campbell et al., 1976; Thornton & Freedman, 1982) así como en su ajuste personal (Pierce et al., 1991; Brown, Blrolchain & Harris, 1975; Husaini et al., 1982). Especial importancia se le ha concedido al hecho de tener una pareja romántica (Cutrona, 1989).

Los datos obtenidos en nuestros estudios exploratorios también confirman dicha relevancia, ya que como recordaremos, la falta de relaciones sentimentales ha sido una de las constantes causas atribuidas a la soledad. Además, otros autores también han encontrado resultados semejantes. Por ejemplo, Russell et al., (1984) encontraron que las personas que no tenían pareja se sentían más solas que las que sí la tenían.

No obstante, aunque tener una relación íntima se convierte en una condición importante para prevenir la soledad, parece que lo más importante es la calidad de la relación que uno mantiene. De hecho, existe evidencia empírica que indica que los conflictos interpersonales juegan un papel sustancial en el ajuste personal, especialmente en la soledad de las personas (Hobfoll & London, 1986; Pagel et al, 1987; Rook, 1984; Stephens et al., 1987). En ocasiones, quienes están cerca de nosotros, unas veces nos producen una gran satisfacción y otras, un gran dolor.

La realidad cotidiana muestra que existen muchas personas que están

emparejadas y se sienten solas, de la misma manera que existen personas que no tienen pareja, y que no se sienten solas. Por esta razón, es necesario señalar, al igual que hiciéramos con el Apoyo Social, que estamos ante dos caras de una misma moneda. Por un lado está el aspecto cuantitativo (tener una pareja, pasar tiempo con esa persona, influir en su vida y ser influido por ella, etc.) y por otro, el aspecto cualitativo (sentirse satisfecho con la relación, que ésta tenga calidad, etc.). Aunque ambos aspectos de las relaciones, también denominadas dimensiones de *interdependencia* y *calidad*, respectivamente, influyen de forma diferente en la percepción que tenga la persona de la relación (Hinde, 1997), lo cierto es que las investigaciones han mostrado que uno de los principales causantes de la soledad es la satisfacción con la relación (Reis et al., 1983).

Los análisis llevados a cabo en nuestra cuarta investigación han puesto de manifiesto que la dimensión calidad (o satisfacción con la relación de pareja) influye significativamente más en los sentimientos de soledad de los participantes que la dimensión interdependencia. Esta mayor relación se da especialmente cuando se trata de la soledad de tipo emocional.

Como hemos comentado en los capítulos introductorios, las relaciones que mantenemos con los demás nos brindan la oportunidad de satisfacer algunas necesidades sociales básicas, y las relaciones más íntimas o estrechas, nos dan la oportunidad de satisfacer la necesidad de un apego seguro, de intimidad y el sentido de pertenencia (Murray, 1938). De alguna forma, las relaciones estrechas que mantenemos cuando somos adultos son en gran medida un reflejo y prolongación del sistema de apego que mantuvimos en la infancia con nuestros padres (Hazan & Shaver, 1990). Por tanto, si estas relaciones no son satisfactorias, experimentaríamos lo que Weiss denominó la soledad como *angustia de separación*, refiriéndose a la soledad como experiencia emocional (Weiss, 1973).

A pesar de que los resultados no han sido en ocasiones tan robustos como esperábamos, podemos decir que si bien la dimensión interdependencia no influyó de manera diferente en la soledad social de hombres y mujeres, la dimensión calidad de la relación sí contribuyó más a la soledad emocional de las mujeres que a la de los hombres. Una prueba de que estas diferencias entre hombres y mujeres no se deben tanto a las diferencias biológicas entre los sexos, sino a las diferencias de género, está en el hecho de que cuando consideramos la identidad de género de los participantes, encontramos una relación significativa entre calidad de la relación y soledad emocional, solamente en aquellas personas altas en feminidad.

A modo de resumen, quisiéramos resaltar que cuando consideramos las variables relativas a la relación de pareja, las personas solitarias se diferencian de las no solitarias solamente en la dimensión calidad o satisfacción con la relación de pareja. Cuando consideramos otras variables que no están directamente relacionadas con la relación de pareja, las personas que se sienten más solas son aquellas que poseen menor autoestima y un autoconcepto femenino. En el caso de este último grupo, se ha puesto de manifiesto que las personas con un autoconcepto femenino son más susceptibles de experimentar la soledad, precisamente porque sus expectativas de intimidad son mayores y por tanto, también mayor es la probabilidad de ser decepcionado (Borys & Perlman, 1985).

Por lo que respecta a la autoestima, la literatura sobre soledad señala que existe una relación inversa entre ambas (Borys & Perlman, 1985; Peplau & Perlman, 1985). El papel de la autoestima es doblemente importante, ya que por un lado refleja la evaluación que hacemos de nosotros mismos (positiva versus negativa) y por otro, esta autoevaluación repercute en la evaluación que hacemos de los demás (positiva versus negativa), incluidos aquellos con los que

mantenemos relaciones estrechas. En opinión de Griffin y Bartholomew (1994), estas dos dimensiones evaluativas (autoevaluación y evaluación de los otros) conforman el sentido de valía de la propia persona y la percepción que se tiene de los demás. Así pues, una persona con una imagen positiva de sí misma tiende a asumir que los demás le responderán positivamente; la persona espera ser tratada bien por los demás y por esa misma razón se sentirá cómoda y relajada en una relación íntima. Por el contrario, una imagen negativa de sí misma está asociada a una expectativa de que los demás le rechazarán, por tanto, las relaciones íntimas tienden a suscitar sentimientos de ansiedad y dependencia que suelen acabar convirtiéndose en relaciones poco satisfactorias.

Las personas con una imagen positiva de los demás esperan que éstos estén disponibles para prestarle apoyo cuando lo necesiten, por lo que sus relaciones sociales en general y sus relaciones íntimas tienden a ser mantenidas de manera duradera (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991).

Valoración Final

Soy consciente de que la elaboración de esta tesis cuenta con algunas insuficiencias y limitaciones. A mi juicio, una de las fundamentales deriva de la ausencia de elaboraciones teóricas sólidas y ampliamente aceptadas por quienes trabajan en esta línea de investigación. Dada esta circunstancia y, dado también que en nuestro país la investigación sobre relaciones interpersonales y soledad apenas existe, la pretensión ha sido desde un primer momento diseñar investigaciones exploratorias que permitieran obtener los datos necesarios para el estudio de la soledad. Soy consciente de que se han dejado de lado algunas cuestiones importantes, y algunas variables no han sido estudiadas, así como de que algunas variables extrañas han escapado al control influyendo en algunos

resultados.

No obstante, he tratado de superar estas limitaciones construyendo instrumentos de medida muy amplios, que incluyeran una gran variedad de variables y estudiando muestras lo suficientemente numerosas y heterogéneas como para que pudieran ser lo más representativas posibles.

A pesar de estas limitaciones, pienso que las investigaciones incluidas en esta tesis pueden ser de cierta utilidad, en primer lugar, porque aportan una serie de datos sobre el estado actual de la experiencia de la soledad en nuestro país, sus antecedentes y sus consecuencias, abriendo de esta manera paso a posibles investigaciones, que sin duda sucederán a esta. En segundo lugar, porque su realización me ha permitido iniciarme en la utilización de diversas técnicas y diseños de investigación, lo cual considero sumamente beneficioso para mi formación.

He de reconocer las dificultades tenidas al recoger datos sobre aspectos tan personales como los sentimientos de soledad, las relaciones que las personas mantienen con los demás, y especialmente al recabar información sobre la propia relación de pareja, temas sobre los que la gente no suele hablar. En cualquier caso, quisiera reiterar aquí mi agradecimiento, por la colaboración recibida, a todas las personas que han contestado pacientemente cuestionarios a veces interminables.

Personalmente, he de expresar mi satisfacción por el resultado final de esta tesis, a la que considero simplemente como el comienzo de una línea de investigación que me apasiona y a la que pienso dedicar mi esfuerzo y mi tiempo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABELSON, R.P. & SERMAT, V. (1962). Multidimensional scaling of facial expressions. *Journal of Personality and Social Psychology,* 63, 546-554.

ACITELLI, L.K. & YOUNG, A.M. (1996). Gender and thought in relationships. En G.J.O. Fletcher & J. Fitness: *Knowledge structure and interaction in close relationships.* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc. pp: 147-168.

AIDA, Y. & FALBO, R. (1991). Relationships between marital satisfaction, resources and power strategies. *Sex roles,* 24, 43-56.

AINSWORTH, M.D.S., BLEHAR, M.C., WATERS, E. & WALL, S. (1978). *Patterns of attachment.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

ANDERSEN, S.M. & BEM, S.L. (1981). Sex typing and androgyny in dyadic interaction: Individual differences in responsiveness to physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology,* 41, 74-86.

ANDERSON, C.A., MILLER, W.S., RIGER, A.L., DILL, J.D. & SEDIKIDES, C. (1994). Behavioral and charactereological attributional styles as predictors of depression and loneliness: Review, refinement and test. *Journal of Personality and Social Psychology,* 66, (3), 549-558.

ANDERSON, C.A., HOROWITZ, L.M. & FRENCH, R. (1983). Attributional style of lonely and depressed people. *Journal of Personality and Social Psychology,* 45, 127-136.

ANDREWS, F.M. & ROBINSON, J.P. (1991). Measures of subjetive well-being. En J.P. Robinson et al. (Eds.): *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes.* San Diego: Academic Press.

ARABIE, P., CARROLL, J.D. & DE SARBO, W. (1987). *Three-way scaling and clustering.* Newbury Park, CA: Sage.

ARCE, C. (1989a). Tres notas sobre el análisis de datos en psicología. En Cognición e Inteligencia. Libro homenaje al profesor Yela. Citado en Rodriguez et al. (1991). Estereotipos regionales y nacionales: del conocimiento individual a la sociedad pensante. *Revista de Psicología Social,* 6, (1), 7-21.

ARCE, C. (1989b). Escalamiento multidimensional. En J. Arnau (Comp.): Métodos y técnicas de análisis de datos en ciencias del comportamiento. Citado en Rodriguez et al. (1991). Estereotipos regionales y nacionales: del conocimiento individual a la sociedad pensante. *Revista de Psicología Social,*

6, (1), 7-21.

ARCE, C., SEOANE, G. & VARELA, J. (1989). Modelos básicos en Escalamiento multidimensional. *Psicología*, 10, 35-48.

ASHER,S.R., HYMEL,S. & RENSHAW,P.D. (1984). Loneliness in children. *Child Development*, 55, 1456-1464.

AUSTIN, B.A. (1983). Factorial structure of the UCLA Loneliness Scale. *Psychological Reports*, 53, 883-889.

BARASH, D.P. (1977). *Sociobiology and behavior*. Nueva York: Elsevier.

BARNETT, R.C., MARSHALL, N.L., RAUDENBUSH, S.W. & BRENNAN, R.T. (1993). Gender and the relationship between job experiences and Psychological distress: A study of Dual-Earner couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, (5), 794-806.

BARON, R.S. & BYRNE, D. (1997). *Social Psychology*. Allyn and Bacon.

BARRERA, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.

BARRERA, M. (1981). Social support in the adjustment of pregnant adolescents: assessment issues. En B.H. Gottlieb (Ed.): *Social networks and social support*. Beverly Hills, CA: Sage. pp: 161-196.

BAUMEISTER, R.F. & LEARY, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, (3), 497-529.

BEJAR, H. (1993). *La cultura del yo*. Madrid: Alianza Editorial.

BELL, B. (1993). Emotional loneliness and the perceived similarity of one's ideas and interests. *Journal of Social Behavior and Personality*, 8, (2), 273-280.

BELL, R.A. (1985). Conversational involvement and loneliness. *Communication monographs*, 52, 218-235.

BERG, S., MELLSTROMÖM, D. PRESSON, G. & SVANBORG, A. (1981). Loneliness in the Swedish aged. *Journal of Gerontology*, 36, 342-349.

BERG, J.H. & PINER, K.E. (1989). Social networks, social support, and

loneliness. Manuscrito no publicado, Universidad de Mississippi. Citado en S. Duck: *Personal Relationship and Social Support*. Londres: Sage Publications.

BERG, S. & JOHANSSON, B.E.A. (1978). Det sociala nätverket, en viktig factor för äldreomsorgen. Socialmedicinsk tidskrift 55: 579-83. Citado en Tornstam, L. (1992). Loneliness in marriage. *Journal of Social and personal relationships*, 9, 197-217.

BERG, J.H. & PINER, K.E. (1990). Social Relationships and the lack of Social Relationships. En S. Duck: *Personal Relationship and Social Support*. Londres: Sage Publications.

BERG, J.H. & PEPLAU, L.A. (1982). Loneliness: the relationship of self-disclosure and androgyny. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 624-30.

BERG, J.H. & MCQUINN, R.D. (1989). Loneliness and aspects of social support networks. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 359-71.

BERG, J.H. (1984). The development of friendship between roommates. *Journal of Personality and Social psychology*, 46, 346-356.

BERKMAN, L. & SHYME, L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine year follow-up study of Alameda County residents. *American Jorunal of Epidemiology*, 109, 186-204.

BERKMAN, L.F. (1985). The relationship of social networks and social support to morbidity and mortality. En S. Cohen & L. Syme: *Social support and health.* Nueva York: Academic Press.

BERSCHEID, E., SNYDER, M. & OMOTO, A.M. (1989). The relationship Closeness Inventory: Assessing the closeness of interpersonal relationships. *Journal of Personality and Social Psuchology*, 57, (5), 792-809.

BLASCOVICH, J. & TOMAKA, J. (1991). Measures of self-esteem. En J.P. Robinson et al. (Eds.): *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes*. San Diego: Academic Press.

BOLEA, A.S. (1986). Treating loneliness in children. En S.M. Natale (Ed.): *Psychotherapy and the lonely patient*. Nueva York: Haworth. pp:15-28.

BORYS, S. & PERLMAN, D. (1985). Gender differences in loneliness. *Personality ans Social Psychology Bullettin*, 11, 63-74.

BOWLBY, J. (1988). *A secure base: Parent-Child attachment and healthy human development.* Nueva York: Basic Books.

BOWLBY, J. (1969). *Attachment and loss: Vol 1. Attachment.* Nueva York: Basis Books.

BOWLBY, J. (1973). *Attachment and loss: Vol 2. Separation anxiety and anger.* Nueva York: Basis Books.

BRENNAN, T. (1982). Loneliness in adolescence. En L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York: John Wiley.

BRUNER, J. & TAGIURI, R. (1954). The perception of people. En G. Lindzey (Ed.): *Handbook of Social Psychology,* Vol. 2. Cambridge: Addison-Wesley.

BRUNER, J.S. (1958). Social psychology and perception. En E.E. Maccoby et al. (Eds.): *Readings in Social Psychology.* Nueva York: Holt, Rinehart & Winston.

BURGOON, J.K. & KOPER, R.J. (1984). Nonverbal and relational communication associated with reticence. *Human Communication Research*, 10, 601-626.

BUSH, L.E. (1973). Individual differences multidimensional scaling of adjectives denoting feeling. *Journal of Personality and Social Psychology,* 25, 50-57.

BYRNE, D, NELSON, D. & REEVES, K. (1966). Effects of consensual validation and invalidation on attraction as a function of verifiability. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2, 98-107.

BYRNE, D. (1961). Interpersonal attraction and attitude similarity. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 62, 713-715.

BYRNE, D. (1962). Response to attitude similarity-dissimilarity as a function of affiliation need. *Journal of Personality*, 30, 164-177.

CALDWELL, M.A. & PEPLAU,L.A. (1982). Sex differences in same-sex friendships. *Sex Roles*, 8, 721-732.

CAMACHO, J. & HERNÁNDEZ, B. (1988). Introducción al escalamiento multidimensional y sus aplicaciones en Psicología Ambiental. En F.J. Burillo

& J.I. Aragonés (Comp.): *Introducción a la Psicología Ambiental.* Madrid: Alianza Psicología. pp: 370-382.

CAMPBELL, A., CONVERSE, P.E. & RODGERS, W.L. (1976). *The quality of American life.* Nueva York: Russell Sage Foundation.

CANTOR, N. & MISCHEL, W. (1979B). Prototypes in person perception. En L. Berkowitz (Ed.): *Advances in Experimental Social Psychology,* Vol 2. Nueva York: Academic Press.

CLARK, M.S., OUELLETTE, R., POWELL, M.C. & MILBERG, S. (1987). Recipient's mood, relationship type, and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 94-103.

COBB, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-313.

COHEN, S. & ASHBY, T. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin,* 98, (2), 310-357.

COHEN, S., SHERROD, D.R. & CLARK, M.S. (1986). Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 963-973.

COLLIN, N.L., DUNKEL-SCHETTER, C., LOBEL, M. & SCRIMSHAW, S.C.M. (1993). Social Support in Pregnancy: Psychosocial correlates of birth outcomes and postpartum depresion. *Jounal of Personality and Social Psychology,* 65, (6), 1243-1258.

COON, C.S. (1946).The universality of natural groupings in human societies. *Journal of Educational Sociology*, 20, 163-168.

COWAN, P.A. & COWAN, C.P. (1988). Changes in marriage during the transition to parenthood: must we blame the baby? En G.Y. Michaels & W.A. Goldberg (Eds.): *The transition to parenthood: current theory and research.* Nueva York: Cambridge University Press. pp: 114-154.

CUTRONA, C.E. & RUSSELL, D.W. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. En W.H. Jones and D. Perlman (Eds.): *Advances in personal relationships,* Vol.1. Greenwich, CT: JAI Press. pp:37-67.

CUTRONA, C.E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of adjustment. En A. Peplau & D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of*

current theory, research, and therapy. Nueva York: Wiley-Interscience. pp: 291-309.

CHECK, J. & BUSCH, C.K. (1981). The influence shyness and loneliness in new situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 572-577.

DAVISON, M.L. & JONES, L.E. (1976). A similarity-attraction model for predicting sociometric choice from perceived group structure. *Journal of Personality and Social Psychology,* 33, 601-612.

DEAUX, K. (1976). *The behavior of women and men.* Belmont, CA: Brooks/Cole.

DE JONG-GIERVELD, J. & VAN TILBURG, T. (1990). Manual of the loneliness scale. Vrije Universiteit Amsterdam Koningslaan 22-24, 1075 AD Amsterdam, The Netherlands.

DE JONG-GIERVELD, J. & KAMPHUIS, F. (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement,* 9, 289-299.

DE JONG-GIERELD, J. & RAADSCHELDERS, J. (1982). Types of loneliness. En L.A. Peplau y D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York: John Wiley.

DE MIGUEL, A. (1994). *La sociedad española 1993-94: informe sociológico de la Universidad Complutense.* Madrid: Alianza.

DERLEGA, V.J. & MARGULIS, S.T. (1982). Why loneliness occurs: the interrelationship of social-psychological and privacy concepts. En L.A. Peplau and D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A soucebook of theory, research, and therapy.* Nueva York: Wiley. pp:152-65.

DUCK, S.; POND, K. & LEATHAM, G. (1994). Loneliness and evaluation of relational events. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 253-276.

DUCK, S.W. (1975). Personality similary and friendship choice by adolescents. *European Journal of Social Psychology*, 5, 351-365.

DUNKEL-SCHETTER, C., KEMENY, M. (1994). The multidimensional nature of Received Social Support in gay men at risk of HIV infection and AIDS. *American Journal of Community Psychology,* Vol. 22, (3), 319-339.

DUNKEL-SCHETTER, C. & BENNETT, T.L. (1990). Differentianting the

cognitive and behavioral aspects of social support. En B.R. Sarason, I.G. Sarason & G.R. Pierce (Eds.): *Social support: An interactional wiew*. Nueva York: Wiley. pp: 267-296.

DUNKEL-SCHETTER, C., FEINSTEIN, L. & CALL, J. (1986). *UCLA Social Support Questionnaire*. University of California, Los Angeles.

DUNKEL-SCHETTER, C., BLASBAND, D.E., FEINSTEIN, L.F. & HERBERT, T.B. (1992). Elements of supportive interactions: When are attempts to help effective?. En S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.): *Helping and being helped in the real world*. Newbury Park, CA: Sage.

ECHEBARRÍA, A. (1994). Sesgos atribucionales. En F. Morales y otros: *Psicología Social*. Madrid: Mc Graw Hill.

EDDY, P.D. (1961). Loneliness: A discrepancy within the phenomenological self. Tesis doctoral no publicada. Adelphi College, Garden City, Nueva York. Ciatdo en J. Robinson et al (1991) (Eds.): *Measures of personality and social psychological attitudes,* Vol.1, San Diego: Academic Press. pp: 195-281.

EXPÓSITO, F. & MOYA, M.C. (1993). Validación de la UCLA Loneliness Scale en una muestra española. En F. LosCertales Abril y M. Marín Sánchez (Comp.): *Dimensiones psicosociales de la Educación y de la Comunicación*. Sevilla, Eudema. pp:355-364.

FALBO, T. & BECK, R.C. (1979). Naive psychology and the attributional model of achievement. *Journal of Personality*, 47, 185-195.

FEENEY, J.A. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life-cycle of marriage. *Personal Relationships,* I, 333-348.

FESTINGER, L., SCHACHTER, S. & BACK, K. (1950). *Social pressures in informal groups: A study of a housing community*. Palo Alto, CA: Stanford University Press.

FINCHAM, F.D. & BRADBURY, T.N. (1987). The assessment of marital quality: a revaluation. *Journal of Marriage and the Family,* 49, 797-809.

FINCHAM, F.D., BEACH, S.R., & BAUCOM, D.H. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: 4. Self-partner attribution differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 739-748.

FORGAS, J.P. (1978). Social episodes and social structure in an academic setting: the social environment of an intact group. *Journal of Experimental Social Psychology,* 14, 434-448.

FORGAS, J.P. (1985). Person prototypes and cultural salience: The role of cognitive and cultural factors in impression formation. *British Journal of Social Psychology,* 24, 3-17.

FORGAS, (1979). Multidimensional Scaling: A discovery method in Social Psychology. En G.P. Ginsburg: *Emerging strategies in Social Psychology.* Londres: John Wiley and Sons. pp: 253-288.

FORGAS, J.P., KAGAN, C.M. & FREY, D. (1977). The cognitive representation of political personalities: a cross-cultural comparison. *International Journal of Psuchology*, 12, 19-30.

FOWERS, B.J. (1991. His and her marriage: a multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles,* 24, 209-221.

FRANZOI, S.L. & DAVIS, M.H. (1985). Adolescent self-disclosure and loneliness: Private self-consciousness and parental influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 768-780.

FREUD, S. (1930/1973). *El malestar en la cultura.* Madrid: Biblioteca Nueva.

GERSON, A.C. & PERLMAN, D. (1979). Loneliness and expressive communication. *Journal of Abnormal Psychology,* 88, 258-261.

GOTTIEBS, B.H. (1981). *Social networks ans social Support.* Beverly Hills, CA: Sage.

GULDNER, G.T. & SWENSEN, C.H. (1995). Time spent together and relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationship,* 12, 313-320.

HACKEL, L.S. & RUBLE, D.N. (1992). Changes in the marital relationship after the first baby is born: predicting the impact of expectancy disconfirmation. *Journal of Social and Personal Relationship,* 62, 944-957.

HAYS, R.D. & DIMATTEO, M.R. (1987). A short-form measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 51, 69-81.

HAYS, R.B. (1984). The development and maintenance of friendship. *Journal of Social and Personal Relationships,* 1, 75-97.

HAZAN, C. & SHAVER, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry,* 5, 1-22.

HEATON, T.B. & ALBRECHT, S.L. (1991). Stable unhappy marriages. *Journal of Marriage and the Family,* 53, 747-758.

HEIDER, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations.* Nueva York: John Wiley & Sons.

HINDE, R.A. (1979). *Towards understanding relationships.* Londres: Academic Press.

HOJAT, M. (1982). Psychometric characteristics of the UCLA Loneliness Scale: A study with Iranian college students. *Educational and Psychological Measurement*, 42, 917-925.

HOJAT, M. & CRANDALL, R. (Eds.) (1989). *Loneliness: Theory, research, and applications.* San Rafael, CA: Select Press.

HOJAT, M. (1982). Loneliness as a function of selected personality variables. *Journal of Clinical Psychology,* 38, 137-141.

HOOVER, S., SKUJA, A. & COSPER, J. (1979). Correlates of college students's loneliness. *Psychological Reports,* 44, 1116.

HOROWITZ, L.M., FRENCH, R. & ANDERSON, C.A. (1982). The prototype of a lonely person. En L. Peplau & Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York: Wiley-Interscience.

HOROWITZ, L. & FRENCH, R.S. (1979). Interpersonal problems pf people who describe themselves as lonely. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 47, (4), 762-764.

HOROWITZ, L. (1979). On the cognitive structure of interpersonal problems treated in psychology. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 47, 5-15.

HOUSE, J.S. & KAHN, R.L. (1985). Measures and concepts of social support. En S. Cohen & L. Syme (Eds.): *Social support and health.* Nueva York: Academic Press. pp: 83-108.

HUYCK, M.H. & HOYER, W.J. (1982). *Adult development and aging.* Belmont, CA: Wadsworth.

ICKES, W. (1985). Sex-role influences on compatibility in relationships. En W. Ickes (Ed.): *Compatible and incompatible relationships.* Nueva York: Springer-Verlag. pp: 187-208.

ICHEISER, G. (1970). *Appearances and realities.* San Francisco: Jossey-Bass.

INGLEHART, R. (1977). *The silent revolution. Changing values and Political styles among Western Publics.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

INSTITUTO DE LA MUJER (1992). *La mujer en cifras.* Madrid

JACKSON, D.N., MESSICK, S. & SOLLEY, C.M. (1957). A multidimensional scaling approach to the perception of personality. *Journal of Psychology*, 44, 311-318.

JANIGIAN, A.S., PALOUTZIAN, R.F. & THOMPSON, S.C. (1986). Is loneliness a discrepancy between what one wants and what one gets?. Comunicación presentada en la Second National Conference on Social Stress Research, Durham, NH. Citado en M. Hojat & R. Crandall (Eds.) (1989): *Loneliness: Theory, research, and applications.* San Rafael, CA: Select Press. pp: 26-36.

JANOFF-BULMAN, R. (1979). Characterological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality ans Social Psychology,* 37, 1798-1809.

JOHNSON, M.P. (1982). Social and cognitive features of the dissolution of commitment to relationships. En S. Duck: *Personal relationships, 4: dissolving personal relationships.* Londres: Sage.

JONES, W.H., FREEMAN, J.E. & GOSWICK, R.A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality,* 49, 27-48.

JONES, R.A. & ROSENBERG, S. (1974). Structure representations of naturalistic descriptions of personality. *Multivariate Behavioural Research*, 9, 217-230.

JONES, W.H. (1981). Loneliness and social contact. *Journal of Social Psychology,* 113, 295-296.

JONES, R.A. & ASHMORE, R.D. (1973). The estructure of intergroup perception: Categories and dimensions in views of ethnic group and adjectives used in stereotype research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 25,

428-438.

JONES, W.H. (1987). Research and Theory on loneliness: A response to Weiss's Reflections. En M. Hojat & R. Crandall (Eds.): *Loneliness: Theory, research and applications*. Newbury Park. CA: Sage.

JONES, W.H., CARPENTER, B.N. & QUINTANA, D. (1985). Personality and interpersonal predictors of loneliness in two culture. *Journal of Personality and Social Psychology,* 48, 1503-1511.

JONES, W.H. & MOORE, T.L. (1987). Loneliness and social support. *Journal of Social behavior and Personality,* 2, 145-56.

JONES, W.H. (1985). The psychology of loneliness: some personality issues in the study of social support. En I.G. Sarason y B.R. Sarason (Eds.): *Social support: theory, research, and applications.* The Hague: Martinus Nijhoff. pp: 223-40.

JONES, L.E. & YOUNG, F.W. (1972). Structure of a social environment: longuitudinal individual differences scaling of an intact group. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 108-121.

JONES, W.H., HOBBS, S.A. & HOCKENBURY, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 682-689.

JONES, H.W., SANSONE, C. & HELM, B. (1983). Loneliness and interpersonal judgments. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 9, 437-441.

KAKAHI, W.R. & DURAN, R.L. (1982). All the lonely people: The relationship among loneliness, communicative competence and communication anxiety. *Communication Quarterly*, 30, 203-209.

KANIASTY, K. & NORRIS, F.H. (1992). Social support and victims of crime: Matching event, support, and outcome. *American Journal of Community Psychology,* 20, 211-241.

KELLEY, D.L. & BURGOON, J.K. (1991). Understanding marital satisfaction and couple type as function of relational expectations. *Human Communication Research,* 18, 40-69.

KELLEY, H.H., BERSCHEID, E., CHRISTENSEN, A., HARVEY, J.H., HUSTON, T.L., LEVINGER, G., McCLINTOCK, E., PEPLAU, L.A. &

PETERSON, D.R. (1983). *Close relationships*. Nueva York: Freeman.

KELLY, G. A. (1969). Ontological acceleration. En B. Maher (Ed.): *Clinical Psychology and Personality: The Collected Papers of George Kelley.* Nueva York: Wiley.

KIECOT-GLASER, J.K., GARNER, W, SPEICHER, C., PENN, G.M., HOLLIDAY, J. & GLASSER, R. (1984). Psychosocial modifiers of immunocompetence in medical students. *Psychosomatic Medicine,* 46, 7-14.

KIECOT-GLASER, J.K., RICKER, D., GEORGE. J., MESSICK, G., SPEICHER, C.E., GARNER, W. & GLASSER, R. (1984). Urinary cortisol levels, cellular immunocompetency, and loneliness in psychiatric inpatients. *Psychosomatic Medicine,* 46, 15- 23.

KIM, M.P. & ROSENBERG, S. (1980). Comparison of two structural models of implicit personality theory. *Journal of Personality and Social Psychology,* 38, 375-389.

KING, L.A. (1993). Emotional expression, ambivalence over expression and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationship,* 10, 601-617.

KIVETT, V.R. (1979). Discriminators of loneliness among the rural elderly: Implications for intervention. *The Gerontologist*, 19, 108-115.

KLINGER, E. (1977). *Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives.* Minneapolis: University of Minnesota Press.

KRUSKAL, J.B. & WISH, M. (1978). *Multidimensional Scaling*. Newbury Park. CA: Sage.

KUDOH, M. & NISIKAWA, M. (1983). A study of the feeling of loneliness: The reliability and validity of the revised UCLA Loneliness Scale. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 99-108.

KURDEK, L.A. & SCHMITT, J.P. (1986). Interaction of sex role self-concept with relationship quality and relationship beliefs in married, heterosexual cohabiting, gay and lesbian couples. *Journal of Personality and Social Psychology,* 51, 365-370.

LAMKE, L. (1989). Marital adjustment among rural couples: the role of expressiveness. *Sex Roles,* 21, 579-590.

LAU, S. (1989). Sex role orientation and domains of selfesteem. *Sex Roles*, 21, 415-422.

LAU, S. & GRUEN, G.E. (1992). The social stigma of loneliness: Effect of target person's and perceivers's sex. *Personality and Social Psychology*, 18, (2), 182-189.

LAUER, R.H. & LAUER, J.C. (1986). Factors in long term marriages. *Journal of Family Issues*, 7, 382-390.

LEE, G.R. (1988). Marital satisfaction in later life: the effects of non-marital roles, *Journal of Marriage and the Family*, 50, 775-783.

LEVIN, I. & STOKES, J.P. (1985). An examination of the relation of individual differences variables to loneliness. Citado en M. Hojat y R. Crandall (Eds.)(1978): *Loneliness, theory, research and apllications.* Sage. pp: 135-156.

LEYENS, J.P. (1983). *Sommes nous tous des psychologues?*. Bruselas: Mardaga.

LIN, Y-H. W. & RUSBULT, C.E. (1995). Commitment to dating relationshipls and cross-sex friendships in merican and China. *Journal of Social and Personal Relationship,* 12, 7-26.

LIN, N. (1986). Modeling the effects of social support. En N. Lin, A. Dean & W. Ensels (Eds.): *Social support, life events, and depression.* Orlando: Academic Press. pp: 173-212.

LOBDELL, J. & PERLMAN, D. (1986). The intergenerational transmission of loneliness: A study of college females and their parents. *Journal of Marriage and the Family*, 48, 589-595.

LOWENTHAL, M.F. & HAVEN, C. (1968). Interaction and adaptation: Intimacy as a critical variable. *American Sociological Review,* 1, 20-30.

LUBINSKI, D., TELLEGEN, A. & BUTCHER, J.N. (1981). The relationship between androgyny and subjective indicators of emotional well-being. *Journal of Personality and Social Psychology,* 40, 722-730.

LYNCH, J.J. (1977). *The broken heart.* Nueva York: Basic Books.

MACCOBY, E.E. (1980). *Social development.* Nueva York: Harcourt Brace Jovanovich.

MACDERMID, S. HUSTON, T.L. & MCHALE, S. (1990). Changes in marriage associated with the transition to parenthood: individual differences as a function of sex role attitudes and changes in the division of labor. *Journal of Marriage and the Family,* 52, 475-486.

MARCEOU, A. & BRUMAGNE, M. (1985). Loneliness among children and young adolescents. *Developmental Psychology*, 21, 1025-1031.

MARTÍN GONZÁLEZ, A., CHACÓN FUERTES, F., MARTINEZ GARCÍA, M.F. (1988). *Psicología Comunitaria.* Madrid: Visor. pp: 201-225.

MARTÍNEZ, M.F., GARCIA, M. & MENDOZA, I. (1993). Integración Social y Ancianidad. En M. Martínez A. (comp). *Psicología Comunitaria.* Madrid: Eudema.

MASLOW, A.H. (1968). *Toward a psychology of being.* Nueva York: Van Nostrand.

MAYO, C. & HENLEY, N. (1981). *Gender, androgyny, and non-verbal behavior.* Nueva York: Springer-Verlag.

MCWHINTER, B.T. (1990). Loneliness: A rewiew of current literature with implicatons for counseling and research. *Journal of Counselling and Development*, 68, 417-422.

MEDORA, N. & WOODWARD, J.C. (1986). Loneliness among adolescent college students at a Midwestern university. *Adolescence*, 21, 391-402.

MICHELA, J.L., PEPLAU, L.A. & WEEKS, D.G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, (5), 929-936.

MIJUSKOVIC, B.L. (1979). *Loneliness in philosophy, psychology, and literature.* Assen, The Netherlands: Van Gorcum.

MIKULINCER, M. & SEGAL, J. (1990). A multidimensional analysis of the experience of loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships* 7, 209-230.

MILLER, L.C., BERG, J.H. & ARCHER, R.L. (1983). Openers: Individuals who elicit intimate self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1234-1244.

MINKLER, H. (1985). Social support and health of the elderly. En S.E. Cohen & L.C. Syme (Eds.): *Social support and health.* Nueva York: Academic press.

MORALES, F. & MOYA, M.C. (1996). *Tratado de Psicología Social. Vol. 1: Procesos Básicos.* Madrid: Síntesis.

MOSCOVICI, S. (1984). The phenomenon of social representations. En R.M. Farr y S. Moscovici (Comp.): *Social Representations.* Cambridge: Cambridge University Press.

MOYA, M.C., EXPÓSITO, F. & RUIZ, J. (1994). *Relaciones de pareja y desarrollo profesional de la mujer: un análisis de procesos psicosociales.* Madrid: Instituto de la Mujer.

MOYA, M.C. (1994). Percepción de Personas. En J.F. Morales et. al.: *Psicología Social.* Madrid: McGraw Hill.

MOYA, M.C. & PEPLAU, L.A. (en prensa). *Dating relationships, gender, and educational/professional aspirations.*

MOYA, M.C. & GÓMEZ, C. (1996). *Psicología y género: un análisis de la profesión.* Universidad de Granada. Servicio de Publicaciones.

MUELLER, W.S. (1974). Cognitive complexity and salience of dimensions in person perception. *Australian Journal of Psychology*, 26, 173-182.

MURRAY, S.L. & HOLMES, J.G. (1996). The construction of relationship realities. En G.J.O. Fletcher & J. Fitness: *Knowledge structure and interaction in close relationships.* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc. pp: 91-120.

MURRAY, H.A. (1938). *Explorations in personality.* Nueva York: Oxford University Press.

NAESS, S. (1989). Eldre i NordTrondelag. Manuscrito no publicado. INAS, Oslo. Citado en Tornstam, L. (ed.) (1992): Loneliness in marriage. *Journal of Social and Personality Relationships*, 9, 197-217.

NATALE, S.M. (1986). Loneliness and the aging client: Psychotherapeutic considerations. En S.M. Natale (Ed.): *Psychotherapy and the lonely patient.* Nueva York: Haworth. pp 77-94.

OLSEN, H. TRAMPE, J.P. & HANSEN, G. (1976). Familiekontakter i den tidige alderdom. Socialforskninginstitutets publ, nr. 74, Kopenhamn. Citado en SHULTZ, N.R. & MOORE, D.W. (1984): Loneliness: Correlates, attributions, and coping among older adults. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 10, 1, 67-77.

PALOUTZIAN, R.F. & JANIGIAN, A.S. (1987). Models and methods in loneliness research: Their status and direction. En M. Hoja & R. Crandall (Eds.): *Loneliness: Theory, research, and applications.* San Rafael, CA: Select Press. pp: 31-36.

PARLEE, M.B. (1979). The friendship bond. *Psychology Today*, 113, 43-54.

PASSER, M.W. (1977). Perceiving the causes of success and failure revisited: A multidimensional scaling approach. Dissertation abstract international, 38, 5652b. Citado en MICHELA, J.L., PEPLAU, L.A. & WEEKS, D.G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 929-936.

PEPLAU, L.A., BILSON, T.K., ROOK, K.S. & GOODSHILDS, J.D. (1982). Being old and living alone. En L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York: John Wiley.

PEPLAU, L.A., RUSSELL, D., & HEIM, M.(1979). An attributional analysis of loneliness. En Frieze, D., Bar-Tal, & J.S. Carrol (Eds.): *New approaches to social problems.* San Francisco: Jossey-Bass.

PEPLAU, L.A. & PERLMAN, D. (Eds.) (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York: Wiley-Interscience.

PEPLAU, L.A. (1978). Loving women: attachment and autonomy in lesbian relationships. *Journal of Social Issues,* 34, 7-27.

PERLMAN, D. & PEPLAU, L.A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. En L.A. Peplau & S.E. Goldston (Eds.): *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness* (DHHS Publication No. ADM84-1312). Washington, DC: U.S. Government Printing Office.

PERLMAN, D. GERSON, A.C. & SPINNER, B. (1978). Loneliness among senior citizens: an empirical report. *Essence,* 2, 239-248.

PERLMAN, D. & PEPLAU, L.A. (1981). Toward a social Psychology of

loneliness. En S.W. Duck & R. Gilmour (Eds.): *Personal Relationships 3: Personal Relationships in Disorder.* Londres/Nueva York: Academic Press. pp: 31-56.

PERLMAN (en prensa). Loneliness: A life span, family perspective. En R.M. Milardo (Ed): *Families and social networks.* Beverly Hills, CA: Sage.

REIS, H.T. (1990). The role of intimacy in interpersonal relations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 15-30.

REIS, H.T., NEZLEK, J. & WHEELER, L. (1980). Physical attractiveness in social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 604-617.

ROCKACH, A. (1988). The experience of loneliness: a tri-level model. *The Journal of Psychology*, 122, 531-544.

ROCKACH, A. & BROOK, H.L. (1997) (En prensa). The causes of loneliness. *Psychology, A Journal of Human Behaviour.*

RODRIGUEZ, M.S., SABUCEDO, J.M. & ARCE, C. (1991). Estereotipos regionales y nacionales: del conocimiento individual a la sociedad pensante. *Revista de Psicología Social,* 6, (1), 7-21.

ROOK, K.S. (1988). Toward a more differentiated view of loneliness. En S. Duck (Ed.): *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions.* Toronto: John Wiley & Sons.

ROOK, K.S. (1987). Social support versus companionship. Effects on life stress, loneliness, and judgment by others. *Journal of Personality and Social Psychology,* 52, 145-54.

ROOK, K.S. (1984). Research on social support, loneliness, and social isolation. *Review of Personality and Social Psychology*, 5, 239-264.

ROOK, K.S. & PIETROMONACO, P. (1987). Close relationships: ties that heal or ties that bind?. En W.H. Jones & D. Perlman (Eds.): *Advances in personal relationships*, Vol.1, JAI Press Inc. pp: 1-35.

ROOK, K.S. (1985). The functions of social bonds: perspectives from research on social support, loneliness and social isolation. En I.G. Sarason and B.R. Sarason (Eds.): *Social support: Theory research and applications.* The Hague: Martinus Nijhoff. pp: 242-68.

ROSCH, E., MERVIS, C., GRAY, W., JOHNSON, D. & BOYES-BREAM, P. (1976). Basic objects in natural categories. *Cognitive Psychology*, 7, 573-605.

ROSENBERG, S. & OLSHAN, K. (1970). Evaluative and descriptive aspects in personality perception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 619-626.

ROSENBERG, M. (1965). *Society and the adolescent self-image.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

ROSENBERG, S. & SEDLAK, A. (1972). Structural representations of implicit personality theory, En L. Berkowitz (Ed): *Advances in Experimental social Psychology*, Vol 6. Nueva York: The Academic Press.

ROSENBERG, S., NELSON, C. & VIVEKANANTHAN, P.S. (1968). A multidimensional approach to the structure of personality impressions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 283-294.

ROSENBLATT, P.C. (1977). Needed research on commitment in marriage. En G. Levinger & H.L. Rausch (Eds.): *Close relationships: perspectives on the meaning of intimacy.* Amhurst, MA: University of Mssachusetts Press.

ROTENBERG, K.J. & KMILL, J. (1992). Perception of lonely and non-lonely persons as a function af individual differences in loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships,* 9, 325-330.

RUBENSTEIN, C.A. (1979). A questionnaire study of loneliness in three US cities. Tesis doctoral no publicada. Nueva York University.

RUBENSTEIN, C.M. & SHAVER, P. (1980). Loneliness in two northeastern cities. En J. Hartog, R. Audy & Y. Cohen (Eds.): *The anatomy of loneliness.* New Yok: International Universities Press. pp: 319-37.

RUBENSTEIN, C. & SHAVER, P. (1982). The experience of loneliness. En L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* Nueva York:Wiley. pp: 206-223.

RUBENSTEIN, C. & SHAVER, P. (1982). *In search of intimacy.* Nueva York: Delacorte.

RUSBULT, C.E. & BUUNK, B.P. (1993). Commitment processes in close relationships: an interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationship,* 10, 175-204.

RUSSELL, D. & CUTRONA, C.E. (1984). *The provisions of social relationships and adaptation to stress.* Reunión anual de la American Psychological Association, Toronto, Canadá.

RUSSELL, D. & CUTTRONA, C.E. (1988). *Development and evolution of the UCLA Loneliness Scale.* Manuscrito no publicado. Center for Health Service Research, College of Medicine, University of Iowa, Iowa City.

RUSSELL, D., PEPLAU, L.A. & FERGUSON, M.L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.

RUSSELL, D. (1982). The measurement of loneliness. In L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. Nueva York:Wiley. pp: 81-104.

RUSSELL, D., CUTRONA, C.E., ROSE, J. & YURKO, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Persanality and Social Psychology*, 46, (6), 1313-1321.

RUSSELL, D., PEPLAU, L.A. & CUTRONA, C.E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology,* 39, 472-480.

SADLER, W.A. & JOHNSON, T.B. (1980). From loneliness to anomie. En J. Hartog, J.R. Audy & Y.A. Cohen (Eds.): *The anatomy of loneliness.* Nueva York: In ternational University Press.

SARANSON, I.G. & SARANSON, B.R. (Eds.) (1985). *Social support: Theory, Research and Applications.* Dordrecht: Martinus Nijhoff Publishers.

SARASON, I.G. & SARASON, B.R. (1984). Life changes, moderators of stress and health. En A. Baum, S.E. Taylor & J.E. Singer (Eds.): *Handbook of Psychology and Health.* New Jersey: Hillsdale.

SARASON, B.R., SARASON. I.G. & PIERCE, G.R. (1990). *Social support: An interactional view.* Nueva York. John Wiley.

SARASON, I.G., SARASON, B.R. & SHERIN, E.N. (1986). Social support as an individual difference variable: its stability, origins, and relational aspects. *Journal of Personality and Social Psychology,* 50, 845-55.

SCALISE, J.J., GINTER, E.J. & GERSTEIN, L.H. (1984). A multidimensional loneliness measure: The Loneliness Rating Scale (LRS). *Journal of Personality*

Assesssment, 48, 525-530.

SCHAEFER, C., COYNE, J.C. & LAZARUS, R.S. (1981). The health related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, (4), 381-406.

SCHMIDT, J.P. & KUEDER, L.A. (1985). Age and gender differences in and personality correlates of loneliness in different relationships. *Journal of Personality Assessment*, 49, 485-498.

SCHMIDT, N. & SERMAT, V. (1983). Measuring loneliness in different relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1038-1047.

SCHULTZ, N.R. & MOORE, D.W. (1984). Loneliness: Correlates, attributions, and coping among older adults. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 10, (1), 67-77.

SCHULTZ, Jr. & MOORE, D. (1987). Further reflections on loneliness research: commentary on Weiss's assessment of loneliness research. En M. Hojat & R. Crandall (Eds.): *Loneliness: Theory, research, and applications*. San Rafael, CA: Select Press. pp: 37-40.

SCHULTZ, N.R. & MOORE, D. (1986). The loneliness experience of college students: sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 22, 111-20.

SEDIKIDES, C., OLSEN, N. & REIS, H.T. (1993). Relationships as natural categories. *Journal of Personality and Social Psychology,* 64, 71-82.

SHAVER, P.R. & BRENNAM, K.A. (1991). Measures of Depression and Loneliness. En J.P. Robinson, P.R. Shaver & L.S. Wrightsman (1991): *Measure of Personality and Social Psychological Attitudes,* Vol. 1. San Diego: Academic Press. pp: 195-290.

SHAVER, P. & RUBENSTEIN, C. (1980). Childhood attachment experience and adult loneliness. En L. Wheeler (Ed.): *Review of Personality and Social Psychology,* Beverly Hills. Calf: Sage.

SHAVER, P. & BUHRMESTER, D. (1983). Loneliness, sex-role orientation and group life: a social needs perspective. En P.E. Paulus (Ed.): *Basic group processes.* Nueva York: Springer Verlag. pp: 259-88.

SHAVER, P. FURMAN, W. & BUHRMESTER, D. (1985). Transition to college: Network changes, social skills, and loneliness. En S. Duck & D.

Perlman (Eds.): *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach*. Londres: Sage. pp: 193-219.

SHAVER, P. (1986). Being lonely, falling in love: perspective from attachment theory. *Ponencia presentada en la Reunión Anual de la American Psychological Association.* Washington, D.C., 26 de Agosto.

SHAVER, P., CSHWARTZ, J. KIRSON, D. & O'CONNOR, C. (1987). Emotion knowlege: Further exploration of a ptototype approach. *Journal of Personality and Social Psychology,* 52, 1061-1086.

SHERIF, M. (1951). A preliminary experimental study of intergroup relations. En J.H. Rother & M. Sheriff (Eds.): *Social psychology at the Crossroads.* Nueva York: Harper.

SIEGLER, I.C., NOWLIN, J.B. & BLUMENTHAL, J.A. (1980). Health and behavior: Methodological considerations for adult development and aging. En L. W. Poon (Ed.): *Aging in the 1980's: Psychological issues.* Washington, DC: American Psycgological Association.

SLOAN, W.W. & SOLANO, C.H. (1984). The conversational styles of lonely males with strangers and roommates. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10, 293-301.

SNYDER, D.K. & SMITH, G.T. (1986). Classification of marital relationships: an empirical approach. *Journal of Marriage and the Family,* 48, 137-146.

SPENCE, J.T., HELMREICH, R. & STAPP, J. (1974). The Personal Attributes Questionnarie: a measure of sex role stereotyping and masculinity and feminity. *Journal Supplement Abstract Service Catalog of Selected Documents in Psychology,* 617.

SPITZBERG, B.H. & CANARY, D. (1985). Loneliness and Relationally Competent Communication. *Journal of Social and Personal Relationships,* 2, 387-402.

SPIVEY, E. (1990). Social exclusion as a common factor in social anxiety, loneliness, jealousy, and social depression. Tesis no publicada. Citado en Baumeister, R.F. & Laery, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, (3), 497-529.

STANLEY, S.M. & MARKMAN, H.J. (1992). Assessing commitment in

personal relationships. *Journal of Marriage and the Family,* 54, 595-608.

STEINBERG, L. & SILVERBERG, S.B. (1986). The vicisitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development,* 57, 841-851.

STOKE, J.P. (1985). The relation of social network and individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 981-890.

STOKES, J.P. & LEWIN, I. (1986). Gender differences in predicting loneliness from social support characterictics. *Journal of Personality and Social Psychology,* 51, 1069-74.

STOKES, J.P. (1987). The relation of loneliness and self-disclosure. En V.J. Derlega y J.H. Berg (Eds.): *Self-disclosure: theory, research, and therapy.* Nueva York: Plenum. pp: 175-202.

STROEBE, W. (1977). Self Esteem and Interpersonal Attraction, En S.W. Duck (Ed): *Theory and Practice in Interpersonal Attraction.* Londres: Academic Press.

TAJFEL, H. & FORGAS, J.P. (1981). Social categorisation: Cognition, values and group. En J.P. Forgas (Ed.): *Social Cognition: Perspectives on everyday understanding.* Londres: Academic Press.

TAJFEL, H., FLAMENT, C., BILLIG, M.G. & BUNDY, R.F. (1971). Social categorization and intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 1, 149-177.

TAKANE, Y., YOUNG, F. & DELEEUW, J. (1977). Nonmetric individual differences multidimensional scaling: an alternating least method wich optimal scaling features. *Psychometrika*, 17, 401-419.

TAYLOR, S.E. & FISKE, S.T. (1978). Salience, attention and attribution: Top of the head phenomena. En L. Berkowitz (Ed): *Advances in Experimental social Psychology*, Nueva York: The Academic Press.

TESSER, A., MILLAR, M. & MOORE, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflection processes: The pain and pleasure of being close. *Jornal of Personality ans Social Psychology,* 54, 49-61.

THOITS, P.A. (1982). Conceptual, methodological, and theoretical problems on studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and*

Social Behavior, 23, 145-58.

THOITS, P. (1992). Social support and network structures. En H.O. Veiel y U.Baumann (Eds.): *The meaning and measurement of social support.* Nueva York: Hemisphere.

THORNTON, A. & FREEDMAN, D. (1982). Changing attitudes toward married and single life. *Family Planning Perspectives,* 14 (6), 297-303.

THORSEN, K. (1988). *Ensomhet som opplevelse og utfordring. En studie av ensomhet blant eldre.* Oslo: Norsk Gerontologisk Institutt. Citado en L. Tornstam (1992) Loneliness in Marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 197-217.

TORNSTAM, L. (1992). Loneliness in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships,* 9, 197-217.

TORNSTAM, L. (1988). *Ensamhetens ansikten, En studie av ensamhetsupplevelser hos svenskar 1580 ar.* Uppsala: Sociologiska institutionen. Citado en L. Tornstam (1992) Loneliness in Marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 197-217.

TURNER, R.J. (1983). Direct, indirect and moderating effects of social support on psychological distress and associate conditions. En H.B. Kaplan (Eds.): *Psychosocial stress: trends in theory and research.* Nueva York: Academic Press.

VANGHAM, D. (1986). *Uncoupling.* Nueva York: Orford University Press.

VAUGHN, C.E. & LEFF, J.P. (1976). The influence of family and social factors on the cours of psychiatric illness. A comparison of schizophrenic and depressed neurotic patients. *British Journal of Psychiatry*, 129, 125-137.

VAUX, A. (1988). *Social support: theory, research, and intervention.* Nueva York: Praeger.

VEROFF, J. & VEROFF, J.B. (1980). *Social incentives: A life-span developmental approach.* Nueva York: Academic Press.

VINCENZI, H. & GRABOSKY, F. (1987). Measuring the emotional/social aspects of loneliness and isolation. *Journal of Social Behavior and Personality,* 2, 257-270.

VITKUS, J. & HOROWITZ, L.M. (1987). Poor social performance of lonely people: lacking skills or adopting a role?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1266-73.

WEINER, B. (1974). *Achievement motivation and attribution theory.* Morristownm NJ: General Learning Press.

WEINER, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71, 3-25.

WEISS, R.S. (1974). The provisions of social relationships. En Z. Rubin (Eds.): *Doing unto others: Joining, molding, conforming, helping, loving.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. pp: 17-26.

WEISS, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation.* Cambridge. MA: MIT Press.

WEISS, R.S. (1987). Reflections on the present state of loneliness research. In M. Hojat & R. Crandall (Eds.): *Loneliness: Theory, research, and applications.* San Rafael, CA: Select Press.

WEISS, R.S. (1969). The fund of sociability. *Transaction Society*, 6, 36-43.

WEISS, R.S. (1989). Reflection on the present state of loneliness research. En M. Hojat & R. Crandall, *Loneliness: Theory, research and application.* Londres: Sage Publications.

WENZ, F.V. (1977). Seasonal suicide attempts and forms of loneliness. *Psychological Reports,* 40, 807-810.

WETHINGTON, E. & KESSLER, R.C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of Health and Social Behavior,* 27, 78-89.

WHEELER, L., & NEZLEK, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology,* 35, 742-754.

WHEELER, L., REIS, H.T. & NEZLEK, J. (1983). Loneliness, social interaction, and sex roles. *Journal of Personality and Social Psychology,* 45, 943-953.

WILCOX, B.L. (1981). Social support in adjusment to marital disruption. En B.H. Gottlieb (Ed.): *Social networks and social support.* Beverly Hills: Sage.

WILSON, D.J., SIBANDA, J.S., SIBANDA, P.S. & WILSON, C. (1989). The correlates of loneliness among black and white zimbabwean schoolboys. *Journal of Social Psychology*, 129, 577-578.

WILSON, D., CUTTS, J., LEES, I., MAPUNGWANA, S. & MAUNGANIDZE, L. (1992). Psychometric properties of the revised UCLA Loneliness Scale and two short-form measures of loneliness in Zimbadwe. *Journal of Personality Assessment,* 59, (1), 72-81.

WILLIAMS, J.G. & SOLANO, C.H. (1983). The social reality of feeling lonely: Friendship and reciprocation. *Personality ans Social Psychology Bulletin,* 9, 237-242.

WITTENBERG, M.T. (1986). *Emotional and social loneliness: An examination of social skills, attributions, sex role, and object relations perspectives.* Tesis doctoral no publicada. Rochester: University of Rochester.

WOOD, L. (1976). Social structure and loneliness. Tesis doctoral no publicada. York University. Citado en N. Schmidt and V. Sermat. Measuring loneliness in different relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, (5), 1038-1047.

YOUNG, F.W. & LEWYCHYJ, R. (1979). *ALSCAL User's guide*. 3rd. edition. Chapel Hill: Data Analysis and Theory Associates.

ZEDECK, S. (1971). Problems with the use of moderator variables. *Psychological Bulletin,* 76, 295-310.

ANEXO 1

LA PERCEPCIÓN SOCIAL DE LA SOLEDAD

1. Nombre_____ Apellidos _____

2. Fecha de hoy _____

3. Sexo: _____ Hombre _____ Mujer

4. ¿Cuál es tu edad?. _____ años.

5. Indica el número aproximado de habitantes de la localidad en la que tienes tu residencia familiar._____

6. ¿Cuál es tu situación actual? (Elige una)

_____ No emparejado/a
_____ Comprometido/a para casarme
_____ Salgo con una persona
_____ Relación esporádica
_____ Casado/a
_____ Otra

7. A continuación se te presentarán una serie de **tipos de hombres que pueden sentirse solos.** Tu tarea consiste en comparar los distintos tipos entre sí y darles una puntuación según el parecido que percibas entre ellos. En primer lugar, verás una lista numerada de los tipos de personas que tienes que evaluar. A continuación, se te presenta una matriz donde has de poner los resultados de tus juicios. Para ello, deberás utilizar una escala de 9 puntos (1= Completamente diferentes, 9= Completamente semejantes).

1. Anciano
2. Divorciado
3. Viudo
4. Enfermo (hospitalizado)
5. Extranjero
6. Mendigo o Vagabundo
7. Huérfano
8. Soltero
9. Adolescente
10. Discapacitado
11. Depresivo
12. Estudiante fuera de casa
13. Adicto
14. Introvertido
15. Preso
16. Enfermo de sida
17. Soldado
18. Homosexual

Compara, en primer lugar el tipo 1 con los tipos 2, 3, etc (columna) y así sucesivamente.

Completamente diferentes Completamente semejantes

1 2 3 4 5 6 7 8 9

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		
15																		
16																		
17																		
18																		

Seguidamente aparecerán de nuevo los tipos de personas que has clasificado. En la parte superior de cada página aparece una característica con dos extremos. Tu tarea consiste en evaluar en qué medida cada tipo de persona posee esa característica. Utiliza para ello la escala bipolar que aparece al oado de cada tipo de persona. Rodea con un círculo el número que consideres que se ajusta mejor a tu opinión.

1. Anciano
2. Divorciado
3. Viudo
4. Enfermo (hospitalizado)
5. Extranjero
6. Mendigo o Vagabundo
7. Huérfano
8. Soltero
9. Adolescente
10. Discapacitado
11. Depresivo
12. Estudiante fuera de casa
13. Adicto
14. Introvertido
15. Preso
16. Enfermo de sida
17. Soldado
18. Homosexual

Compara, en primer lugar el tipo 1 con los tipos 2, 3, etc (columna) y así sucesivamente.

Completamente diferentes Completamente semejantes

1 2 3 4 5 6 7 8 9

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		
15																		
16																		
17																		
18																		

Seguidamente aparecerán de nuevo los tipos de personas que has clasificado. En la parte superior de cada página aparece una característica con dos extremos. Tu tarea consiste en evaluar en qué medida cada tipo de persona posee esa característica. Utiliza para ello la escala bipolar que aparece al oado de cada tipo de persona. Rodea con un círculo el número que consideres que se ajusta mejor a tu opinión.

Status socioeconómico alto Status socioeconómico bajo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Cuenta con apoyo social								Carece de apoyo social
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Realiza muchas actividades sociales — Realiza pocas actividades sociales

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Socialmente aceptado								Socialmente rechazado
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Triste							Alegre
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Controla la situación					No tiene control de la situación			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Es una situación voluntaria					Es una situación impuesta			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Tiene pareja							No tiene pareja	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Posee alta autoestima								Posee baja autoestima
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Convive con otras personas								Vive completamente solo
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Historia personal feliz					Historia personal desdichada			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Se siente querido							No se siente querido
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Situación laboral estable					Situación laboral inestable			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Alto nivel cultural								Bajo nivel cultural
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Físicamente atractivo					Físicamente poco atractivo			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Merece lo que le ocurre					No merece lo que le ocurre			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

	Ve a los demás de forma positiva								Ve a los demás de forma negativa
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Anciano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Divorciado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Viudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Enfermo (hospitalizado)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Extranjero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Mendigo o Vagabundo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Huérfano	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Soltero	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Adolescente	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Discapacitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Depresivo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Estudiante fuera de casa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Adicto	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Introvertido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Preso	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Enfermo de sida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Soldado	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Homosexual	1	2	3	4	5	6	7	8	9

ANEXO 3

Fecha _____

LA EXPERIENCIA DE SOLEDAD

Esta investigación está realizada por el grupo de investigación de la Universidad de Granada "Discriminación y Estigma: Aspectos Psicosociales" (código HUM-289 de la Junta de Andalucía). Estamos intentando comprender el fenómeno de la soledad investigando cómo es experimentada, qué la causa y cómo puede ser afrontada con éxito. Le estaríamos muy agradecidos por su colaboración y reflexiones acerca de su experiencia personal de soledad.

En ningún momento se le pedirá que se identifique, por lo que su anonimato está garantizado con total seguridad.

POR FAVOR, CONTESTE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

1. Edad _____

2. Sexo: Hombre ☐
Mujer ☐

3. Nivel educativo (puede contestar a y b)

a) Nivel obtenido en la escuela primaria o bachillerato (e.g., Graduado Escolar, FP primer grado, BUP, etc.) _____

b) Nº de años terminados en la Universidad _____

4. Estado civil
Soltero/a ☐
Casado/a, pareja de hecho ☐
Separado/a, viudo/a ☐

5. Número de hijos/as (puede contestar a y b)
a) Naturales _____
b) Adoptados o del otro miembro de la pareja _____

6. Cuando Vd. experimenta soledad es:
a) De forma más o menos continua en el tiempo ☐
b) Sólo cuando algo le "hace" sentirse solo/a ☐

7. ¿Se siente Vd. solo/a actualmente? Si ☐
No ☐

LA EXPERIENCIA DE SOLEDAD

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa lo que Vd. experimenta cuando se siente solo/a. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A	SI
1. Me siento rechazado/a por alguien cercano.	_____
2. Siento que no soy aceptable	_____
3. Me siento invisible ante los demás	_____
4. Me siento separado/a de mi cuerpo	_____
5. Nada me interesa.	_____
6. Siento como si no me conociera a mí mismo/a	_____
7. Me siento generalmente con poca salud aunque no tenga ningún problema físico	_____
8. Me siento con falta de control sobre mi vida	_____
9. Tengo miedo al futuro	_____
10. Siento dolor, pero no creo que esté solo/a	_____

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A	SI
11. Explotaría ante los demás por cosas sin importancia	_____
12. Me levanto exhausto/a	_____
13. No quiero estar cerca de la gente, ni hablar con ella	_____
14. Siento la ausencia de una relación amorosa	_____
15. Siento que no tengo a nadie a quien querer ni nadie que me quiera	_____
16. Experimento frecuentes dolores de cabeza	_____
17. Tengo un sentimiento de impotencia	_____
18. Soy incapaz de comunicar mis sentimientos a alguien	_____
19. Me siento culpable por sentir lo que siento en ese momento	_____
20. Siento temor de que los demás descubran mis defectos	_____
21. Experimento vértigos y mareos sin causa que lo justifique	_____

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A	SI
22. Siento que la gente no quiere cuentas conmigo	_____
23. Siento como si mi mente y mi cuerpo estuvieran en sitios diferentes	_____
24. Me siento totalmente abandonado/a	_____
25. No quiero atribuir mi malestar a la soledad	_____
26. Experimento un sentimiento de dolor intenso	_____
27. Hay veces en las que no siento el dolor	_____
28. Me siento desconectado/a de los demás	_____
29. Me siento abandonado por las personas cercanas a mí	_____
30. Siento como si llorara por dentro	_____
31. No hay nadie en quien yo pueda realmente confiar	_____

32. Estoy obsesionado/a con preguntas y sentimientos confusos ..... _____
33. Siento como si me viera a mí mismo/a siendo otra persona ..... _____

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa lo que Vd. experimenta cuando se siente solo/a. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A **SI**

34. Siento como si no tuviera un/a amigo/a en el mundo ..... _____
35. Me siento enfadado/a ..... _____
36. Siento que la gente me evita ..... _____
37. Me siento inseguro/a ..... _____
38. Me siento incapacitado/a con sentimientos de temor ..... _____

39. Me siento entumecido/a e inmovilizado/a como si estuviera en un shock ..... _____
40. Me aparto de los demás ..... _____
41. Siento que no hay nadie que me comprenda ..... _____
42. Siento como si nadie supiera ni siquiera que existo ..... _____
43. Siento como si el mundo estuviera en mi contra ..... _____
44. Me veo a mí mismo/a como aburrido/a y falto de interés por todo ..... _____
45. Intento convencerme de que no estoy solo/a, sino sin compañía ..... _____
46. Me siento hueco/a por dentro ..... _____
47. Siento lástima por mí mismo/a ..... _____
48. Siento como si el corazón se me rompiera ..... _____

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A **SI**

49. Siento como si estuviera en un sueño, esperando despertar ..... _____
50. Lloro con facilidad ..... _____
51. No siento nada por dentro
52. Me siento incapaz cuando interactúo con los demás ..... _____

53. Siento la ausencia de un/a amigo/a íntimo/a especial en mi vida ..... _____
54. En algún momento tomo conciencia repentina de que algo marcha mal en mi vida ..... _____
55. Me siento personalmente incompetente ..... _____
56. Experimento sentimientos de vacío ..... _____

CUANDO YO ME SIENTO SOLO/A **SI**

57. Evito intencionadamente interactuar con la gente ..... _____
58. Me siento muy vulnerable ..... _____
59. Me siento sin rostro y sin nombre ..... _____
60. Quisiera herir a quienes me han herido a mi ..... _____
61. Me siento ignorado/a ..... _____
62. Siento que me he fallado a mi mismo/a y a los demás ..... _____

63. Tengo miedo de sentir siempre lo mismo ..... _____

64. Creo que mi situación es desesperada ..... _____
65. Siento como si no tuviera a nadie que me apoye cuando lo necesite ..... _____
66. Siento como si no les importara a quienes están cerca de mi ..... _____
67. Me doy cuenta de que mi necesitad de amor está insatisfecha ..... _____
68. La vida me parece sin sentido y vacía ..... _____

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa lo que Vd. experimenta cuando se siente solo/a. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

COMO RESULTADO DE MI EXPERIENCIA DE SOLEDAD ... SI

69. Soy una persona más sabia ..... _____
70. Estoy ahora más contento/a y feliz ..... _____
71. Soy más sensible a los demás y a sus necesidades ..... _____
72. He descubierto una fuerza personal de la que antes no era consciente ..... _____
73. La vida parece más rica e interesante de lo que era con anterioridad ..... _____
74. Por fin me dí cuenta de que estaba solo/a ..... _____
75. Descubrí las ventajas de la soledad ..... _____
76. He aprendido que puedo depender de mí mismo/a con éxito ..... _____

COMO RESULTADO DE MI EXPERIENCIA DE SOLEDAD ... SI

77. Me quiero y me aprecio a mi mismo/a más de lo que lo hacía con anterioridad ..... _____
78. Soy más creativo/a ..... _____
79. Le tengo menos miedo a la muerte ..... _____
80. Mis relaciones interpersonales han mejorado notablemente ..... _____
81. Tengo más confianza en mí mismo/a ..... _____
82. Ha mejorado mi capacidad para enfrentarme con el dolor y el sufrimiento ..... _____

LAS CAUSAS DE LA SOLEDAD

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa una situación que ocasiona que Vd. experimente soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI SI

1. Una vida marcada por las preocupaciones y la infelicidad ..... _____
2. Experimentar dificultades en hacer amigos/as después de mudarme a una nueva localidad . _____
3. Tener miedo de ser rechazado/a si permitía a alguien acercarse a mi ..... _____
4. Tener fobias ..... _____
5. No ser considerado/a como un individuo único por mi pareja ..... _____
6. Sentirme intimidado/a por miembros del otro sexo ..... _____

7. Culparme a mi mismo/a cuando las cosas iban mal ..... _____
8. Haber sido herido/a por un miembro de mi familia ..... _____
9. Experimentar una división en mi familia como consecuencia de la separación de mis padres _____
10. Sufrir abusos sexuales cuando era pequeño/a ..... _____
11. Sentir que tenía intereses diferentes a la mayoría de la gente ..... _____
12. Sentirme separado, debido a un cambio de localidad, de quienes forman mi sistema de apoyo emocional ..... _____

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

13. Ser víctima de un delito ..... _____
14. Sufrir abusos emocionales por parte de mi pareja ..... _____
15. Sentir que la gente no confía en mi debido a que he sido condenado por un delito ..... _____
16. Tener padres que no se comunicaban sus emociones ..... _____
17. Estar recluído/a en el hogar durante un periodo de tiempo largo ..... _____
18. Sentir que mis padres en general no me apoyaban ..... _____

19. Sentirme injustamente castigado/a ..... _____
20. Llegar a la conclusión de que probablemente no lograré mis metas ..... _____
21. No poder compartir mis más íntimos pensamientos con mi pareja ..... _____
22. Ser diagnosticado/a con una enfermedad terminal ..... _____
23. Sentir que no tengo nada que ofrecer a otra persona ..... _____
24. Experimentar una falta de confianza entre los miembros de mi familia ..... _____
25. Tener que ajustarme a nuevos ambientes como resultado de un cambio de localidad ..... _____

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

26. Experimentar la ruptura de
    a) mi matrimonio (o pareja de hecho) ..... _____
    b) una relación romántica ..... _____
    c) una amistad íntima ..... _____
    d) mi relación con mis hijos/as ..... _____
    e) mi relación con mis padres ..... _____
27. Pasar poco tiempo a solas con mis padres ..... _____
28. Sentirme muy decepcionado/a por alguien cercano ..... _____
29. Sentir miedo de la intimidad ..... _____
30. Comportarme inadecuadamente en un contexto social ..... _____
31. Sentirme rechazado/a por mi familia ..... _____

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

32. Experimentar una crisis financiera personal ..... _____
33. Estar enfermo/a y hospitalizado/a con frecuencia cuando niño/a ..... _____
34. No poder confiar en mi pareja después de su infidelidad ..... _____
35. Mantener relaciones sexuales con mi pareja sin sentir amor ..... _____
36. Separarme de mi familia debido a un cambio de localidad ..... _____
37. Llegar a darme cuenta de que últimamente estoy completamente solo/a ..... _____

38. Sentirme con frecuencia como poco importante ..... _____
39. Sentirme incapaz de hacer amigos debido a mi timidez ..... _____
40. No poder confiar en los demás ..... _____

41. Sentirme separado/a de mis amigos/as durante un periodo largo de tiempo ..... _____
42. Que mis padres estuvieran ausentes del hogar con frecuencia ..... _____
43. Sentir que yo no era tan inteligente como los demás ..... _____
44. No sentirme querido por mis amigos/as ..... _____

45. Que no se me ofreciera el apoyo que necesitaba por parte de mis amigos/as más cercanos cuando estaba en una crisis ..... _____
46. Sentirme aislado de mis amigos/as debido a un cambio de localidad ..... _____
47. Sentir que me faltaba valor ..... _____

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa una situación que ocasiona que Vd. experimente soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

48. Experimentar la ruptura de mi relación íntima debido al abuso de drogas por parte de mi pareja ..... _____
49. Mudarme a una ciudad diferente ..... _____
50. Estar involucrado/a en un divorcio ..... _____
51. Ser detenido/a ..... _____
52. Tener una incapacidad física que sentía que me hacía poco atractivo/a ..... _____
53. Sèr hijo/a único/a ..... _____
54. No tener colmadas mis expectativas acerca de mi relación íntima ..... _____

55. Tener a menudo el sentimiento de que "no encajo" ..... _____
56. No tener una familia emocionalmente cercana ..... _____
57. Haber sido adoptado/a de pequeño/a ..... _____
58. No poder expresar mis sentimientos ..... _____
59. Estar en paro ..... _____
60. Tener conciencia de que un dia moriré ..... _____
61. Padecer una enfermedad mental ..... _____

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

62. Sufrir abuso físico por parte de mi pareja ..... _____
63. Sentir que había cosas más importantes que yo para mi pareja ..... _____
64. Sufrir abusos físicos de pequeño/a ..... _____
65. Experimentar frecuentemente fuertes sentimientos de incapacidad ..... _____
66. Experimentar la muerte de:
    a) mi esposo/a ..... _____
    b) mi hijo/a ..... _____
    c) mi padre/madre ..... _____
    d) un/a amigo/a íntimo/a ..... _____
67. Ser encarcelado/a ..... _____
68. Que los sentimientos no fueran compartidos de forma abierta en mi familia ..... _____

69. Estar en situaciones en las que no conocía a nadie ..... _____
70. Ser abandonado por mi padre/madre/ambos cuando era niño/a ..... _____
71. Jubilarme ..... _____
72. Tomar de pronto conciencia de mi envejecimiento ..... _____
73. No sentirme apoyado por mis amigos en tiempos de crisis ..... _____
74. Experimentar una ruptura definitiva de una relación íntima ..... _____
75. Sentirme intimidado por las personas que parecen más capaces socialmente que yo ..... _____
76. Experimentar rivalidad con un hermano o hermana ..... _____
77. Tener un aborto o mal parto ..... _____

Por favor, lea las siguientes afirmaciones e INDIQUE, COLOCANDO UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si el contenido del enunciado representa una situación que ocasiona que Vd. experimente soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

LO SIGUIENTE FUE UNA CAUSA DE SOLEDAD PARA MI **SI**

78. Verme obligado/a a alejarme de las personas a las que quiero debido a circunstancias que escapaban a mi control ..... _____
79. Sentir nostalgia por mis ambientes anteriores después de mudarme ..... _____
80. Evitar la intimidad porque no sé como amar ..... _____
81. Experimentar la ruptura de mi relación íntima debido al alcoholismo de mi pareja ..... _____
82. Ser percibido como agresivo/a ..... _____

AFRONTANDO LA SOLEDAD

Los siguientes enunciados describen diversas maneras de afrontar la soledad. Por favor, lea cada afirmación y COLOQUE UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si Vd. ha intentado el método descrito y le ha sido útil para reducir su soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... **SI**

1. Aprendí a llevarme bien con los demás ..... _____
2. Compartí mi casa con alguien después de vivir solo/a ..... _____
3. Convertí los periodos de soledad en oportunidades para la reflexión ..... _____
4. Acepté el hecho de que en última instancia estaba inevitablemente solo/a ..... _____
5. Puse en práctica mi interés por escribir ..... _____
6. Escuché música con mayor frecuencia ..... _____

7. Me inscribí en cursos de formación y de perfeccionamiento ..... _____
8. Asumí más riesgos interpersonales ..... _____
9. Dejé de negar como me sentía ..... _____
10. Estuve cierto tiempo reflexionando sobre mi mismo/a y mi situación ..... _____
11. Recurrí a mis padres en busca de consejo y apoyo ..... _____

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

12. Recurrí a mis amigos/as en busca de compañía y de apoyo ..... _____
13. Salí más en pareja ..... _____
14. Empecé a practicar un hobby para el que antes no tenía tiempo ..... _____
15. Renové las viejas amistades ..... _____
16. Empecé a practicar un nuevo deporte ..... _____

17. Llegué al convencimiento de que ser humano es estar solo/a ..... _____
18. Me mudé a otro sitio ..... _____
19. Acabé una relación/matrimonio decepcionante ..... _____

Los siguientes enunciados describen diversas maneras de afrontar la soledad. Por favor, lea cada afirmación y COLOQUE UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si Vd. ha intentado el método descrito y le ha sido útil para reducir su soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

20. Busqué activamente hacer nuevos amios/as
    a) en el trabajo ..... _____
    b) entre mis vecinos/as ..... _____
    c) entre los conocidos ..... _____
    d) en la iglesia ..... _____
    e) en los grupos sociales que frecuentaba ..... _____
    f) mediante anuncios personales y/o empresas de intercambios ..... _____
21. Tomé drogas ilegales ..... _____
22. Volvía a mi esposo/a como mi fuente primaria de apoyo y consuelo ..... _____

23. Leí libros de auto-ayuda ..... _____
24. Dí largos paseos ..... _____
25. Decidí enfrentarme a mis problemas e intentar resolverlos ..... _____
26. Intenté suicidarme ..... _____
27. Examiné la relación entre mi perspectiva general y mi situación actual ..... _____

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

28. Comencé a vivir la vida más plenamente ..... _____
29. Empecé a escribir un diario sobre mis experiencias y sentimientos ..... _____
30. Busqué consuelo en la comida y a menudo comía en exceso ..... _____
31. Me volví más valiente a la hora de compartir mis sentimientos y pensamientos con los demás ..... _____
32. Hice ejercicio con mayor frecuencia ..... _____
33. Intenté centrarme en lo que realmente me interesa en la vida ..... _____
34. Busqué a nueva gente con la esperanza de desarrollar una relación romántica ..... _____

35. Me aficioné a un nuevo hobby ..... _____
36. Volví a delinquir ..... _____

37. Busqué respuestas a mis problemas en la oración ..... ____
38. Evité los actos sociales ..... ____
39. Llegué a aceptar cómo me sentía ..... ____
40. Usaba en exceso la medicación prescrita por mi médico ..... ____
41. Me impliqué en una relación romántica ..... ____
42. No iniciaba conversaciones con la gente ..... ____

43. Me dije a mi mismo/a que mi situación era temporal ..... ____
44. Tomé conciencia de mis particulares miedos y ansiedades y de lo que los causaban ..... ____
45. Continué atendiendo las responsabilidades domésticas ..... ____
46. Cometí abuso sexual ..... ____

Los siguientes enunciados describen diversas maneras de afrontar la soledad. Por favor, lea cada afirmación y COLOQUE UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si Vd. ha intentado el método descrito y le ha sido útil para reducir su soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

47. Busqué apoyo profesional de
    a) un psicólogo, psiquiatra u otro profesional de la salud mental ..... ____
    b) un médico ..... ____
    c) un miembro del clero (cura, monja, etc.) ..... ____
    d) grupos concretos (Alcohólicos Anónimos, grupos de solteros, padres divorciados, etc.) ____
    e) admisión en un hospital mental ..... ____
48. Me convertí en un adicto al trabajo ..... ____
49. Me dije a mi mismo/a que tenía la fuerza y los recursos necesarios para vencer mi soledad ____
50. Mantenía sexo casual con frecuencia sólo por estar con alguien ..... ____
51. Me cuidé a mí mismo/a mental y físicamente ..... ____
52. Me centré en pequeños éxitos ..... ____
53. Cogí un trabajo a tiempo parcial ..... ____

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

54. En inscribíe en seminarios y cursos de desarrollo personal ..... ____
55. Me convencí a mí mismo/a de que no estaba solo sino sin compañía, lo cual es más deseable ____
56. Dormía más de lo que una persona necesita con el fin de estar sano/a ..... ____
57. Escribí mis pensamientos y sentimientos para entenderme mejor a mí y a mi situación ... ____
58. Pasaba tiempo en lugares donde sabía que habría bastante gente ..... ____
59. Me refugié en el trabajo ..... ____

60. Compraba en exceso ..... ____
61. Mantenía mis rutinas diarias habituales ..... ____
62. Construía a propósito muros a mi alrededor ..... ____
63. Frecuenté los bares más a menudo ..... ____
64. Me volví a casar o a convivir con alguien ..... ____
65. Fuí a más fiestas y actos sociales ..... ____
66. Intenté ser menos dependiente de los demás para ser feliz ..... ____

67. Volví a un/a hermano/a buscando consuelo y apoyo ..... ____
68. Me sentí fortalecido y consolado por mi fé en Dios ..... ____
69. Llegué a ver el estar solo/a como una oportunidad para pensar las cosas y establecer nuevas metas para mí ..... ____
70. Bebí alcohol en exceso ..... ____
71. Aumenté la interacción con mi familia ..... ____
72. Convertí la soledad en un tiempo de reflexión ..... ____

Los siguientes enunciados describen diversas maneras de afrontar la soledad. Por favor, lea cada afirmación y COLOQUE UNA "X" DEBAJO DE LA COLUMNA "SI", si Vd. ha intentado el método descrito y le ha sido útil para reducir su soledad. Por favor, considere todas las experiencias de soledad que Vd. haya podido tener a lo largo de su vida.

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

73. Volví al trabajo después de estar en paro durante algún tiempo ..... ____
74. Volví a mis creencias religiosas como una fuente de consuelo ..... ____
75. Empleé más tiempo hablando por teléfono con mis amigos y con la familia ..... ____
76. Hice más trabajo voluntario/comunitario ..... ____
77. Dependí casi exclusivamente de una amistad concreta para la satisfacción de mis necesidades de compañía ..... ____
78. Aumentó mi asistencia a los servicios religiosos

COMO UNA FORMA EXITOSA DE ENFRENTARME A LA SOLEDAD... SI

79. Me escribí con amigos/familia con mayor frecuencia ..... ____
80. Ví la televisión con gran frecuencia ..... ____
81. Me volví más abierto a la crítica ..... ____
82. Escribí más cartas personales ..... ____

83. Volví al trabajo después de años de permanecer en el hogar ..... ____
84. Me cuestioné a mi mismo/a sobre el tipo de vida que estaba llevando ..... ____
85. Me aislé del mundo ..... ____
86. Me negué a mí mismo/a que algo no funcionara ..... ____

ANEXO 4

Esta es una investigación realizada por el Departamento de Sociología y Psicología Social de la Universidad de Granada. El cuestionario que le presentamos es totalmente anónimo y los resultados serán utilizados sólo con fines científicos. Por favor, no escriba su nombre en ninguna parte. Conteste con sinceridad. No se trata de una prueba de inteligencia ni de habilidad, por lo que no hay respuestas correctas ni equivocadas. Intente contestar a todas las preguntas. Le estamos muy agradecidos por su colaboración.

Fecha de hoy _____

Sexo _____ Hombre _____ Mujer **¿Cuál es su edad?** _____ años

Cuál es su situación actual (elija una, por favor)

_____ No estoy emparejado/a _____ Relaciones esporádicas

_____ Salgo con una persona _____ Comprometido/a para casarse

_____ Casado/a _____ Otra situación

Nivel de estudios realizados

_____ Primarios _____ Bachiller Elemental/ Graduado Escolar

_____ Formación Profesional _____ Bachiller Superior _____ Universitarios

Si en la actualidad se encuentra realizando algún tipo de estudios, por favor, indique cuáles

_____

Seguidamente, indique cómo percibe SU VIDA en general, utilizando para ello las siguientes escalas. Rodee con un círculo el número que mejor describa su percepción.

Aburrida	1	2	3	4	5	6	7	Interesante
Divertida, agradable	1	2	3	4	5	6	7	Desgraciada, desdichada
Sin utilidad	1	2	3	4	5	6	7	Valiosa
Cordial, amistosa	1	2	3	4	5	6	7	Solitaria
Llena	1	2	3	4	5	6	7	Vacía
Pesimista, desalentadora	1	2	3	4	5	6	7	Optimista, con esperanza
Desilusionante	1	2	3	4	5	6	7	Recompensante
Saca a relucir lo mejor que hay en mí	1	2	3	4	5	6	7	No me da muchas oportunidades

¿Cómo de satisfecho/a está con su vida en general? Rodee con un círculo el número que mejor describa el grado de satisfacción con su vida?

1	2	3	4	5	6	7
Completamente insatisfecho-a					Completamente satisfecho-a	

1. Por favor, elija una persona entre quienes componen su círculo familiar más íntimo, (preferiblemente la persona que percibe como más cercana a Vd.). No elija a su cónyuge o pareja.

a. Indique qué persona ha elegido (padre, madre, hermano, hermana, abuelo, abuela, etc.)

_____

b. ¿Convive con esa persona? _____ No _____ Si, parte del tiempo _____ Si, todo el tiempo

c. Durante los últimos tres meses, con qué frecuencia ha hablado con esta persona (bien personalmente, bien a través del teléfono).

____ Todos los días
____ Varias veces a la semana
____ Una vez a la semana
____ 2 ó 3 veces al mes
____ Alrededor de una vez al mes
____ Menos de una vez al mes

De ahora en adelante, cuando en el cuestionario nos refiramos a "familiar cercano", por favor, conteste pensando sólo en esta persona.

2. Por favor, piense ahora en una persona con la que tenga una cierta amistad. Elija a alguien que sea del <u>mismo sexo</u> que Vd. Por favor, no elija a un pariente ni a nadie con quien mantenga una relación romántica o sexual.

a. ¿Reside en el mismo piso, colegio o residencia que ella? _____ No _____ Si

b. ¿Cómo de bien conoce a esta persona?

____ Muy poco
____ Ligeramente
____ Bastante
____ Muy bien

c. Durante los últimos tres meses, con qué frecuencia ha hablado con esta persona (bien personalmente, bien a través del teléfono).

____ Todos los días
____ Varias veces a la semana
____ Una vez a la semana
____ 2 ó 3 veces al mes
____ Alrededor de una vez al mes
____ Menos de una vez al mes

De ahora en adelante, cuando en el cuestionario nos refiramos a "amigo/a", por favor, conteste pensando sólo en esta persona.

3. ¿Tiene actualmente una relación sentimental/sexual con una persona del sexo opuesto?

____ No (Por favor, pase al punto núm. 4)
____ Si (Por favor, responda a las siguientes preguntas)

a. ¿Cuánto tiempo hace que empezó esa relación? Por favor, indique mes y año: _____

b. ¿Con qué frecuencia se ven?

____ cada día
____ 3 o más días a la semana
____ 1 ó 2 veces a la semana
____ menos de una vez a la semana
_____ menos de una vez al mes

c. ¿Han vivido juntos?

____ No ____ Si, parte del tiempo ____ Si, la mayor parte del tiempo

d. ¿Cómo de estrecha es la relación que tiene con su pareja? (Por favor, rodee un número con un círculo)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada estrecha en absoluto			Moderadamente estrecha			Extremadamente estrecha		

e. En general, ¿Cómo de satisfecho/a está con su relación?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada satisfecho/a en absoluto			Moderadamente satisfecho/a			Extremadamente satisfecho/a		

De ahora en adelante, cuando en el cuestionario nos refiramos a "'pareja", por favor, conteste pensando sólo en esta persona. Si no tiene pareja, sáltese todas las preguntas referentes a esta persona.

4. Piense ahora en un profesor, consejero, sacerdote, médico, terapeuta u otro profesional parecido, con quien tenga una relación profesional o personal. Por favor, no elija a un pariente ni a nadie con quien mantenga una relación romántica o sexual.

Especifique qué persona ha elegido (indique la relación, pero no ponga el nombre)

_____

a. ¿Cuánto tiempo hace que la conoce? _____

b. ¿Cómo de bien conoce a esta persona?

____ Muy poco ____ Bastante

____ Ligeramente ____ Muy bien

c. Durante los últimos tres meses, con qué frecuencia ha hablado con esta persona (bien personalmente, bien a través del teléfono).

____ Todos los días ____ 2 ó 3 veces al mes

____ Varias veces a la semana ____Alrededor de una vez al mes

____ Una vez a la semana ____ Menos de una vez al mes

De ahora en adelante, cuando en el cuestionario nos refiramos a "profesional", por favor, conteste siempre pensando exclusivamente en esta persona.

5. En ocasiones, necesitamos información o consejo sobre asuntos académicos, profesionales, laborales, etc. (por ejemplo, qué carrera, asignaturas o especialidad seguir; si aceptar un determinado trabajo o no; etc.).

Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado información o consejo de otras personas en relación con este tipo de cuestiones? Por favor, rodee con un círculo el número que mejor represente su respuesta .

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

6. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le ha dado información o consejo referente a asuntos académicos/laborales durante los pasados tres meses (tanto si Vd. la quería como si no).(Rodee con un círculo en cada caso el número que mejor representa su respuesta).

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

7. En ocasiones, necesitamos información o consejo sobre nuestras relaciones con otra persona, o sobre nuestras relaciones con los demás en general (por ejemplo, un conflicto con alguien, el inicio de una nueva relación, preocupación por las opiniones de los demás, etc.). Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado información o consejo de otras personas en relación con este tipo de cuestiones?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

8. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le ha dado información o consejo referente a sus relaciones interpersonales durante los pasados tres meses (tanto si Vd. la buscaba como si no) .

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

9. Cuál es su grado de satisfacción con la calidad de toda la información y los consejos que ha recibido de cada una de esas personas en los pasados tres meses.

	Muy insatisfecho		Ni satisfecho ni insatisfecho		Muy satisfecho
1. ¿Del familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿De su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿Del profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿De su pareja?	1	2	3	4	5

10. En ocasiones, necesitamos pequeñas ayudas de los demás, como que nos echen una mano en alguna tarea (realizar algún trabajo académico, que nos hagan algún recado, etc.), o podemos necesitar algo material de poco valor (por ejemplo, que nos presten 500 pesetas, un libro o unos apuntes). Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado que los demás le ayuden en este tipo de situaciones?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

11. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le ha suministrado este tipo de ayuda durante los pasados tres meses (tanto si Vd. la buscaba como si no).

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

12. En ocasiones, necesitamos ayuda de mayor magnitud (por ejemplo, que nos ayuden en una mudanza, o que hagan una tarea por nosotros que requiere cierto tiempo y esfuerzo), o podemos necesitar algo material que tenga cierto valor (por ejemplo, que nos presten una suma importante de dinero, o que alguien nos deje su coche para hacer un viaje). Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado que los demás le ayuden en este tipo de situaciones?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

13. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le ha suministrado este tipo de ayuda durante los pasados tres meses (tanto si Vd. la buscaba como si no).

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

14. Cuál es su grado de satisfacción con la calidad de la ayuda (tanto la de mayor como la de menor importancia) que ha recibido de cada una de esas personas en los pasados tres meses.

	Muy insatisfecho		Ni satisfecho ni insatisfecho		Muy satisfecho
1. ¿Del familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿De su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿Del profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿De su pareja?	1	2	3	4	5

15. En ocasiones, queremos sentirnos queridos y cuidados por los demás. Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado sentirse querido y cuidado por los demás?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

16. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le dio cariño y cuidado durante los pasados tres meses (tanto si Vd. lo buscaba como si no).

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

17. En ocasiones, queremos que los demás nos alienten y tranquilicen con el fin de que podamos manejar o afrontar una situación específica. Por ejemplo, a veces necesitamos ánimo y apoyo cuando estamos desanimados. Durante los últimos tres meses, ¿Con qué frecuencia ha deseado que le animen y apoyen?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

18. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le dio aliento y ánimos durante los pasados tres meses (tanto si Vd. lo buscaba como si no).

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

19. Cuál es su grado de satisfacción con la calidad del cariño, cuidado, ánimo y aliento que ha recibido de cada una de esas personas en los pasados tres meses.

	Muy insatisfecho		Ni satisfecho ni insatisfecho		Muy satisfecho
1. ¿Del familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿De su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿Del profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿De su pareja?	1	2	3	4	5

20. En ocasiones, queremos que alguien escuche nuestras preocupaciones y sentimientos. Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado esto?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

21. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas escuchó sus preocupaciones y sentimientos durante los pasados tres meses.

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

22. En ocasiones, queremos que los demás hagan algo más que escucharnos. Queremos que comprendan nuestra situación y empaticen con nuestros sentimientos. Durante los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha deseado esto?

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo

23. Con qué frecuencia cada una de las siguientes personas le comprendió y supo sintonizar con sus sentimientos durante los pasados tres meses.

	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo
1. ¿El familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿Su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿El profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿Su pareja?	1	2	3	4	5

24. Cuál es su grado de satisfacción con la calidad de la escucha, comprensión y empatía que ha recibido de cada una de esas personas en los pasados tres meses.

	Muy insatisfecho		Ni satisfecho ni insatisfecho		Muy satisfecho
1. ¿Del familiar cercano?	1	2	3	4	5
2. ¿De su amigo-a?	1	2	3	4	5
3. ¿Del profesional?	1	2	3	4	5
4. ¿De su pareja?	1	2	3	4	5

25. Los siguientes enunciados describen cómo la gente se siente a veces. En relación con cada frase indique, por favor, la frecuencia con la que el contenido de la frase describe la forma en que usted se siente. Para ello rodee uno de los cuatro números.

Por ejemplo: ¿Con qué frecuencia se siente usted feliz?. Si usted nunca se siente feliz debería rodear con un círculo el número 1 : NUNCA; si siempre se siente feliz, debería rodear el número 4 : SIEMPRE.

	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre
1. Con qué frecuencia siente que está en sintonía con la gente que le rodea	1	2	3	4
2. Con qué frecuencia siente que le falta compañía	1	2	3	4
3. Con qué frecuencia piensa que no hay nadie a quien pueda recurrir	1	2	3	4
4. Con qué frecuencia se siente solo/a	1	2	3	4
5. Con qué frecuencia se siente parte de un grupo de amigos/as	1	2	3	4
6. Con qué frecuencia piensa que tiene mucho en común con la gente que le rodea	1	2	3	4
7. Con qué frecuencia siente que no hay nadie cerca de Vd.	1	2	3	4
8. Con qué frecuencia piensa que sus intereses e ideas no son compartidas por quienes le rodean	1	2	3	4
9. Con qué frecuencia piensa que es una persona sociable y amistosa	1	2	3	4
10. Con qué frecuencia se siente vinculado y unido a otra gente	1	2	3	4
11. Con qué frecuencia se siente rechazado/a	1	2	3	4
12. Con qué frecuencia piensa que sus relaciones sociales no son significativas	1	2	3	4
13. Con qué frecuencia piensa que nadie le conoce realmente bien	1	2	3	4
14. Con qué frecuencia se siente aislado/a de los demás	1	2	3	4
15. Con qué frecuencia piensa que puede encontrar compañía cuando lo desee	1	2	3	4
16. Con qué frecuencia siente que hay gente que realmente le comprende...	1	2	3	4
17. Con qué frecuencia se siente tímido/a	1	2	3	4
18. Con qué frecuencia se siente con gente alrededor, pero que no están realmente con Vd.	1	2	3	4
19. Con qué frecuencia siente que hay gente con quien puede hablar	1	2	3	4
20. Con qué frecuencia piensa que hay gente a quien puede recurrir	1	2	3	4

26. Indique, por favor, su grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones. Utilice la siguiente escala:

1	2	3	4
Muy de acuerdo	**De acuerdo**	**En desacuerdo**	**Muy en desacuerdo**

1. Creo que soy una persona digna de estima, al menos en igual medida que los demás	1	2	3	4
2. Creo tener varias cualidades buenas	1	2	3	4
3. Me inclino a pensar que en conjunto soy un fracaso	1	2	3	4
4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente	1	2	3	4
5. Creo que no tengo muchos motivos para enorgullecerme	1	2	3	4
6. Asumo una actitud positiva hacia mí mismo-a	1	2	3	4
7. En general, estoy satisfecho-a conmigo mismo-a	1	2	3	4
8. Desearía sentir más respeto por mí mismo-a	1	2	3	4
9. A veces me siento realmente inútil	1	2	3	4
10. A veces pienso que no sirvo para nada	1	2	3	4

ANEXO 5

Esta es una investigación realizada por el Departamento de Sociología y Psicología Social de la Universidad de Granada en colaboración con el Instituto de la Mujer. El objeto de la misma es estudiar algunas cuestiones relativas a las relaciones de pareja. Sus respuestas serán totalmente anónimas y confidenciales. Nos gustaría que no comentara nada de este cuestionario con su pareja (que recibirá uno similar), con el fin de que sean lo más sinceros posible y no se sientan cohibidos al contestar. Le rogamos, por tanto, que dé sus respuestas de forma individual y privada. Puedes estar completamente segura de que su pareja no tendrá ningún tipo de información referente a sus respuestas de nuestra parte.

Para nuestra investigación resulta imprescindible conocer las respuestas de los dos miembros de cada pareja. Así, a la vez que respetamos la confidencialidad y el anonimato de cada participante le pedimos que escriba un código que nos permita unir los cuestionarios de cada pareja sin necesidad de conocer el nombre de las personas implicadas. Para construir dicho código proceda de la siguiente manera:

* Escriba en los tres siguientes espacios las iniciales de su nombre completo

____	____	____
Nombre	1º apellido	2º apellido

* Ahora escriba las iniciales del nombre completo de su pareja

____	____	____
Nombre	1º apellido	2º apellido

En el caso de que su nombre y/o apellidos sean compuestos debe poner todas las iniciales del mismo. Por ejemplo, María del Carmen sería M.C. y apellidos como Del Moral sería D.M. De esta manera su código tendrá como mínimo seis dígitos.

Por favor responda a las preguntas en el orden en que se presentan. Cuando termine una sección, pase a la siguiente.

1. **Fecha de hoy** _____
2. **Sexo** ____ Hombre ____ Mujer
3. **¿Qué edad tiene?** _____ años

4. **¿Cuál es su residencia habitual?** (Elija una opción)

____ Vivienda propia ____ Vivienda propiedad de algún familiar

____ Vivienda alquilada ____ Otro

5. Qué personas conviven en el domicilio familiar

Parentesco/relación	Edad	Estado civil	Ocupación

6. **¿Qué estudios ha realizado?**

( ) Primarios ( ) Bachiller Elemental/Graduado Escolar

( ) Formación Profesional ( ) Bachiller Superior ( ) Universitarios

7. **Si se encuentra realizando estudios en la actualidad, por favor, indique cuáles**

_____

8. **¿Realiza algún trabajo remunerado?** (Puede marcar más de una respuesta)

( ) No ( ) Sí, a jornada completa ( ) Trabajo ocasional durante todo el año

( ) Sí, a media jornada ( ) Trabajo por horas ( ) Trabajo sólo en vacaciones

9. **Por razones de trabajo, ¿tiene Vd. que ausentarse del domicilio familiar?**

( ) No

( ) Sí, todos los días de la semana (incluído el fin de semana)

( ) Sí, todos los días de la semana (excepto el fin de semana)

( ) Sí, algún día entre semana

( ) Otros (especificar

10. **Por razones de trabajo, ¿tiene su pareja que ausentarse del domicilio familiar?**

( ) No

( ) Sí, todos los días de la semana (incluído el fin de semana)

( ) Sí, todos los días de la semana (excepto el fin de semana)

( ) Sí, algún día entre semana

( ) Otros (especificar)

_____

11.¿Cuál es su trabajo?

---

12 ¿Cuál es su salario promedio mensual?

( ) Menos de 50.000 ptas. mensuales
( ) Entre 50.000 y 100.000 ptas. mensuales
( ) Entre 100.000 y 150.000 ptas. mensuales
( ) Entre 150.000 y 200.000 ptas. mensuales
( ) Entre 200.000 y 250.000 ptas. mensuales
( ) Entre 250.000 y 300.000 ptas. mensuales
( ) Entre 300.000 y 350.000 ptas. mensuales
( ) Más de 350.000 ptas. mensuales

13. ¿Cuántos años lleva realizando un trabajo remunerado? _____ años

14. ¿Qué tipo de contrato tiene?

( ) Funcionario ( ) Fijo ( ) Temporal ( ) Ninguno

15. ¿Le gustaría encontrar otro trabajo?

( ) Sí ( ) No

16. ¿Qué condiciones deberían de darse para que Vd. cambiara a otro trabajo? (puede marcar todas las condiciones que considere necesarias)

( ) Mejor salario
( ) Mejores oportunidades de promoción
( ) Mayor estabilidad en el empleo
( ) Más próximo a mi lugar de residencia
( ) Mejores condiciones de trabajo

17. Ponga, en el paréntesis que hay al final de cada línea, el número que más se aproxima a su opinión. Utilice para ello la siguiente escala.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. Mi trabajo está bien remunerado ..... ( )
2. Mi trabajo es duro ..... ( )
3. Mi trabajo tiene mucho porvenir ..... ( )
4. Mi trabajo me permite desarrollar mi personalidad ..... ( )
5. Mi trabajo me permite asumir responsabilidades ..... ( )
6. Mi trabajo me permite superarme ..... ( )
7. El trabajo que realizo es rutinario y aburrido ..... ( )
8. El trabajo que realizo me hace sentirme agobiado ..... ( )
9. Mi trabajo me hace sentirme útil a los demás ..... ( )
10. El trabajo que realizo está de acuerdo con mi vocación y aficiones..... ( )

18. En el caso de que no realice un trabajo remunerado en la actualidad ¿Ha trabajado con anterioridad?

( ) Si ( ) No

19. ¿En qué trabajó?

---

20. Indique, por favor, su grado de acuerdo o de desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones. Utilice la siguiente escala:

1	2	3	4
Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo

1. Creo que soy una persona digna de estima, al menos en igual medida que los demás	1	2	3	4
2. Creo tener varias cualidades buenas	1	2	3	4
3. Me inclino a pensar que en conjunto soy un fracaso	1	2	3	4
4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayorìa de la gente	1	2	3	4
5. Creo que no tengo muchos motivos para enorgullecerme	1	2	3	4
6. Asumo una actitud positiva hacia mí misma	1	2	3	4
7. En general, estoy satisfecha conmigo misma	1	2	3	4
8. Desearía sentir más respeto por mí misma	1	2	3	4
9. A veces me siento realmente inútil	1	2	3	4
10. A veces pienso que no sirvo para nada	1	2	3	4

21. ¿Cómo de religiosa diría que es?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada religiosa en absoluto			Moderadamente religiosa			Extremadamente religiosa		

Esta sección se refiere a Vd. Por favor, defínase a Vd. misma utilizando las siguientes escalas. Rodea con un círculo un número en cada caso.

	Nada						Mucho
1. Atrevida	1	2	3	4	5	6	7
2. Individualista	1	2	3	4	5	6	7
3. Dominante	1	2	3	4	5	6	7
4. Con mucho tacto	1	2	3	4	5	6	7
5. Agresiva	1	2	3	4	5	6	7
6. Amable	1	2	3	4	5	6	7
7. Ambiciosa	1	2	3	4	5	6	7
8. De habla suave	1	2	3	4	5	6	7
9. Con capacidad de liderazgo	1	2	3	4	5	6	7
10. Femenina	1	2	3	4	5	6	7
11. Con capacidad para captar los sentimientos de los demás	1	2	3	4	5	6	7
12. Tomo decisiones con facilidad	1	2	3	4	5	6	7
13. Defiendo mis propias ideas	1	2	3	4	5	6	7
14. Fuerte	1	2	3	4	5	6	7
15. Comprensiva	1	2	3	4	5	6	7
16. Alegre	1	2	3	4	5	6	7
17. Atlética	1	2	3	4	5	6	7
18. Independiente	1	2	3	4	5	6	7
19. Cálida	1	2	3	4	5	6	7
20. Cariñosa	1	2	3	4	5	6	7
21. Tímida	1	2	3	4	5	6	7
22. Competitiva	1	2	3	4	5	6	7
23. Sensible a los halagos	1	2	3	4	5	6	7
24. Masculina	1	2	3	4	5	6	7
25. Emocional	1	2	3	4	5	6	7
26. Leal	1	2	3	4	5	6	7

1. **¿Ha tenido alguna relación sentimental con una persona del sexo opuesto que no sea su pareja actual?** ____ Sí ____ No

2. **¿Cuántos años tenía cuando iniciaste su primera relación?** _____ años

3. **¿Con cuántas personas diferentes ha tenido relaciones sentimentales?** _____

4. **¿Cuánto dura la relación de pareja que mantiene en la actualidad?** _____ años _____ meses

5. **¿Han tenido periodos de ruptura desde que iniciaron la relación?**

   ____ No ____ sólo uno ____ dos o más

6. **¿Qué edad tiene su pareja ?** _____ años

7. **Su relación actual es**

   ( ) Casados por la Iglesia ( ) Casados por lo civil ( ) Convivencia

8. **¿Tiene hijos/as?** (en caso afirmativo, indique el número) _____

   ¿Qué edades tienen? _____

9. **¿Cómo de estrecha es la relación que tiene con su pareja?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada estrecha en absoluto			Moderadamente estrecha				Extremadamente estrecha	

10. **¿Cómo de implicada está en su relación?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada implicada en absoluto			Moderadamente implicada				Extremadamente implicada	

11. **¿Cómo de comprometida está con su relación?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada comprometida en absoluto			Moderadamente comprometida				Muy comprometida	

12. **¿Cómo de enamorada está de su pareja?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada enamorada			Moderadamente enamorada				Completamente enamorada	

13. **¿Cómo de enamorado crees que está su pareja de Vd.?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada enamorado			Moderadamente enamorado				Completamente enamorado	

14. **En general, ¿Cómo de satisfecha está con su relación?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada satisfecha en absoluto			Moderadamente satisfecha				Extremadamente satisfecha	

15. **En general, ¿cómo de satisfecho cree que está su pareja con la relación?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Nada satisfecho en absoluto			Moderadamente satisfecho				Extremadamente satisfecho	

16. **Desde que empezó esta relación ¿se ha encontrado en alguna/s de estas situaciones?** (Puede marcar más de una)

____ Me he enamorado de otra persona

____ He salido con otra persona pero sin mantener relaciones sexuales

____ He tenido relaciones sexuales con otra persona

17. **En el caso de que su relación actual acabara ¿Cree que le resultaría fácil encontrar otra persona con quien salir y mantener relaciones sentimentales/sexuales?** ____ Sí ____ No

22. **Nos gustaría que calculase el tiempo que pasa a solas con su pareja a lo largo del día. Piense en la última semana y estime el tiempo medio diario que ha pasado con él durante los diferentes momentos de un día, es decir, la mañana, tarde y noche. Si no lo ha visto debe poner 0 horas.**

1. Durante la última semana, ¿cual ha sido el tiempo promedio diario que ha pasado a solas con su pareja desde que se levantó hasta la hora de la comida? _____ horas _____ minutos

2. ¿Y cuál ha sido el tiempo promedio diario que han pasado juntos desde la hora del almuerzo hasta la de la cena? _____ horas _____ minutos

3. ¿Y desde la cena hasta que se acostaron? _____ horas _____ minutos

4. Comparándolo con el tiempo que habitualmente pasa con él, considera que la última semana ha sido:

____ típica
____ poco típica

(Por favor, especifique la razón _____

A continuación aparece una lista de actividades que se suelen realizar a lo largo de la semana. Por favor, señale con una X aquellas que ha realizado <u>a solas con su pareja</u> (y no ambos en compañía de otros) durante la última semana:

( ) Hacer la colada
( ) Preparar la comida
( ) Ver TV
( ) Ir a alguna exposición
( ) Asistir a una conferencia
( ) Ir a un restaurante
( ) Hacer la compra
( ) Dar un paseo o ir en coche
( ) Hablar de temas personales
( ) Ir a un museo
( ) Organizar una fiesta
( ) Asistir a clase
( ) Viajar (fín de semana, vacaciones)
( ) Limpiar la casa/apartamento
( ) Ir a la iglesia
( ) Hacer las tareas domésticas
( ) Mantener relaciones sexuales
( ) Hablar de temas no personales
( ) Ir a comprar ropa
( ) Hablar por teléfono
( ) Ir al cine
( ) Comer juntos
( ) Participar en actividades deportivas
( ) Practicar actividades de ocio al aire libre (p.ej. montar en bicicleta)
( ) Ir al teatro
( ) Ir a un bar
( ) Visitar familiares
( ) Visitar amigos
( ) Ir a un centro comercial
( ) Juegos de mesa
( ) Asistir a un acontecimiento deportivo
( ) Hacer ejercicio (footing, aerobic...)
( ) Pasar un día en el campo o en la playa
( ) Realizar actividades en la naturaleza: caza, pesca, senderismo
( ) Ir a un concierto
( ) Ir a bailar
( ) Ir a una fiesta
( ) Cantar/tocar música

Las siguientes preguntas se refieren al grado de influencia que su pareja ejerce en sus ideas, sentimientos y comportamientos. Para ello debe utilizar la escala que viene a continuación y escribir el núm. que mejor exprese su nivel de acuerdo con cada uno de los items.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo					**Muy de acuerdo**	

MI PAREJA ... ____ influirá en mi seguridad económica en el futuro

____ no influye en las cosas cotidianas de mi vida

____ influye en las cosas importantes de mi vida

____ influye en el tipo de reuniones y acontecimientos sociales a los que asisto

____ influye en las responsabilidades que asumo en nuestra relación

____ no influye en cuánto tiempo empleo en las tareas domésticas

____ no influye en cómo gasto mi dinero

____ influye en lo que pienso de mí misma

____ no influye en mi estado de ánimo

____ influye en mis valores

____ no influye en la opinión que tengo respecto a otras personas importantes en mi vida

____ no influye en la frecuencia con que veo a mi familia ni en el tiempo que paso con ella

____ influye en la frecuencia con que veo a mis amigos/as y en el tiempo que paso con ellos/as

____ no influye en a quien de mis amigos y amigas veo

____ no influye ni ha influído en la carrera que he elegido

____ influye o influirá en el tiempo que dedico a mi carrera

____ no influye en mi oportunidad para encontrar un buen trabajo en el futuro

____ influye en lo que pienso sobre mi futuro

____ no tiene capacidad para influir en mi forma de comportarme en diversas situaciones

____ influye y contribuye a mi felicidad

____ no influye en mi seguridad económica actual

____ influye en cómo paso mi tiempo libre

____ influye en cuándo nos vemos y en la cantidad de tiempo que pasamos juntos

____ no influye en cómo me visto

____ influye en cómo decoro mi casa

____ no influye en dónde vivo

____ influye en lo que veo en TV

Ahora nos gustaría que nos contara en qué medida su pareja influye en sus planes y metas para el futuro. Usando la escala de 7 puntos que viene a continuación, por favor, indique en que medida sus planes y metas futuras se ven afectadas por su pareja, escribiendo el número apropiado en el espacio correspondiente a cada item. Si en algún área no tiene aún planes o metas debe poner un 0.

1	2	3	4	5	6	7
en nada					**en gran medida**	

MI PAREJA INFLUYE

____ en planificar mis vacaciones

____ en mis planes de matrimonio

____ en mis planes de tener hijos/as

____ en mis planes respecto a grandes inversiones (casa, coche...)

____ en mis planes para asociarme a un club, organización, asociación religiosa, etc.

____ en mis planes con respecto a mi carrera/educación

____ en mis proyectos para alcanzar un determinado status económico

¿Qué importancia piensas que puede tener para su satisfación en la vida el estar casada y tener un trabajo remunerado? (Por favor, elige sólo una opción rodeando con un círculo la letra correspondiente)

a el matrimonio es lo más importante

b el matrimonio es relativamente más importante que tener un trabajo remunerado.

c el matrimonio y el tener un trabajo remunerado tienen igual importancia.

d el trabajo remunerado es relativamente más importante que el matrimonio.

e el tener un trabajo remunerado es lo más importante.

A continuación aparece una lista de posibles fuentes de satisfacción en su relación. Nos gustaría que pensaras en el grado de satisfacción que le proporciona cada una de los aspectos que proponemos. Para ello debe utilizar una escala de 4 puntos

1	2	3	4
Ninguna satisfacción			**Mucha satisfacción**

____ 1.- Tener una pareja con la que es fácil llevarse bien

____ 2.- Que su pareja haga la parte que le corresponde de las tareas del hogar

____ 3.- Afecto físico

____ 4.- Que su pareja esté orgullosa de Vd.

____ 5.- Que su pareja contribuya económicamente al mantenimiento de la casa

____ 6.- El reconocimiento de su pareja

____ 7.- Que su pareja le dé ánimos

____ 8.- Sus relaciones sexuales

____ 9.- Que su pareja contribuya en la parte que le corresponde a la economía de la pareja (o familia)

____ 10.- Buena comunicación

____ 11.- Socialización como pareja (salir, alternar y realizar vida de pareja)

____ 12.- Que su pareja le apoye en lo que quiere hacer

____ 13.- Que su pareja se preocupe o tenga interés por miembros de su familia (padres, hermanos,...)

____ 14.- Que su pareja la encuentre físicamente atractiva

____ 15.- Disfrutar de las mismas actividades

____ 16.- Tener una pareja con la que realmente puedes conversar

____ 17.- Las habilidades suyas y de su pareja para resolver los conflictos

____ 18.- Tener una pareja que es un buen amigo

____ 19.- Divertirse juntos

____ 20.- Que su pareja contribuya a que la relación funcione

____ 21.- Que le guste a su pareja como persona

____ 22.- Que pueda estar en desacuerdo con su pareja sin que eso suponga una amenaza para la relación

____ 23.- Su relación con la familia de su pareja

____ 24.- Que su pareja sepa escuchar

____ 25.- Que su pareja la critique de forma constructiva cuando lo necesite

____ 26.- Tener mucho en común con su pareja

A continuación aparecen una serie de aspectos que pueden preocuparle en su relación (independientemente de que se den o no en la actualidad). Por favor, utilizando la siguiente escala, indica en qué medida cada uno de esos aspectos le preocupa.

1	2	3	4
No me preocuparía en absoluto			**Me preocuparía mucho**

____ 1.- Comunicación pobre
____ 2.- Conflictos por motivos económicos
____ 3.- Problemas con la carrera o el trabajo de su pareja
____ 4.- Que su pareja no comprenda cómo es realmente
____ 5.- Que su pareja desee más de lo que le da emocionalmente
____ 6.- Recibir la atención suficiente de su pareja
____ 7.- Que su pareja no haga lo que le corresponde en casa
____ 8.- Inestabilidad del trabajo de su pareja
____ 9.- Falta de afecto físico
____ 10.- Que su pareja no pase suficiente tiempo en casa
____ 11.- Que su pareja dependa emocionalmente de Vd.
____ 12.- Discutir o pelear
____ 13.- Que su pareja esté demasidado encerrado en sí mismo
____ 14.- Que su pareja no le apoye en lo que quiere hacer
____ 15.- Falta de compañerismo
____ 16.- Los problemas personales de su pareja en el momento actual
____ 17.- Que su pareja no esté en sintonía con Vd.
____ 18.- Sus relaciones sexuales
____ 19.- Que su pareja le critique
____ 20.- Que no se lleven bien
____ 21.- La fidelidad de su pareja
____ 22.- Que su pareja esté demasiado implicado en su trabajo
____ 23.- Que su pareja no gane suficiente dinero
____ 24.- Que su pareja se aproveche de Vd.
____ 25.- Que tenga que hacer más de lo que le corresponde
____ 26.- Que su pareja y Vd. no se sientan unidos emocionalmente

Por favor, indica cuál es su grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones. Al lado de cada una, rodea con un círculo el número que mejor indique su opinión personal. Utiliza las siguientes escalas:

1	2	3	4	5
Completamente en desacuerdo	En desacuerdo	No lo sé	De acuerdo	Completamente de acuerdo

	En desacuerdo			De acuerdo	
1. Yo pienso dedicarme al trabajo que he elegido aunque éste me robe parte del tiempo que tengo para mi familia.	1	2	3	4	5
2. Es más importante tener tiempo libre después del trabajo que tener un trabajo en el campo elegido, dedicarte a él y tener éxito.	1	2	3	4	5
3. Si trabajas duro en tu trabajo, no puedes disfrutar de las cosas buenas de la vida.	1	2	3	4	5
4. El trabajo es una de las pocas áreas de la vida donde puedes conseguir una satisfacción real	1	2	3	4	5
5. Pienso dedicarme al trabajo que he elegido aunque éste limite mi libertad personal para disfrutar la vida.	1	2	3	4	5
6. Para mi, el trabajo supone principalmente una forma de hacer dinero.	1	2	3	4	5
7. Disfruto pensando y haciendo planes sobre mi futuro profesional.	1	2	3	4	5
8. Es difícil encontrar satisfacción en la vida a menos que disfrutes de tu trabajo.	1	2	3	4	5
9. El trabajo es un mal necesario.	1	2	3	4	5
10. Decidir qué profesión seguir es la decisión más importante que ha de tomar una persona joven.	1	2	3	4	5
11. No pienso demasiado en qué tipo de trabajo tendré dentro de 10 años	1	2	3	4	5
12. Estoy dispuesta a hacer muchos sacrificios para conseguir ascender en mi carrera.	1	2	3	4	5
13. Veo el trabajo como un modo de expresarse una misma.	1	2	3	4	5
14. Me considero orientada hacia mi profesión.	1	2	3	4	5
15. No podría ser verdaderamente feliz en la vida a menos que logre éxito en mi profesión.	1	2	3	4	5
16. Voy a dedicarme al trabajo que he elegido aunque me deje muy pocas oportunidades de disfrutar de mis amigos.	1	2	3	4	5
17. Yo quisiera ser capaz de desconectarme del trabajo cuando acabo la jornada.	1	2	3	4	5
18. Empezé a pensar sobre trabajos y carreras cuando era muy joven.	1	2	3	4	5
19. Intentaré dedicarme al trabajo que he elegido aunque me deje muy poco tiempo para las actividades religiosas.	1	2	3	4	5

	En desacuerdo				De acuerdo
20. Es más importante tener un trabajo en el campo que te interesa, dedicarte a él y tener éxito, que tener una familia estrechamente unida con quien compartir tus experiencias.	1	2	3	4	5
21. La simple idea de trabajar y mantener un trabajo es de lo más desagradable para mi.	1	2	3	4	5
22. Formarme y ascender en mi carrera es mi único interés .	1	2	3	4	5
23. A veces me pongo a pensar sobre si seré feliz con la profesión que he elegido.	1	2	3	4	5
24. Es más importante ser querido por la gente, dedicar tus energias para mejorar la humanidad y servir de alguna ayuda a alguien, que tener un trabajo en el campo de interés que has elegido, dedicarse a él y tener éxito .	1	2	3	4	5
25. Generalmente no merece la pena hacer planes para una carrera concreta, pues ésta apenas depende de lo que hagas.	1	2	3	4	5
26. Me desplazaría a otra parte del país si pensara que eso me ayudaría a ascender en mi carrera.	1	2	3	4	5
27. Realmente nunca pienso demasiado en cuestiones referentes a mi futuro profesional	1	2	3	4	5

Seguidamente, indique cómo percibe su vida en general, utilizando para ello las siguientes escalas. Rodee con un círculo el número que mejor describa su percepción.

MI VIDA EN GENERAL ES

Aburrida	1	2	3	4	5	6	7	Interesante
Divertida, agradable	1	2	3	4	5	6	7	Desgraciada, desdichada
Sin utilidad	1	2	3	4	5	6	7	Valiosa
Cordial, amistosa	1	2	3	4	5	6	7	Solitaria
Llena	1	2	3	4	5	6	7	Vacía
Pesimista, desalentadora	1	2	3	4	5	6	7	Optimista, con esperanza
Desilusionante	1	2	3	4	5	6	7	Recompensante
Saca a relucir lo mejor que hay en mí	1	2	3	4	5	6	7	No me da muchas oportunidades

¿Cómo de satisfecha está con su vida en general? Rodee con un círculo el número que mejor describe su grado de satisfacción con la vida?

1	2	3	4	5	6	7
Completamente insatisfecha					Completamente satisfecha	

Los siguientes enunciados describen cómo la gente se siente a veces. En relación con cada frase indica, por favor, la frecuencia con la que el contenido de la frase describe la forma en que se siente. Para ello rodee uno de los cuatro números.

Por ejemplo: ¿Con qué frecuencia se siente feliz?. Si nunca se siente feliz debería rodear con un círculo el número 1 : NUNCA; si siempre se siente feliz, debería rodear el número 4 : SIEMPRE.

	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre
1. Con qué frecuencia siente que está en sintonía con la gente que te rodea	1	2	3	4
2. Con qué frecuencia siente que le falta compañía	1	2	3	4
3. Con qué frecuencia piensa que no hay nadie a quien pueda recurrir	1	2	3	4
4. Con qué frecuencia se sientes sola	1	2	3	4
5. Con qué frecuencia se siente parte de un grupo de amigos/as ...	1	2	3	4
6. Con qué frecuencia piensa que tiene mucho en común con la gente que le rodea	1	2	3	4
7. Con qué frecuencia siente que no hay nadie cerca de Vd.....	1	2	3	4
8. Con qué frecuencia piensa que sus intereses e ideas no son compartidas por quienes le rodean	1	2	3	4
9. Con qué frecuencia piensa que es una persona sociable y amistosa	1	2	3	4
10. Con qué frecuencia se siente vinculada y unida a otra gente	1	2	3	4
11. Con qué frecuencia se siente rechazada	1	2	3	4
12. Con qué frecuencia piensa que sus relaciones sociales no son significativas	1	2	3	4
13. Con qué frecuencia piensa que nadie le conoce realmente bien	1	2	3	4
14. Con qué frecuencia se siente aislada de los demás	1	2	3	4
15. Con qué frecuencia piensa que puede encontrar compañía cuando lo desee	1	2	3	4
16. Con qué frecuencia siente que hay gente que realmente le comprende.....	1	2	3	4
17. Con qué frecuencia se siente tímida	1	2	3	4
18. Con qué frecuencia se siente con gente alrededor, pero que no están realmente con Vd.	1	2	3	4
19. Con qué frecuencia siente que hay gente con quien puede hablar	1	2	3	4
20. Con qué frecuencia piensa que hay gente a quien puede recurrir	1	2	3	4

A continuación verá una serie de enunciados que expresan opiniones relacionadas con los roles de hombres y mujeres. Le pedimos que lea cada enunciado atentamente y que luego lo evalúe de acuerdo con la siguiente escala:

1	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Totalmente de acuerdo				**Ni de acuerdo ni en desacuerdo**				**Totalmente en desacuerdo**		

1. Aunque a algunas mujeres les guste trabajar fuera del hogar, debería ser responsabilidad última del hombre suministrar el sostén económico a su familia. ..... ___

2. El lugar de una mujer es el hogar ..... ___

3. La maternidad es la mayor fuente de satisfacción que una mujer puede tener..... ___

4. A las mujeres debería permitírseles tanta libertad sexual como a los hombres..... ___

5. El aborto debería permitirse a petición de la mujer..... ___

6. Es probable que los niños pequeños sufran si sus madres trabajan..... ___

7. Es natural que hombres y mujeres desempeñen diferentes tareas..... ___

8. Sería una mala cosa para la sociedad que los roles del hombre y de la mujer se vieran radicalmente alterados..... ___

9. Está bien que la mujer continúe trabajando fuera del hogar aún cuando los ingresos del marido sean más que suficientes para mantener a la familia..... ___

10. Una mujer debería poder abortar simplemente porque siente que un hijo podría interferir en su estilo de vida..... ___

11. Los estudiantes varones se toman más en serio sus estudios que las mujeres..... ___

12. Me parece bien que una mujer mantenga económicamente a su familia..... ___

13. El matrimonio y los niños no tienen porqué interferir en la carrera de una mujer más de lo que lo hacen en la carrera de un hombre..... ___

14. Una mujer debería tener exactamente las mismas oportunidades de trabajo que un hombre..... ___

15. Las mujeres deberían llevar la dirección del hogar y dejar que el hombre lleve la dirección de los negocios..... ___

16. Hombres y mujeres deberían sentirse igualmente responsables del trabajo del hogar..... ___

17. Contratar a una mujer sólo trae problemas a los empresarios..... ___

18. Debería haber más guarderías para liberar a las madres del cuidado constante de sus hijos..... ___

19. Una mujer debería apreciar las miradas de admiración que recibe cuando camina por la calle..... ___

1	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Totalmende de acuerdo									**Totalmente en desacuerdo**	

20. Si un niño está enfermo y ambos padres están trabajando debe ser generalmente la madre quien pida permiso en el trabajo para cuidarlo..... ___

21. Es mejor que una mujer intente lograr seguridad animando a su marido en el trabajo que poniéndose delante de él con su propia carrera..... ___

22. Hay una necesidad urgente de cambiar la posición del hombre y de la mujer en nuestra sociedad..... ___

23. Las oportunidades de trabajo para las mujeres deberían ser iguales que para los hombres..... ___

24. Una mujer deberían tener exactamente la misma libertad de acción que un hombre..... ___

25. Se necesitan más mujeres en los puestos directivos de las empresas..... ___

26. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio..... ___

27. Una mujer casada debería sentirse libre de tener como amigos a hombres..... ___

28. Las mujeres no serán respetadas como miembros de la sociedad hasta que obtengan independencia económica de los hombres..... ___

29. Las mujeres deberían contentarse con sus cualidades, talentos y habilidades y dejar de quejarse sobre las cosas que no tienen..... ___

30. Una madre que trabaja puede establecer una relación tan cálida y segura con su hijos como una madre que no trabaja..... ___

31. La relación ideal entre marido y esposa es la de interdependencia, en la cual el hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales..... ___

32. Es más apropiado que una madre y no un padre cambie los pañales del bebé..... ___

33. Considero bastante más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre..... ___

34. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer..... ___

35. La mujer deberìa reconocer que igual que hay trabajos no deseables para ellas por requerir de la fuerza física, hay otros que no lo son debido a sus caracterìsticas psicológicas..... ___

36. Hay muchos trabajos en los cuales los hombres deberían tener preferencia sobre las mujeres a la hora de los ascensos y de la promoción..... ___

37. Los hombres, en general, están mejor preparados que las mujeres para el mundo de la política..... ___

38. Cuando la mujer trabaja fuera del hogar las tareas domésticas deberían estar repartidas de forma equitativa entre el hombre y la mujer..... ___

1. **¿Cuántos hijos o hijas te gustaría tener?** _____ hijos/as

2. **¿A partir de qué momento en su vida se planteó o se plantearía tener hijos?** (Puede marcar varias respuestas)

_____ Cuando tuve (o tenga) una relación de pareja estable

_____ Cuando estuve (o esté) casada

_____ Cuando tuve (o tenga) un trabajo

_____ Cuando mi pareja tuvo (o tenga) un trabajo

_____ No me lo planteé (plantearía) (que vengan cuando Dios o la naturaleza quieran)

_____ Otros

3. **El tener hijos/as supone (o supondrá) para Vd.**

	Totalmente de acuerdo	Algo de acuerdo	Algo en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1. Grandes reajustes en su presupuesto económico.....	1	2	3	4
2. Tener que trabajar para tener más dinero.....	1	2	3	4
3. Una disminución en la calidad de su relación de pareja.....	1	2	3	4
4. Mayor trabajo dentro de casa.....	1	2	3	4
5. Renunciar o disminuir sus contactos con amigos/as.....	1	2	3	4
6. Reducir la jornada laboral para atender a los hijos/as.....	1	2	3	4
7. Un fortalecimiento de sus relaciones de pareja.....	1	2	3	4
8. Dejar de trabajar.....	1	2	3	4
9. Disminuir su vida social (salidas, diversiones, etc.).....	1	2	3	4
10. Sentirse realizada como persona	1	2	3	4
11. Esforzarse más en su carrera profesional.....	1	2	3	4
12. Complicarse la vida.....	1	2	3	4
13. Renunciar durante varios años a su carrera profesional.....	1	2	3	4
14. Incrementar los vínculos con su familia y la de su pareja...	1	2	3	4
15. Disminuir sus aspiraciones profesionales.....	1	2	3	4
16. Renunciar a parte del tiempo que dedicas a sí misma.....	1	2	3	4
17. Cambiar sus actividades de tiempo libre y ocio	1	2	3	4
18. Renunciar definitivamente a su carrera profesional.....	1	2	3	4