

LA CONEXIÓN COMO SOCIABILIDAD. MEDIACIÓN DE LAS REDES SOCIALES EN LAS SOLEDADES JUVENILES

CONNECTION AS SOCIABILITY. MEDIATION OF SOCIAL NETWORKS IN YOUTH LONELINESS

Asier Amezaga Etxebarria*; **Carlos López Carrasco****; **Igor Sádaba Rodríguez*****

* Universidad del País Vasco/ Euskal Herriko Unibertsitatea; ** Cooperativa Indaga; *** Universidad Complutense de Madrid e Instituto TRANSOC; asier.amezaga@ehu.eus; carlos.lcarrasco@indaga.org; igor.sadaba@cps.ucm.es

Historia editorial	Resumen
<p>Recibido: 21-04-2022 Aceptado: 27-06-2022 Publicado: 05-11-2022</p>	<p>Las redes sociales son infraestructuras de conexión que producen sentidos y experiencias en torno a la soledad. A partir de un trabajo de campo basado en entrevistas abiertas realizadas a jóvenes durante el confinamiento de 2020, proponemos entender la conexión como un proceso sociotécnico capaz de estructurar narrativamente sentidos emergentes de la soledad. Desplegamos dicha conexión en tres membranas que remiten: al medio de contacto y las creencias entorno a la inmediatez; al entramado vincular, en una lógica contrapuesta de exposición e intimidad; y a las proyecciones, que apuntan a la base imaginaria de la otredad y los mecanismos de generalización del otro. Pondremos así de relieve en este artículo la sociabilidad contradictoria a la que conducen las mediaciones digitales, situada entre la pulsión de fluidez y transitoriedad de una vida social dinámica y el montaje de una red interpersonal en la que el yo pueda obtener presencia y valor.</p>
<p>Palabras clave Redes sociales; Soledad; Salud mental; Juventud; Conexión</p>	<p>Abstract</p> <p>Social networks are connection infrastructures that produce sense and experience of loneliness. It is on that premise that we have conducted interviews of youngsters conducted during the 2020 spring lockdown. From them, we suggest that connection is a socio-technical process capable of narratively structure emerging meanings of loneliness. It unfolds in three membranes that referring to: the means of contact and the beliefs around immediacy; the bonding network, in a conflicting logic of exposure and intimacy; and projections, which points to the imaginary basis of otherness and the mechanisms of generalization of the other. We will thus highlight the contradictory sociability to which digital mediations lead, between the drive for fluidity and transience of a dynamic social life and the assembly of an interpersonal network in which the self can obtain presence and value.</p>
<p>Keywords Social networks; Loneliness; Mental health; Youth; Connection</p>	<p>Keywords Social networks; Loneliness; Mental health; Youth; Connection</p>

Amezaga Etxebarria, Asier; López Carrasco, Carlos & Sádaba Rodríguez, Igor (2022). La conexión como sociabilidad. Mediación de las redes sociales en las soledades juveniles. *Athenea Digital*, 22(3), e3303. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.3303>

Crear unas redes sociales o, bueno, crear alguna app en donde formar grupos para conocer gente, para *conectar con otras personas sin tener que conectar* por así decirlo. Para simplemente poder hablar con alguien, poder desahogarte... Porque a veces el no tener cara es bueno, porque simplemente puedes hablar todo lo que te dé en gana. Y a veces, también el no tenerlo es malo cuando lo haces, pero de forma pública y sin tener en consideración los sentimientos de otra persona. (Mujer, 16 años, entrevista personal, 2020)

Introducción

“Conectar con otras personas sin tener que conectar”, así es como una de las jóvenes entrevistadas proyectaba su ideal cuando le preguntábamos cómo diseñaría aplicaciones que permitieran hacer frente a la soledad. Dos acepciones de la conexión —como contacto o como vínculo— se contraponen para esbozar el deseo de un contacto que no tenga que soportar el peso y la gravedad del vínculo. También hemos encontrado ideales en sentido inverso, donde las redes permitirían vincularse a los demás sin necesidad de un contacto constante.

La noción de conexión-desconexión permite condensar las infraestructuras, efectos y sentidos de la soledad, operando como un cronotopo que construye una relación espaciotemporal en la que los usuarios se encuentran. El cronotopo es un concepto que sirvió a Mijaíl Bajtín (1989) para rastrear las formas esenciales en que el tiempo y el espacio se articulaban a lo largo de la historia de la literatura. En su propuesta, partía del cronotopo del *encuentro* propio del teatro griego en que la trama se desarrollaba a partir de los encuentros y desencuentros que se producían entre los actores en el espacio abstracto del escenario. Se trataría de un cronotopo que ha impregnado diferentes formas y etapas del pensamiento occidental, desde la *aparición* religiosa, el *contacto* científico o los *encuentros públicos* de la vida social y política (Bajtín, 1989; García-Selgas y García Olivares, 2014, p. 186). La *conexión* sería una variante más del *encuentro*, un elemento estructurador de las narrativas que nos permite explicar cómo los sujetos contemporáneos confieren sentido a sus vivencias específicas de sociabilidad, renovando el modo en que elaboran la experiencia de soledad. De acuerdo con esta idea de conexión, no entenderemos la soledad tanto como una circunstancia de aislamiento ni como una mera experiencia o sentimiento de desvinculación (aunque se relaciona habitualmente a ambos hechos), sino más bien como el producto de un conjunto de mediaciones en que siempre se da una tensión entre los sentidos de la sociabilidad y la experiencia encarnada de esta.

Este artículo explora “la conexión” como noción para caracterizar nuevos modos en los que se da y concibe la sociabilidad, a partir de una investigación sobre la mediación de las redes sociales en la experiencia de la soledad de personas jóvenes durante el confinamiento que se produjo en España en primavera de 2020. Esto permite elaborar un relato en torno al momento en que la conexión online pasó a sustituir buena parte de los encuentros escolares, amicales y laborales, pero también permite pulsar la soledad como una tendencia que no ha hecho sino reforzarse y complejizarse. Tras situar la emergencia del triángulo soledad, jóvenes y redes sociales, formularemos teóricamente el concepto de conexión y la estrategia metodológica que hemos seguido. Después, presentaremos nuestra propuesta de análisis a partir de tres membranas, res-

pectivas al medio de contacto, el vínculo y la proyección. Finalmente, discutimos estos resultados y las implicaciones de cara a otros estudios.

El triángulo soledad, jóvenes y redes sociales

Aunque su relación nos parezca intuitiva, soledad, jóvenes y redes sociales forman un triángulo que se ha ido tramando en los últimos años, volviéndose especialmente notoria durante los duros meses de confinamiento de la primavera de 2020. La soledad, como problema social, es producto de un entramado de instrumentos, instituciones y visiones que tratan de capturar, intervenir o resolverla (Lenoir, 1993). Este trabajo pretende problematizar este triángulo desde otro lugar y, para ello, atendemos a lo que denominamos los “cronotopos de conexión”. De ese modo, reclamamos una mirada propia sobre la soledad, vinculada a la conexión como proceso sociotécnico que implica la infraestructura de las redes sociales desde las que se interpela a personas jóvenes.

En las últimas décadas, la soledad ha recibido una atención creciente llegando a ser calificada como pandemia (Perlman, 1987), una de las “más devastadoras enfermedades de la sociedad moderna” (Singh, 1991, p. 110). Un fenómeno tradicionalmente constatado por los ámbitos médico y psiquiátrico que, en el contexto de sus prácticas institucionales, se plantea como causa de problemas en la salud y bienestar, principalmente de las personas mayores (Courtin y Knapp, 2017; Heylen, 2010; Wenger et al., 1996). En este contexto disciplinar, lo social aparece como un factor ambiental y la soledad como una forma de aislamiento, a veces agazapado tras categorías aparentemente biológicas como la edad (Somes, 2021).

La emergencia de este mismo fenómeno en marcos institucionales más próximos a la pedagogía, psicología e intervención social han contribuido a redefinir y situar el problema en el ámbito de la adolescencia y juventud, entre otros. Para ello, se ha propuesto ampliar su definición conceptual (Yang, 2019) y metodológica (de Jong-Gierveld et al., 2006; Zavaleta et al., 2014). Términos como “sentimiento” de soledad o la distinción entre soledad deseada y no deseada, atienden al papel que desempeñan los deseos e interpretaciones de los sujetos (Cacioppo y Patrick, 2008; Rockach, 2019). Lo social aparecería aquí como una esfera de producción de significados que se atribuyen a cuestiones como la cohesión, el vínculo o la confianza, además del mero contacto entre personas. Estos estudios describen la soledad como un sentimiento habitual entre jóvenes, particularmente vinculado a etapas de desarrollo psicosocial (adolescencia y transición a la edad adulta) y al uso de tecnologías digitales (Cauberghe et al., 2021; O'Day y Heimberg, 2021; Pérez y Quiroga-Garza, 2019; Yang et al., 2020).

La relación entre redes sociales y soledad ha sido objeto de una serie de controversias (Sadagheyani y Tatari, 2021) derivadas, a nuestro entender, de los diferentes modos en los que se ha definido. Si entendemos la soledad como aislamiento y lo social como factor ambiental, las redes sociales podrían ayudar a mitigarla al aumentar la capacidad de establecer y mantener interacciones (Arampatzi et al., 2018; Reis et al., 2000) con un amplio rango de grupos de referencia (Campbell, 2019; Sandstrom y Dunn, 2014). Concebida la soledad, en cambio, como una experiencia, y lo social como esfera de producción de significados, las redes sociales suponen complejizar el problema (Hunt et al., 2018). La primera aproximación tiende a centrarse en el efecto de las redes sociales sobre el contacto entre personas, la segunda atiende al sentido que le conferimos a esos contactos.

Las medidas tomadas frente a la pandemia del COVID-19 han actualizado este marco de interpretación. Estudios realizados en varios países occidentales, incluida España (García-González et al., 2021), apuntan un aumento generalizado del sentimiento de soledad (Peng y Roth, 2021). Se constató, además, que esta experiencia tuvo especial incidencia entre la población joven (Lisitsa et al., 2020; Sanmartín et al., 2020, pp. 18-19), una cuestión que podría explicarse por factores institucionales —cierre de centros educativos y su importancia para las relaciones entre pares— pero que actualizaba el carácter ambivalente de las redes sociales señalado en estudios previos. Mientras que el sentimiento de soledad aumentaba con el uso creciente de las redes sociales entre las personas jóvenes (Bonsaksen et al., 2021), esta relación se invirtió en la población más mayor (García-González et al., 2021; Moore y Hancock, 2020), apuntando a que las mediaciones digitales pueden facilitar una forma de contacto sustitutivo que mitiga la soledad, aunque esto no es siempre efectivo para todos los usos.

La actual coyuntura histórica ha trastocado prácticamente todas las dimensiones de lo social (Santoro, 2020). Durante la realización del trabajo de campo, entre abril y mayo de 2020, la soledad se convirtió en una cuestión que fue adquiriendo una dimensión pública y compartida, mientras que las redes sociales se fueron perfilando como uno de los principales modos de sociabilidad. Defendemos en este artículo que la pandemia y las regulaciones asociadas fueron acontecimientos que produjeron sentidos emergentes sobre el triángulo soledad-jóvenes-redes sociales.

Ideología e infraestructuras de conexión

Al igual que el suicidio, que Durkheim estudió en la sociedad europea de finales del s. XIX, la soledad, aunque sufrida individualmente, es un hecho social que acompaña el debilitamiento de los vínculos y las interacciones sociales (Franklin, 2016). Entende-

mos que lo social no se limita a los intercambios personales, sino que abarca también procesos de subjetivación ambivalentes y contradictorios. La sociabilidad en su conjunto y el modo de experimentarla se está transformando profundamente (McPherson et al., 2006), condicionados por la extensión de las tecnologías de internet, el mercado de consumo y la industria terapéutica, como Eva Illouz (2020) ha analizado a propósito del amor. Al igual que el amor, la soledad se vive como un conjunto de *tecnologías de elección individual* que han catapultado a las personas a situaciones que promueven la disponibilidad del afecto de los sujetos, al tiempo que se genera incertidumbre en las formas definir, evaluar o entablar sus vínculos (Illouz, 2020, p. 35). Si bien las tecnologías de la elección hacen referencia a un conjunto amplio de prácticas, rituales, normas y discursos, las redes sociales serían su expresión paradigmática, al ofrecer un “panel de control” sobre el conjunto de las personas con las que podemos vincularnos y desvincularnos individualmente.

Las redes sociales articulan las dos vertientes de la soledad que señalábamos en el apartado anterior, pues constituyen tanto un medio de contacto entre personas como un medio de construcción de identidad (Fernández Rodríguez y Gutiérrez Pequeño, 2017). Dichos dispositivos digitales permiten una remediación de la interacción al alterar el rango de posibilidades de interacción y superponer diferentes medios sociales y tecnológicos (Lasén y Casado, 2014). Es más, sus efectos no terminan cuando los dispositivos se apagan: la *appificación* se extiende a diferentes ámbitos de la vida social, pues los dispositivos dislocan los esquemas tradiciones de conexión social (Lasén y Hjorth, 2017).

Para entender cómo median las redes sociales en la vivencia de la soledad, atenderemos a su dimensión ideológica (Althusser, 2003). Al igual que Wendy Chun (2005) propone utilizar este enfoque a usuarios informáticos, consideramos que las redes sociales operan como ideología en tanto que interpelan a personas jóvenes como usuarias. El compromiso de estas con las redes sociales es ideológico ya que la interfaz supone una relación imaginaria entre ellas y un conjunto de infraestructuras (cables, procesadores, pulsos eléctricos) que constituyen sus condiciones reales de existencia (Lovink, 2019). Así, las expresiones en torno a la soledad se elaboran a partir de la representación de esa relación. Si a esta interpelación del medio sobre el usuario (propio de dispositivos tecnológicos personales) le añadimos las interpelaciones que otros usuarios hacen a través del medio (propio de las redes sociales), se perfila una maraña compleja de vivencias cuyo rasgo común es estar mediatizada por las redes, pero también participada por un rango ingente de usuarias (Welschinger, 2020). De acuerdo con esto, postulamos como hipótesis de trabajo que las redes sociales son infraestructuras (Star, 2002) que, en sus usos, interpelan usuarios que experimentan y construyen

sentidos específicos de soledad y sociabilidad. La conexión sería así un cronotopo que articula el tiempo y el espacio de los encuentros, pero también las dimensiones materiales de la infraestructura y las dimensiones simbólicas de los sujetos.

Proponemos, por tanto, explicar diferentes niveles en los que la conexión opera como cronotopo de las formas de sociabilidad y soledad de personas a través de tres membranas, que desarrollamos en diferentes secciones del texto. Aludimos a una estructura similar a la del tacto entre dos cuerpos, una serie de capas superpuestas y dinámicas que, pese a que se afectan mutuamente, pueden analizarse por separado. Su relación supone un juego que podemos interpretar en clave de profundidad-exterioridad, pero también de estabilidad y modulación.

Orientación metodológica

Los resultados de este artículo se basan en un estudio (Amezaga et al., 2022) que tenía como objetivo principal analizar las experiencias y significados de la soledad de personas jóvenes, mediadas por las redes sociales, a partir de las vivencias recabadas durante el confinamiento derivado de la pandemia del COVID-19. El estudio se ha desarrollado mediante de entrevistas a jóvenes de entre 14 y 21 años de entornos urbanos del estado español. Sus vivencias están condicionadas por una serie de características vitales e institucionales (escolares, familiares) y por un entorno en el que la vida cotidiana fue notablemente alterada por el confinamiento. Partiendo de estas características comunes, nos ha sido posible atender a otros factores que, sospechábamos, podían dar pistas sobre el modo en que soledad, redes sociales y confinamiento se estaban conjugando, como el género y las unidades de convivencia, y otros más abiertos como la divergencia respecto a los patrones normativos de sexualidad, racialización y estéticos. El acercamiento cualitativo favorece comprender los sentidos que estos jóvenes construyen y dan a sus interacciones, los significados que atribuyen a sus acciones comunicativas y la manera en la que se van posicionando con respecto a ellas.

Se diseñó, por tanto, un planteamiento metodológico cualitativo basado en la producción y análisis de discursos a través de tres objetivos específicos, que desarrollamos en los siguientes apartados:

1. Identificar y caracterizar las creencias asociadas al medio de contacto con otras personas a través de redes sociales y sus efectos en la vivencia de la soledad.
2. Rastrear los significados que se otorgan a las formas de vinculación por medio de las redes sociales.

3. Conocer cómo las personas usuarias se representan y proyectan a sí mismas y a otras en las redes sociales.

Los resultados que presentamos se basan en el análisis de trece entrevistas abiertas semiestructuradas, si bien el estudio incorporaba también una encuesta online y talleres participativos con personas jóvenes y expertas. Podríamos concebir las entrevistas con el mismo prisma que aplicábamos a las redes sociales, como un aparato ideológico de interpelación que trata de captar el modo en que las entrevistadas representan la soledad y su relación imaginaria con, y a través de, las redes sociales. Las entrevistas se desarrollaron a través de videollamadas por Zoom (Gruber et al., 2021), en las que partimos de su relación con las redes sociales, para después abordar la cuestión de la soledad desde las vivencias del confinamiento, a las experiencias más generales y las estrategias empleadas para hacerle frente. Además del consentimiento de las personas participantes, al tratarse de menores, se contó también con el consentimiento de sus padres/madres o tutores que se recabó antes de realizar las entrevistas. Tras transcribirlas, se realizó un análisis socio-hermenéutico (Alonso, 2013), vinculando las experiencias de soledad y los contextos sociales de enunciación, a partir de un trabajo de codificación y contraste de las entrevistas transcritas.

Código	Sexo	Edad	Lugar de residencia	Convivencia
E1	Hombre	14	Pueblo	Monomarental
E2	Mujer	16	Ciudad pequeña	Familia extensa
E3	Mujer	16	Gran ciudad	Familia nuclear
E4	Mujer	17	Pueblo	Familia nuclear
E5	Mujer	17	Gran ciudad	Familia nuclear
E6	Hombre	18	Gran ciudad	Familia extensa
E7	Hombre	19	Gran ciudad	Familia nuclear
E8	Hombre	19	Gran ciudad	Monomarental
E9	Mujer	19	Gran ciudad	Piso compartido
E10	Hombre	20	Pueblo	Familia nuclear
E11	Hombre	20	Ciudad pequeña	Sola
E12	Mujer	20	Ciudad pequeña	Familia nuclear
E13	Mujer	20	Ciudad pequeña	Monomarental

Tabla 1. Características de las personas entrevistadas

La propuesta analítica que hacemos a continuación tiene un carácter heurístico y no permite, por ahora, establecer generalizaciones en torno a cómo la posición social afecta a las experiencias de soledad. Sin embargo, se ha partido de una muestra estructural (Ibáñez, 2015) que fuera lo más rica posible, en cuanto al hábitat y situación de

convivencia, edad y género de las personas entrevistadas. Si bien en las entrevistas se abordaban diferentes redes sociales, Instagram fue la plataforma que se empleó para contactar con las participantes, lo que condiciona los perfiles y el contexto de enunciación de las entrevistas (ver tabla 1).

La membrana del medio de contacto

A partir de los análisis de las entrevistas se identifica una primera membrana para entender la relación entre redes sociales y soledad que remite al medio. Entendemos el medio como un proceso simbólico y material a través del cual tiene lugar la interacción y que, por tanto, contribuye o no a la vivencia de la soledad. La distinción entre los medios digitales y presenciales de interacción es una tematización habitual:

Sí, podría decirse que las redes sociales igual me han servido a mantenerme conectado con el resto de la gente con la que me relaciono. Sí que es verdad que evidentemente esa conexión no ha sido del todo, o sea, no es una conexión de cuándo estás cara a cara. Por ejemplo, no es lo mismo una conversación cara a cara que una conversación a través de una pantalla. Pierde mucho más. (Hombre, 20 años, entrevista personal, 2020)

Las redes sociales son generalmente presentadas como una extensión artificial, sustituto o sucedáneo de aquellas que se dan en el patio del instituto, la sala de estar o el banco de una plaza. Los medios digitales se presentan a través de metáforas que prolongan la vida *offline*, un medio que “ayuda”, pero en el que se “pierde” algo. Una añoranza que expresa un conjunto de creencias en torno al medio: las diferentes formas de inmediatez que habilita.

Siguiendo a David Bolter y Richard Grusin (2011), la inmediatez consiste en la creencia de que existe un punto de contacto entre el medio y aquello que el medio representa, una creencia que es producto de un proceso sociotécnico e histórico de “borrado del medio”. Por ejemplo, mediaciones como la perspectiva lineal en el Renacimiento, o la interactividad de la realidad virtual, permiten que la propia mediación se vuelva invisible. En el caso de las redes sociales, la inmediatez es una matriz desde la que se interpreta la relación interpersonal y que descansa en la creencia de que la conexión tiene mayor calidad cuanto más invisible sea el medio que la hace posible. Definir el medio como “creencia” es importante, pues nos recuerda que las mediaciones además de ser operaciones tecnológicas también son procesos simbólicos, que permiten interpretar el contacto en términos de “fidelidad”, “deformación” o “irrealidad”.

De acuerdo con esta creencia es habitual que se otorgue una mayor calidad a las interacciones presenciales. En este tipo de interacciones el medio se disuelve en la proximidad del espacio. Por ello, hablaremos de *inmediatez espacial* para referirnos a las creencias que dan prevalencia a este tipo de contacto. Esta forma de inmediatez tiene en el sentido del tacto y el gesto del abrazo sus expresiones paradigmáticas, inconmensurables a los medios telemáticos: “[Por redes sociales] no es lo mismo que verte en persona, obviamente, porque no te pueden dar un abrazo, no te pueden dar un beso, no te pueden decir como que ‘ay’” (Mujer, 16 años, entrevista personal, 2020). Como muestra de la jerarquización entre formas de contacto *online* y *offline*, atributos asociados al contacto espacial y táctil marcan el carácter de la sociabilidad; donde la “cerca-nía”, “calidez” y “profundidad” son las referencias semánticas habituales para definir un contacto espacialmente inmediato.

Si bien la preferencia por la inmediatez espacial es dominante, la posibilidad de una comunicación constante a través de los dispositivos digitales permite apuntar a otro tipo de inmediatez. La llamamos *inmediatez temporal* porque se sustenta en la creencia de la constante disponibilidad del medio para contactar, superando las rigideces del espacio a la hora, por ejemplo, de concertar una cita o de asumir riesgos en el contexto de la pandemia. Esta forma de inmediatez promete una accesibilidad simultánea, ya que el rastro de la mediación desaparece en el tiempo veloz de la fibra óptica y los procesadores.

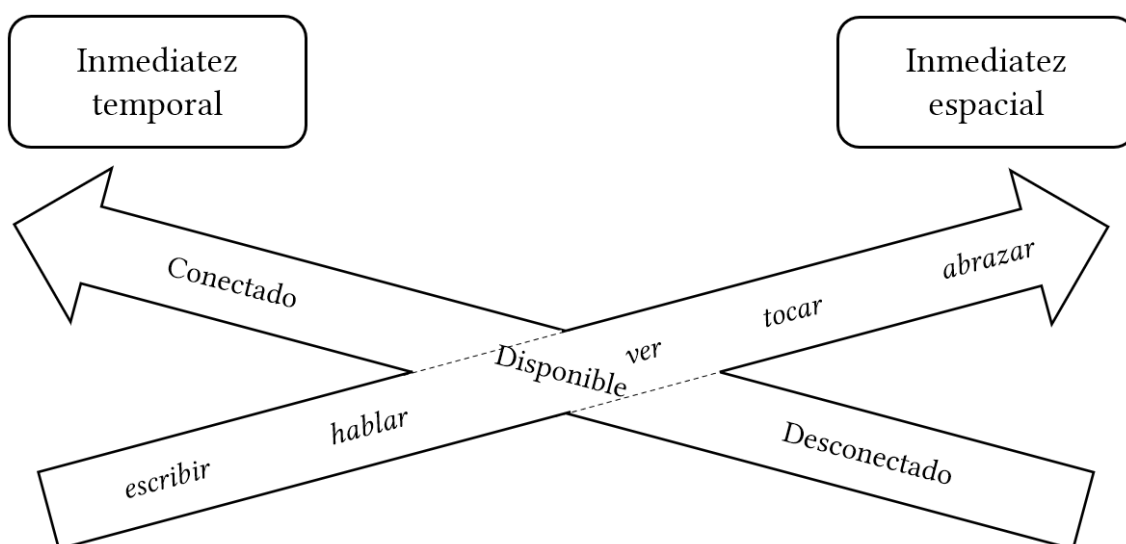


Figura 1. Verbos asociados a las formas de inmediatez espacial y temporal

Por tanto, desde la membrana del contacto, la experiencia de soledad se produce como una degradación, interrupción o separación en el medio. Nuestras entrevistas in-

dican que durante el confinamiento la soledad aparece sobre todo como falta de contacto espacialmente inmediato con personas queridas: la “falta del abrazo”. Desde esa vivencia, sin embargo, a menudo se olvidan los “desencuentros, malentendidos y convenciones de la presentación del yo” consustanciales a las relaciones cara a cara (Lasén y Megías, 2021, p. 103). En ese olvido, este tipo de contactos se presentan como *genuinos*, mientras que los dispositivos digitales producen relaciones más “superficiales” que “interfieren” o “interrumpen” otras formas de comunicación presencial. Las redes sociales y su uso intensificado durante el confinamiento han contribuido así a apuntalar la preferencia por la inmediatez espacial idealizada.

En relación con la inmediatez temporal, las vivencias de soledad aparecen como un desasosiego, aislamiento o aburrimiento derivado de una asincronía de la sociabilidad que se produce en los medios digitales, cuando el desfase temporal del flujo de comunicación aparece como una forma de desconexión. La creencia en la inmediatez temporal que se produce a través de las redes sociales impulsa un mandato a formar parte de flujos de información, recibiendo, compartiendo y produciendo contenidos, de modo que la soledad refleja el miedo a no estar “al corriente” o “conectado”.

Ambas formas de inmediatez tienen en común la creencia en la transparencia del medio en términos espaciales o temporales (ver figura 1 para comparar ambos tipos de inmediatez en los discursos). Por tanto, la soledad se pone de relieve en tanto que el medio se vuelve visible como medio y el contacto pierde “su encanto”. En ocasiones, sin embargo, lejos de ser un transmisor transparente, se confiere al medio digital un carácter productivo. Bolter y Grusin emplean el término *remediación* para indicar el proceso que hace visible al medio, al representar un medio en otro medio (2011) y nosotros, siguiendo a Antonio García (2014), quisiéramos extender su sentido al de *remedio*. Las mediaciones, al volverse visibles para las personas usuarias, pueden facilitar las interacciones, confiriendo a menudo una sensación de control sobre las interacciones, los tiempos de respuesta o sobre las formas de presentación del rostro o de la voz (Puerta-Cortés y Carbonell, 2013). Se trata de unas prácticas que son especialmente valoradas por las entrevistadas mujeres y más jóvenes, que encuentran en la pantalla un escudo en el que protegerse:

Es mucho más fácil hacerlo a través de una pantalla, que no te enfrentas a la realidad, que hacerlo cara a cara, que, a lo mejor, es más duro, más difícil o te da más vergüenza. La pantalla es un escudo protector. (Mujer, 17 años, entrevista personal, 2020)

En definitiva, la infraestructura de las redes sociales opera como una membrana de conexión que despliega creencias en torno al contacto y su medio. Las tecnologías contribuyen así al sostenimiento y estabilización de una serie de creencias en torno a

lo social, facilitando que actuemos en un sentido y dificultando que lo hagamos en otro. La soledad supone así una interrupción en la conexión, de una forma de inmediatez tanto espacial como temporal. Pero, al mismo tiempo, permite también desplegar otras creencias que apuntan a formas de conexión re-mediadas: el encuentro que se sabe parcial y que puede así pulir las formas más contundentes y violentas de la sociabilidad.

La membrana del vínculo

En un segundo nivel, lo vincular también remite a la trama de sentidos en torno a otras personas, una memoria de interacciones pasadas y un conjunto de expectativas. Si el contacto es una condición para esos vínculos, estos también organizan y condicionan el contacto, marcando el sentido y la dirección en que se produce la interacción y su deseabilidad. Desde esta perspectiva, la soledad supone, además, desajustes entre los deseos de sociabilidad y las relaciones personales que se hacen significativas (Cacioppo y Patrick, 2008). Los vínculos están fuertemente orientados por códigos comportamentales que se hacen evidentes cuando se trasgreden, es decir, cuando las tramas se tensan o en ellas se frustran ciertas expectativas.

En referencia a las redes sociales, las entrevistas muestran que estas normas y códigos remiten a la construcción de la intimidad entre el yo y otros sujetos significativos. La relación inadecuada con los niveles de exposición de la intimidad supone una forma de transgresión en la privacidad o integridad del yo. Considerando que el secreto indica exclusividad e intimidad del vínculo, una confianza fundamentada en compartir la vulnerabilidad es coherente con que “contar” aparezca consistentemente en las entrevistas en una doble acepción: aquellas personas “con” las que se puede contar, cuyo apoyo es fiel y no fallan; y a quienes se puede “contar cosas importantes”. Así, los jóvenes que participaron en nuestro estudio enfatizan el valor de ese grupo reducido al que “contar” la intimidad, un anhelo de transparencia comunicativa en el que abrirse no exponga a riesgos: “El sentimiento de soledad es sentir que te pase lo que te pase no vas a poder contar con nadie. Que no vas a tener a alguien ahí al lado siempre que te va a hablar o te va a escuchar” (Hombre, 20 años, entrevista personal, 2020).

La transgresión de la trama vincular en las redes remite a dos lógicas: la exposición y el amparo.

En la lógica de *exposición*, los muros de las redes sociales como Instagram o Facebook permiten exponer vínculos significativos como muestras públicas de afectividad. La publicidad de estos vínculos, sin embargo, puede producir experiencias de soledad

y, al hacer circular normas y mandatos de sociabilidad, acaban sancionando su incumplimiento y generando sentimientos negativos como vergüenza y miedo.

Un grupo queda y no te han incluido y no lo publican y te enteras después... Pues no te sienta tan mal, porque como en Instagram públicas un poco lo que quieres que... significa que no ha sido para tanto o es porque ha sido una tontería. Pero en cambio, si encima suben una foto, dices: “Pues a lo mejor era un planazo, porque para algo está aquí, y yo he sido excluido”. También pasa un poco al revés, cuando alguien sube historias todo el rato, fotos y tal, y no sube contigo. Dices: “¿Qué pasa? ¿Te avergüenzas de mí?” Y eso te hace sentir un poco mal contigo mismo. (Hombre, 19 años, entrevista personal, 2020)

El deseo frustrado de exposición vincular puede conllevar vivencias de soledad. En otros casos, sin embargo, este tipo de exposición puede traducirse en una sensación de vulnerabilidad relacionada con relaciones personales indeseadas. Las situaciones de acoso que reciben muchas mujeres se corresponden con el juego de valoraciones sobre el modo en el que estas se exponen en las redes, en el que se impone la mirada masculina, trasladando en muchos casos la violencia de la objetivación sexual (Mulvey, 1989): “Hay mucha gente que, por ejemplo, subía algo y me decían: ‘Es que eso que has subido es muy de zorra’”. (Mujer, 17 años, entrevista personal, 2020). La relación entre los contenidos subidos y los vínculos es tal que habitualmente son el entorno más próximo (amistades y, especialmente, pareja) quienes censuran dichos contenidos.

De un modo más general, sobre la exposición se cierne la amenaza del *ciberbullying* y la vulnerabilidad que genera la apertura en las redes: “Estás tú solo contra el mundo, todo el mundo te ataca por todos los lados y cualquier mínimo defecto que tengas te lo van a hacer montaña de ese granito de arena” (Hombre, 20 años, entrevista personal, 2020). La memoria y la amenaza del acoso incrementan la sensación de soledad, derivado de las dificultades para acogerse a las normas sociales y rituales vinculares. Si bien todas las interacciones aparecen asociadas por la mirada del otro —que es la que define la norma—, en el caso de las redes sociales las miradas se multiplican al adquirir una permanencia y publicidad que amenazan con quedar fuera de control de las usuarias. La lógica de la exposición oscila así entre el carácter deseado e indeseado de la exposición que implican los vínculos en las redes.

En la lógica de *amparo* de los vínculos, el repertorio y variedad de formatos de comunicación en línea habilita complejos juegos de reconocimiento y expresión de afecto. Mensajes como “¿qué tal todo?”, “me acuerdo de ti” o “mira nuestra foto de hace años” cumplen una función fática (Conde y Alonso, 2002). Si al nivel del contacto esta función se limita a comprobar que el medio funciona, en la dimensión vincular se

comprueba la significatividad del vínculo, habilitando espacios privados para su comunicación. Ahora bien, conforme el rango de usuarios interpelados se amplía, el lenguaje se desplaza del campo semántico del tejido (la “trama” de “lazos” afectivos, “ataduras” sentimentales, amistades que se “traban”) al campo más dinámico de las cuantificaciones e intensidades, representado en el número de “seguidores”, publicaciones que se nutren (“feed”) y reacciones generadas (“likes”). Las personas entrevistadas insistían en restar valor a estas formas de vinculación “débil”, frente a las del “tejido”, pero su insistencia podría responder a un intento por compensar o reprimir la compulsión por las formas de vincularse que ofrecen las redes.

De acuerdo con estas cuantificaciones, las redes sociales se representan a menudo como un *espacio liso*, donde los afectos fluyen y quienes las usan están abiertas a establecer nuevos vínculos. Ahora bien, el “muro” de la red social, como *espacio liso* de apertura al vínculo a través de lo compartido, se vuelve un *espacio estriado* (Deleuze y Guattari, 2002, pp. 483-488) cuando su función es detener el flujo de afectos y proteger vínculos. Al otro lado del muro público, mensajes privados amparan vínculos de intimidad. En suma, en la segunda membrana, la soledad se redefine como una combinación de tensiones entre la apertura a los vínculos, motivada por la transparencia que las redes prometen y la vulnerabilidad que, en la medida en la que la intimidad y privacidad pueden quedar expuestas, las redes comprometen.

En paralelo a las prácticas de quienes las usan, las plataformas también han implementado soluciones sociotécnicas que permiten estriar el espacio segmentando audiencias: codificaciones que distinguen mensajes con más o menos duración, perfiles privados y públicos o entre amigos y “mejores” amigos. De hecho, la popularidad de los móviles y redes sociales entre jóvenes puede explicarse por la coincidencia entre las “*social affordances*” de la comunicación digital y las necesidades de desarrollo de estos desde su adolescencia (Abeele et al., 2017). La promesa de un tejido estriado de acuerdo con protocolos informáticos se evidencia cuando, al preguntarles sobre cómo resuelven las tensiones derivadas de sus vínculos, prácticamente todas las personas entrevistadas remitían a la modificación de protocolos informáticos a cargo de las grandes plataformas. Estos protocolos informáticos operan como una especie de hardware vincular mientras que a los protocolos sociales les queda el ejercicio limitado pero versátil del software. Así, los usos de los diferentes códigos de las plataformas (“amigos”, “mejores amigos”, “listas”, “subgrupos”, etc.) se vuelven vías fundamentales para refrendar el sentido y dirección de las conexiones posibles con otros.

La membrana de la proyección

Las redes sociales permiten establecer y mantener vínculos entre usuarios, pero también entre un yo que utiliza las redes y el conjunto de rastros que los diferentes usuarios dejan en las redes. Fotos, publicaciones, *likes*, comentarios y otros contenidos almacenados que dan forma a “rostros” que se proyectan en una tercera membrana, constituyéndose en representaciones imaginarias fundamentales en la relación del yo y los otros en dichas redes. Los vínculos y contactos que hemos analizado en las dos membranas anteriores se basan en la convicción de que “al otro lado de la pantalla” existe un yo con agencia e intencionalidad propias. Esta membrana, en cambio, tiene un carácter proyectivo: al igual que el trazado de líneas en un dibujo formado por puntos, lo imaginario permite dar forma y coherencia a un conjunto de entidades parciales, transitando de los rastros a los rostros. Es una proyección bidireccional, en forma de un espejo (Cooley, 2005): una representación imaginaria del yo bajo la mirada del otro, cuando el yo se pregunta cómo es “realmente” el otro; y del otro bajo la mirada del yo, cuándo el yo se pregunta cómo es percibido por el otro.

Cada red ideológica configura el tipo de agente a cuyas acciones se le otorga sentido de unidad y coherencia. Si el sujeto es una entidad unitaria para la lingüística, o el usuario para la informática (Chun, 2005), en las entrevistas analizadas, la “persona” es la unidad coherente sobre la que se proyecta la relación yo-otro. “Perfiles”, “usuarios”, “nicks”, “avatares” o “alias” aparecen siempre subordinados a esa “persona” que las anima.

La continuidad entre los rastros inscritos en las redes y las “personas” oscila en dos fantasías. Por una parte, *la fantasía de una transparencia total* promete que la persona sea capaz de mostrarse veraz y coherentemente ante los espectadores de las redes sociales. En el lado opuesto, *la fantasía de control* atribuye a los usuarios la capacidad de construir un “personaje”, coherente en su aparición en las redes, pero falsificado respecto a la persona que lo anima. A medio camino entre ambas, los usuarios muestran algunas “facetas” de su personalidad y ocultan otras sin perder por ello honestidad: “Sí que se ve una parte de mí distinta en cada una de ellas [de las redes sociales], pero en todas ellas sí que soy yo. Lo que pasa es que me considero una persona de muchas facetas”. (Mujer, 19 años, entrevista personal, 2020).

La experiencia de la soledad se produce en los dos polos de esas fantasías. Por una parte, la sensación de extrañeza que se proyecta en el otro por el temor de que la comunicación con este sea inauténtica. Por otra parte, la ansiedad que experimenta el yo, en su dificultad de controlar la imagen que proyecta de sí. Aunque en las entrevistas aparece desgajada del personaje, la etimología de la palabra “persona” nos recuerda a

la máscara del teatro griego, apelando subrepticamente a la mirada del espectador (Goffman, 1977, p. 31). Desde la matriz ideológica de la sinceridad, la experiencia de soledad expresa la tensión entre la imagen que el yo desea proyectar (cumpliendo ciertas normas de sociabilidad y del diseño tecnológico) y la mirada sancionadora del otro, que se expresa en una audiencia imaginaria, a través de sentimientos como la vergüenza: “No me veo capaz viendo una foto mía así. Creo que tengo tres fotos mías, y ya, en mi perfil, pero no subo mucho. No. Me da como que vergüenza”. (Mujer, 16 años, entrevista personal, 2020). No es casual que testimonios similares se produzcan especialmente entre personas migrantes y racializadas, así como en torno al desajuste respecto a cánones estéticos o morales:

El estar siempre feliz, no tener problemas en la vida, mostrar siempre tú buena cara y eso pues a mucha gente le puede llevar a sentirse impotente al decir: “¿Por qué yo no puedo ser así?”. (hombre, 20 años, entrevista personal, 2020)

Las vivencias de frustración por no cumplir el deseo fantasioso remiten a una condición subjetiva afectada por las redes, pero que extiende su dominio más allá de su uso. La membrana de la proyección opera a través del “Otro Generalizado”, término que George Herbert Mead (1999) propuso ya en los años 1930 para explicar el desarrollo psicosocial durante la socialización. Las entrevistas analizadas nos permiten dibujar las nuevas formas de generalización del otro que las redes sociales producen, situadas en el límite en lo que se produce dentro y fuera de las redes. En dicho límite, la posibilidad de compartir prácticamente todos los sucesos cotidianos los vuelve, independientemente de que se compartan o no, susceptibles de valoración a través de la generalización de la mirada del otro. La tensión entre el mandato de compartir todos los contenidos y el de protegerse de los otros, de abrirse a los flujos de un espacio liso y de protegerlos en un espacio estriado, hace que el usuario tienda a generalizar la mirada ajena para decidir qué, cómo y con quién comparte los contenidos sobre sí. Ahora bien, esa dinámica generalizadora abre un margen el que el otro es, al mismo tiempo, un conjunto de personas concretas y una abstracción anónima:

Tengo unos 300 seguidores o así... (...) Son seguidores-fantasma que están, pero no están. Así que esa cuenta más bien la uso para las apariencias. (Mujer, 17 años, entrevista personal, 2020)

En las proyecciones del otro en las redes, el lugar del fantasma es intercambiable y la posibilidad de habitar estos lugares ambivalentes se instala en la subjetividad de los usuarios. Si se entiende que las redes sociales son una plaza transitada por la mirada de diferentes “seguidores-fantasma”, la soledad podría caracterizarse por la vivencia de una presencia propia invisible y silente, una voz irreconocible por los demás:

[La soledad] no es tanto el no tener amigos sino sentir que estás en una plaza llena de gente, y que estás todo el rato gritando “hola, es obvio, necesito ayuda” y como que nadie te está escuchando, no es que no te presten atención, es que ni siquiera te oyen (mujer, 20 años, entrevista personal, 2020)

En suma, en la membrana de la proyección, la soledad se expresa como una cierta alienación en la sociabilidad, una angustia existencial con respecto al carácter verídico del otro, cuya mirada entra a través de la introyección de mandatos con los que se fantasea cumplir. Es en un juego de fantasmagorías en los que la realidad del propio sujeto acaba volviéndose incierta.

Conclusiones

A partir de una serie de entrevistas a personas jóvenes sobre soledad y redes sociales, hemos acudido a la noción de la conexión para apuntar algunas herramientas conceptuales con las que caracterizar los modos en que se da y se concibe la sociabilidad (ver figura 2 para un resumen general). El trabajo de campo en que nos basamos coincidió con un momento de la pandemia en que las relaciones interpersonales se vieron notablemente alteradas, la sociabilidad fue recluida al hogar y a las pantallas, mientras la soledad fue un tema recurrente de conversación. Estos resultados desbordan la especificidad del contexto de la pandemia, pero han sido posibles gracias a las formas de relación emergentes que se produjeron en ese contexto. En un contexto en que las relaciones interpersonales están altamente mediatizadas digitalmente, los sentidos que se confieren a esta experiencia dependen de lo que hemos representado como un juego de tensiones de tres membranas que conectan a usuarios entre sí y superponen, intrincan y modulan sus experiencias: 1) las creencias asociadas al medio de contacto con sus tensiones entre la vocación de una inmediatez espacial (presencialidad) y temporal (disponibilidad) en la interacción con otros; 2) la contradicción entre aperturas y clausuras que regulan normativamente los modos de vinculación, en lógicas de exposición y amparo; y 3) la articulación entre fantasías de transparencia y control de los sujetos en las proyecciones que hacen de sí y de otros.

La “conexión” pone de relieve una sociabilidad contradictoria entre la pulsión de fluidez y transitoriedad de una vida social dinámica y el montaje de una red vincular en la que el yo pueda obtener suficiente valor, veracidad y, previamente, existencia. Así, la soledad se reelabora como una problematización: de las mediaciones, causa de frustración de las expectativas de contacto y su remedio, relacionado con sentimientos de aburrimiento y miedo ante el aislamiento; de los ritos de vinculación más públicos o íntimos que alientan diversas formas de reconocimiento; y los imaginarios con los

que especularmente nos proyectamos a los demás y a nuestro yo ante su mirada. Defendemos que esta perspectiva podría enriquecer la indagación sobre diversas cuestiones asociadas a malestares de personas jóvenes: usos compulsivos a las pantallas, porno en línea y sexualidad, relaciones de pareja y conflictividad, gestión de ansiedad social..., entroncando con el estudio de nuevas formas de subjetividad, regulaciones afectivas y tensiones entre autonomía y reconocimiento en un clima de creciente incertidumbre de las relaciones sociales (Illouz, 2020; Lasén y Casado, 2014).

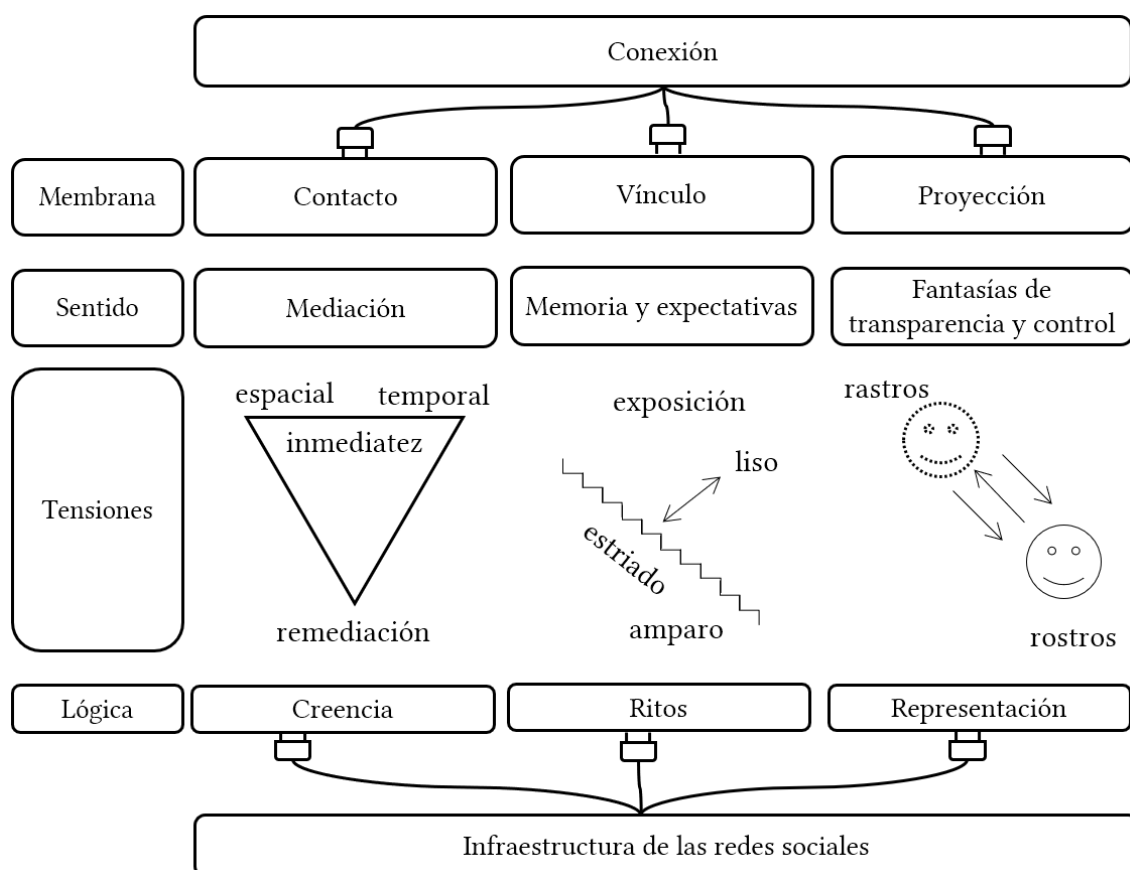


Figura 2. Resumen del cronotopo de la conexión en tres membranas

El cronotopo de Bajtín nos recuerda que las historias que experimentamos están siempre mediadas por las condiciones de producción de los relatos. Si la escenografía del teatro griego configuraba el encuentro como principal motivo, unos tiempos de aventura, una espacialidad abstracta y un héroe que debía superar la *prueba* de la identidad consigo mismo; en este artículo hemos situado la conexión como principal motivo desde el que entender los sentidos y vivencias de la soledad en la tramoya de las redes sociales. Prestar atención a las diferentes membranas de conexión nos recuerda que en la interacción no solo están presentes una(s) y otra(s) persona(s), pues hay un

medio social y técnico que habilita conexiones al tiempo que producen hiatos a la espera de ser colmados y apropiados por los usuarios a los que interpela, de la misma manera que el escenario y las máscaras del teatro griego eran animadas por los actores.

Agradecimientos

Queremos agradecer al Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud su apoyo y financiación a través de la convocatoria de ayudas a la investigación. También agradecer a las personas que han participado siendo entrevistadas, al equipo de trabajo que ha sido imprescindible para realizar el trabajo de campo: Javier González y Daniel Gómez (de la cooperativa Andaira) y Raquel Morado y Christian Orgaz (de la cooperativa Indaga) y al Instituto TRANSOC por su apoyo económico.

Referencias

- Abeebe, Mariek; Schouten, Alexander P. & Antheunis, Marjolijn L. (2017). Personal, editable, and always accessible: An affordance approach to the relationship between adolescents' mobile messaging behavior and their friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(6), 875-893. <https://doi.org/10.1177/0265407516660636>
- Alonso, Luis Enrique (2013). La sociohermenéutica como programa de investigación en sociología. *Arbor*, 189(761), a035. <https://doi.org/10.3989/arbor.2013.761n3003>
- Althusser, Louis (2003). Ideología y aparatos ideológicos del estado. En Slavoj Žižek (Ed.), *Ideología. Un mapa de la cuestión* (pp. 115-155). Fondo de Cultura Económica.
- Amezaga, Asier; López Carrasco, Carlos; Sádaba, Igor & González, Javier (2022) ¿Cómo conectamos?: Mediación de las redes sociales en la experiencia de soledad de las personas jóvenes. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. <https://www.adolescenciayjuventud.org/publicacion/las-redes-sociales-en-la-experiencia-de-soledad-de-las-personas-jovenes/>
- Arampatzi, Efstratia; Burger, Martijn J. & Novik, Natallia (2018). Social Network Sites, Individual Social Capital and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 19(1), 99-122. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9808-z>
- Bajtín, Mijaíl (1989). *Teoría y estética de la novela*. Taurus.
- Bolter, David J. & Grusin, Richard (2011). Inmediatez, hipermediación, remediación. *CIC. Cuadernos de Información y Comunicación*, 16(0), 29-57. https://doi.org/10.5209/rev_CIYC.2011.v16.2
- Bonsaksen, Tore; Ruffolo, Mary; Leung, Janni; Price, Daicia; Thygesen, Hilde; Schoultz, Mariyana & Geirdal, Amy Ø (2021). Loneliness and Its Association With

- Social Media Use During the COVID-19 Outbreak. *Social Media + Society*, 7(3). <https://doi.org/10.1177/205630512111033821>
- Cacioppo, John T. & Patrick, William (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W W Norton & Co.
- Campbell, Marilyn (2019). *Lonely Young People and Technology*. En Ami Rockach (Ed.), *The Correlates of Loneliness*. Bentham Science Publishers. <https://doi.org/10.2174/97816810807031160101>
- Cauberghe, Verolien; Van Wesenbeeck, Ini; De Jans, Steffi; Hudders, Liselot & Ponnet, Koen (2021). How adolescents use social media to cope with feelings of loneliness and anxiety during COVID-19 lockdown. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 250-257. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0478>
- Chun, Wendy H. K. (2005). On Software, or the Persistence of Visual Knowledge. *Grey Room*, 18, 26-51. <https://doi.org/10.1162/1526381043320741>
- Conde, Fernando & Alonso, Luis Enrique (2002). Gente conectada: la emergencia de la dimensión fática en el modelo de consumo glocal. *Política y Sociedad*, 39(1), 27-51. <https://revistas.ucm.es/index.php/POSO/article/view/POSO0202130027A>
- Cooley, Charles Horton (2005). El yo espejo. *CIC. Cuadernos de Información y Comunicación*, 10, 13-26.
- Courtin, Emilie & Knapp, Martin (2017). Social isolation, loneliness and health in old age: A scoping review. *Health & social care in the community*, 25(3), 799-812. <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>
- de Jong-Gierveld, Jenny; van Tilburg, Theo & Dykstra, Pearl A. (2006). Loneliness and social isolation. En Daniel Perlman y Anita Vangelisti (Eds.), *Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 485-500). Cambridge University Press.
- Deleuze, Gilles & Guattari, Felix. (2002). *Mil mesetas: Capitalismo y esquizofrenia*. Pre-Textos.
- Fernández Rodríguez, Eduardo & Gutiérrez Pequeño, José Miguel (2017). La socialización de los jóvenes interconectados: Experimentando la identidad en la sociedad aumentada. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 21(2). <https://recyt.fecyt.es/index.php/profesorado/article/view/59455>
- Franklin, Adrian S. (2016). On loneliness. *Geografiska Annaler: Series B, Human Geography*, 91(4), 343-354. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0467.2009.00326.x>
- García, Antonio (2014). Tecnologías del amor: Masculinidades y vínculos mediados por tecnologías. En Amparo Lasén y Elena Casado (Eds.), *Mediaciones tecnológicas: Cuerpos, afectos y subjetividades* (pp. 71-86). Centro de Investigaciones Sociológicas y Universidad Complutense de Madrid.
- García-González, Juan Manuel; Montero, Inmaculada; Grande, Rafael & Puga, Dolores (2021, agosto 18). Soledad durante el confinamiento: Una epidemia dentro de la pandemia de la covid-19. *El Observatorio Social*.

- <https://observatoriosociallacaixa.org/-/soledad-durante-el-confinamiento-una-epidemia-dentro-de-la-pandemia-de-la-covid-19>
- García-Selgas, Fernando & García Olivares, Antonio (2014). Para modelizar la fluidez social II: De la cartografía a los modelos complejos de la fluidez social. *Athenea digital*, 3(14), 173-197. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.1366>
- Goffman, Erving (1977). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Amorrortu.
- Gruber, Maria; Eberl, Jakob-Moritz; Lind, Fabienne & Boomgaarden, Hajo G. (2021). Qualitative Interviews with Irregular Migrants in Times of COVID-19: Recourse to Remote Interview Techniques as a Possible Methodological Adjustment. *Forum: Qualitative Social Research*, 22(1). <https://doi.org/10.17169/fqs-22.1.3563>
- Heylen, Leen (2010). The older, the lonelier? Risk factors for social loneliness in old age. *Ageing & Society*, 30(7), 1177-1196. <https://doi.org/10.1017/S0144686X10000292>
- Hunt, Melissa G.; Marx, Rachel; Lipson, Courtney & Young, Jordyn (2018). No More FOMO: Limiting Social Media Decreases Loneliness and Depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10). <https://doi.org/10.1521/jscp.2018.37.10.751>
- Ibáñez, Jesús (2015). Perspectivas de la investigación social: El diseño en las tres perspectivas. En Manuel García Ferrando, Francisco Alvira & Luis Enrique Alonso (Eds.), *El análisis de la realidad social: Métodos y técnicas de investigación* (pp. 42-75). Alianza.
- Illouz, Eva (2020). *El fin del amor: Una sociología de las relaciones negativas*. Katz.
- Lasén, Amparo & Casado, Elena (Eds.) (2014). *Mediaciones tecnológicas: Cuerpos, afectos y subjetividades*. Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Lasén, Amparo & Hjorth, Larissa (2017). Inscribing Intimacy: Conceptual Frames for Understanding Mobile Media Affect. En Ana Serrano Tellería (Ed.), *Between the Public and Private in Mobile Communication* (pp. 120-137). Routledge.
- Lasén, Amparo & Megías, Ignacio (2021). Tecnologías, incertidumbres y oportunidades en la integración online/offline. Una aproximación cualitativa a los y las jóvenes durante la pandemia. Centro Reina Sofía de Adolescencia y Juventud, FAD.
- Lenoir, Remi (1993). Objeto sociológico y problema social. En Patrick Champagne (Ed.), *Iniciación a la práctica sociológica* (Vol. 21, pp. 57-102). Siglo XXI.
- Lisitsa, Ellie; Benjamin, Katherine S.; Chun, Sarah K.; Skalisky, Jordan; Hammond, Lauren E. & Mezulis, Amy H. (2020). Loneliness Among Young Adults During Covid-19 Pandemic: The Mediational Roles of Social Media Use and Social Support Seeking. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 39(8). <https://doi.org/10.1521/jscp.2020.39.8.708>
- Lovink, Geert (2019). *Tristes por diseño. Las redes sociales como ideología*. Consonni.
- McPherson, Miller; Smith-Lovin, Lynn & Brashears, Matthew E. (2006). Social Isolation in America: Changes in Core Discussion Networks over Two Decades. *American Sociological Review*, 71(3), 353-375. <https://doi.org/10.1177/000312240607100301>

- Mead, George Herbert (1999). *Espíritu, persona y sociedad desde el punto de vista del conductismo social*. Paidós.
- Moore, Ryan C. & Hancock, Jeffrey T. (2020). Older Adults, Social Technologies, and the Coronavirus Pandemic: Challenges, Strengths, and Strategies for Support. *Social Media + Society*, 6(3). <https://doi.org/10.1177/2056305120948162>
- Mulvey, Laura. (1989). *Visual and Other Pleasures*. Springer.
- O'Day, E. B. & Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100070. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>
- Peng, Siyun & Roth, Adam R. (2021). Social isolation and loneliness before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study of US Adults over 50. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 77(7), e185–e190. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab068>
- Pérez, Mayra & Quiroga-Garza, Angélica (2019). Uso compulsivo de sitios de redes sociales, sensación de soledad y comparación social en jóvenes. *Redes. Revista hispana para el análisis de redes sociales*, 30(1), 68-78. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.809>
- Perlman, Daniel (1987). Further reflections on the present state of loneliness research. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 17.
- Puerta-Cortés, Diana & Carbonell, Xavier (2013). Uso problemático de Internet en una muestra de estudiantes universitarios colombianos. *Avances en psicología latinoamericana*, 31(3), 620-631. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242013000300012
- Reis, Harry; Sheldon, Kennon; Gable, Shelly; Roscoe, Joseph & Ryan, Richard (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and social psychology bulletin*, 26(4), 419-435. <https://doi.org/10.1177/0146167200266002>
- Rockach, Ami (Ed.) (2019). *The Correlates of Loneliness*. Bentham Science Publishers. <https://doi.org/10.2174/97816810807031160101>
- Sadagheyani, Hassan & Tatari, Farin (2021). Investigating the role of social media on mental health. *Mental Health and Social Inclusion*, 25(1), 41-51. <https://doi.org/10.1108/MHSI-06-2020-0039>
- Sandstrom, Gilliam & Dunn, Elisabeth W. (2014). Social interactions and well-being: The surprising power of weak ties. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(7), 910-922. <https://doi.org/10.1177/0146167214529799>
- Sanmartín, Anna; Ballesteros, Juan Carlos; Calderón, Daniel & Kuric, Stribor (2020). De puertas adentro y de pantallas afuera. Jóvenes en confinamiento. Centro Reina Sofía de Adolescencia y Juventud, FAD. <https://www.adolescenciayjuventud.org/publicacion/de-puertas-adentro-y-de-pantallas-afuera-jovenes-en-confinamiento/>
- Santoro, Pablo (2020, marzo 13). Coronavirus: La sociedad frente al espejo. *The Conversation*. <http://theconversation.com/coronavirus-la-sociedad-frente-al-espejo-133506>

- Singh, Robert N. (1991). Loneliness: Dynamics, Dimensions and Many Faces. *International Review of Modern Sociology*, 21(1), 109-120. <https://www.jstor.org/stable/41420990>
- Somes, Joan (2021). The Loneliness of Aging. *Journal of Emergency Nursing: JEN*, 47(3), 469-475. <https://doi.org/10.1016/j.jen.2020.12.009>
- Star, Susan L. (2002). Infrastructure and ethnographic practice: Working on the fringes. *Scandinavian Journal of Information Systems*, 14(2), 107-122. <https://dl.acm.org/doi/10.5555/782686.782695>
- Wenger, G. Clare; Davies, Richard; Shahtahmasebi, Said & Scott, Anne (1996). Social isolation and loneliness in old age: Review and model refinement. *Ageing & Society*, 16(3), 333-358. <https://doi.org/10.1017/S0144686X00003457>
- Yang, Keming (2019). *Loneliness: A social problem*. Routledge.
- Yang, Keming; Petersen, Kimberly. J. & Qualter, Pamela (2020). Undesirable social relations as risk factors for loneliness among 14-year-olds in the UK: Findings from the Millennium Cohort Study. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1). <https://doi.org/10.1177/0165025420965737>
- Welschinger, Nicolás (2020). Qué hacen los jóvenes con la digitalización: La conexión como plataforma de la tecno-sociabilidad juvenil. En Martín Scarnatto & Fabián Amilcar De Marziani (Comps.), *Investigar en cuerpo, arte y comunicación: Perspectivas e intersecciones de la producción de conocimiento* (pp.197-207). Teseo.
- Zavaleta, Diego; Samuel, Kim & Mills, China (2014). Social isolation: A Conceptual and Measurement Proposal. *Oxford Poverty & Human Development Initiative (OPHI)*, 67. <https://doi.org/10.35648/20.500.12413/11781/ii029>



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciente o lo recibe por el uso que hace.

[Resumen de licencia](#) - [Texto completo de la licencia](#)