

# Hacia una cartografía teórica de la soledad: Una revisión de los acercamientos teóricos a la soledad

Óscar Barrio Formoso

Universidad Complutense de Madrid. Departamento de Antropología Social y Psicología Social  
<https://orcid.org/0000-0003-2568-9054>  
obarrio@ucm.es



© del autor

Recepción: 17-02-2023  
Aceptación: 26-06-2023  
Publicación: 11-01-2024

**Cita recomendada:** BARRIO FORMOSO, Óscar (2024). «Hacia una cartografía teórica de la soledad: Una revisión de los acercamientos teóricos a la soledad». *Papers*, 109 (1), e3207. <<https://doi.org/10.5565/rev/papers.3207>>

## Resumen

El fenómeno de la soledad se caracteriza, cada vez más, como un problema amplio y relevante de las sociedades contemporáneas. En consecuencia, son muchas las investigaciones que abordan esta realidad, como numerosas son también las intervenciones que tratan de hacerle frente, en especial tras la pandemia provocada por la COVID-19. Para acercar al lector a esta realidad, en el presente artículo se exponen de forma heurística las diversas posturas existentes sobre la soledad mediante una novedosa cartografía teórica que propone un nuevo recorrido por el actual estado de la cuestión del campo de la soledad, formado por las aportaciones de distintas disciplinas. Para ello se ha seguido un método de revisión bibliográfica reflexiva con el objetivo de generar nuevos alineamientos teóricos que esclarezcan las posiciones desde las que hoy se escribe acerca de la soledad. Finalmente, el texto esboza algunas líneas reflexivas que el acercamiento sociológico a la soledad deberá tener en cuenta para constituirse como interlocutor válido y valioso en el actual campo de estudio de la soledad.

**Palabras clave:** soledad; emociones; afectos; estado de la cuestión; revisión teórica; COVID-19

**Abstract.** *Toward a theoretical cartography of loneliness: A review of theoretical approaches to loneliness*

The phenomenon of loneliness is increasingly characterized as a widespread and relevant problem in contemporary societies. As a result, many studies as well as numerous interventions have attempted to address this reality, especially after the COVID-19 pandemic. To bring the reader closer to this reality, this article heuristically presents the existing positions on loneliness by means of a novel theoretical cartography that proposes a new approach to the current state of the art of the field of loneliness formed by the contributions of different disciplines. To this end, a method of reflexive bibliographic review is used to develop new theoretical guidelines that clarify the positions from which loneliness is written about today. Finally, the text suggests some reflective lines that the sociological approach to loneliness should consider in order to become a valid and valuable interlocutor in the current field of loneliness research.

**Keywords:** loneliness; emotions; affect; state of the art; theoretical review; COVID-19

### Sumario

- |  |   |
|--|---|
| 1. La soledad como objeto de estudio                                     | 4. Conclusiones. Esbozos para una teoría social de la soledad |
| 2. Trazando una cartografía teórica de la soledad. Apuntes metodológicos | Financiación  |
| 3. Acercamientos teóricos a la soledad                                   | Referencias bibliográficas                                    |

## 1. La soledad como objeto de estudio

La soledad es objeto de estudio de un campo específico de investigación desde que, en 1973, el sociólogo Robert S. Weiss publicó el texto *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*, abriendo la puerta a lo que, desde entonces, será un extenso corpus teórico y casuístico que aborda la soledad como problema de investigación. A pesar de que este sea reconocido como el primer título de la exploración académica de la soledad, lo cierto es que la primera prospección relevante del fenómeno la realizará la psiquiatra Frieda Fromm-Reichmann ya en la década de los cincuenta, con un artículo que adelanta muchos de los dilemas que hoy por hoy la soledad plantea (Fromm-Reichmann, 1959). Ambos textos surgen de un contexto anglosajón que, más tarde, será hegemónico en lo referente al estudio de la soledad y que prefigura las condiciones de enunciación de muchas de las actuales aportaciones a dicho campo del saber. Otra cuestión en la que las dos aportaciones fundantes del campo de estudio de la soledad funcionan como prisma es el eclecticismo disciplinar que caracteriza el conjunto de las obras que abordan esta cuestión. Si bien la psiquiatría y la sociología son aquellas disciplinas que en inicio articulan la discusión, hoy un amplio abanico de ámbitos, que van desde la biología evolutiva hasta la filosofía existencial, trata de aportar luz a un debate cada vez más complejo.

Y es que, a cincuenta años de la publicación del texto de Weiss, es en la última década cuando, sin embargo, el fenómeno de la soledad se ha generali-

zado como problema público atrayendo una elevada cobertura mediática, un mayor número de investigaciones y publicaciones científicas y un notable incremento de intervenciones, tanto públicas como vinculadas al tercer sector, que tratan de hacerle frente. Un punto de inflexión mediático, sin lugar a dudas, fue la reconversión del problema en una cuestión ministerial en Reino Unido y Japón (Guimón, 2018; Robledo, 2021), lo que implicó poner en el centro de la agenda política transnacional un problema social que se comenzó a leer en términos de salud pública. Sin ir más lejos, y como ejemplo significativo, Vivek H. Murthy (2020), el actual Cirujano Jefe de los Estados Unidos, un cargo que nombra al más alto responsable de la salud pública estadounidense, ha publicado recientemente un texto que en castellano se ha traducido como *Juntos. El poder de la conexión humana*, en el que analiza la importancia para la salud pública mundial de hacer frente a la soledad, situando esta tarea como uno de los principales pilares de su mandato. En el Estado español, este interés transnacional se ha traducido, igualmente, en un crecimiento exponencial de las publicaciones científicas y de divulgación en lo referente a la soledad (entre otros, Murthy, 2020; Moscoso y Ausín, 2021; Hertz, 2020; Consejo Asesor Científico contra la Soledad, 2022), así como en una ola de intervenciones públicas y comunitarias que, generalmente centradas en las personas mayores, tratan de minorizarla.

Esta tendencia al aumento de la centralidad pública de la soledad se ha visto acrecentada, aún más si cabe, por los confinamientos con los que se trató de hacer frente a la pandemia provocada por la COVID-19 y que instauraban como principal medida de prevención aquello que se dio en llamar el distanciamiento social o físico, con las repercusiones emocionales que ello acarrea en términos de salud mental y sentimientos de soledad. Según el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) (2021a:6-7), dichos sentimientos afectaron de alguna manera a porcentajes importantes de la población española: un 35,9 % de los españoles se sintieron solos en algún grado durante la pandemia, mientras que el 61,1 % tuvo miedo en algún momento a estarlo. Estos datos, que en su estratificación muestran una concentración de niveles de soledad muy alta en los grupos de edad de entre 18 y 34 años, de alrededor del 50 % (CIS, 2021b:12), hacen hincapié en la extensión y el crecimiento durante la pandemia de un problema que previamente se había conceptualizado, al menos en la práctica de intervención, como restringido y vinculado a las personas mayores. Todo ello ha añadido, en los últimos años de realidad primero pandémica y después postpandémica, preocupación y vigencia a la ya previa centralidad pública de la soledad y a su auge como objeto de investigación e intervención.

En este contexto, llama poderosamente la atención la ausencia de textos referenciales que permitan el esclarecimiento de la situacionalidad del conocimiento que se está produciendo sobre la soledad y a raíz del cual se está interviniendo en la concreción de la realidad social. De esta forma, las posiciones teóricas desde las que se enuncian los distintos textos e iniciativas parecen totalizarse como la única opción, cuando la realidad es que son elecciones científicas, conscientes o inconscientes, llevadas a cabo en un ecosistema com-

plejo en el que conviven, confrontan y se superponen numerosas, diversas y, a veces, antagónicas formas de mirar y entender la soledad. Por ello, es preciso un trabajo cartográfico en lo referente a la soledad y su encaramiento teórico que permita conocer explícitamente las posturas existentes en el debate académico internacional desde las que se enuncia dicha problemática. Este es el principal objetivo de este texto, que, mediante una revisión del estado de la cuestión, busca asentar analíticamente las posiciones desde las que la soledad se aborda y conceptualiza, estableciendo una introducción teórica necesaria a dicho fenómeno desde la óptica de las ciencias sociales. Para ello, se ha seguido un método de reflexión bibliográfica que ha trazado alineamientos y separaciones con el fin de establecer una clasificación novedosa y operativa de un corpus compuesto por lecturas amplias que, en ciertos casos, discuten entre sí y, en otros, tienden al encuentro y la síntesis. Este texto se dedica a esta cuestión. Con todo ello, se pretende presentar, a modo de introducción, una visión panorámica y novedosa del estado teórico de la cuestión de los actuales estudios de la soledad, accesible a todo aquel interesado en este complejo y actual objeto de estudio.

## 2. Trazando una cartografía teórica de la soledad. Apuntes metodológicos

Solo muy recientemente han comenzado a aparecer en la literatura científica estudios bibliométricos sobre la cuestión de la soledad. El más relevante, a este respecto, por su vigencia y actualización, es el realizado por Banerjee, Kaur Chawla y Kohli (2023), en el que se analizan los cien estudios sobre soledad de Web of Science más citados hasta junio de 2022. Un simple vistazo a tal estudio revela interesantes aprendizajes sobre el campo de la soledad. De todos ellos, el principal versa sobre la concentración de los estudios sobre soledad, la mayoría de ellos de carácter aplicado, alrededor de unos pocos autores distribuidos en aún menos disciplinas. Los campos biomédicos y de la psicología son los que aglutinan la práctica totalidad de los estudios más citados en el campo. Por el contrario, de estos cien artículos analizados, solo ocho se sitúan fuera de tales disciplinas, y dos de ellos solo de forma liminal (ciencias sociales biomédicas).

Estos datos explican por qué el estado del arte que se presenta en este texto ha tendido a abandonar, como procedimiento a seguir, la selección de textos mediante criterios e índices de impacto. Si se hubiese seguido tal fórmula la cartografía que se ha tratado de construir se habría limitado, simplemente, al análisis de dos enfoques fuertemente hegemónicos: el cognitivo y el evolutivo-genético. Este no era, sin embargo, el objetivo del presente texto que, ante todo, buscaba situar las diversas posibilidades existentes desde las que acercarse a la soledad.

Para ello, el procedimiento metodológico seguido para la construcción de este texto ha sido algo distinto. En primer lugar, se realizó una selección de los artículos más relevantes y con mayor índice de impacto posteriores a 1950, década en la que, según el consenso en el campo, comienza la reflexión moderna sobre soledad con el ya citado texto de Fromm-Reichmann (1959), locali-

zados en las bases de datos de Web Of Science y Scopus para los criterios de búsqueda «loneliness» y «soledad», conjugando textos en inglés y castellano, idiomas a los que se limita esta revisión. De entre los artículos surgidos de esta búsqueda, y en coherencia con lo señalado por el artículo de Banerjee *et al.* (2023), muchos no eran de especial interés para el propósito de este texto, pues eran estudios de los efectos de la soledad, propuestas de escalas de medición y comprobaciones o variaciones de las mismas, estudios de caso... Sin embargo, de la lectura de estos y, en especial, de sus referencias bibliográficas, mediante procedimiento de bola de nieve, se fueron seleccionando estudios que o bien eran referenciales a nivel teórico para los autores que los citaban o constituían estados de la cuestión, por parciales y poco rigurosos que fueran.

Así fue cómo se consiguió una amplia y diversa colección de textos, ya no solo artículos científicos, sino también libros de referencia, que ha sido la base para la construcción de esta cartografía y que, sin posicionarse necesariamente en los puestos más relevantes respecto a índice de impacto, eran representativos de diferentes formas de acercarse a la cuestión de la soledad y, por lo tanto, pertinentes de inclusión en este texto. Se siguió esta lógica hasta que, a partir de criterios de saturación, no emergieron nuevos textos teóricos referenciales o propuestas de clasificación teórica novedosa. Finalmente, tras su lectura y mediante procedimientos comparativos y reflexivos respecto a los diferentes textos, estos se agruparon por afinidad teórica, dando lugar a la propuesta cartográfica de la que se ocupa este texto.

Además, antes de entrar de lleno en el propósito que centra el texto, hay que apuntar dos nuevas cuestiones de cariz metodológico que han marcado la forma en la que se escriben estas líneas y que deben servir como advertencia a la lectura. En primer lugar, y como se ha podido observar, para referirse al fenómeno de estudio, este texto apuesta por el término «soledad», que se carga de sentido diverso según las teorías que tratan sobre él. Si se utiliza este concepto en lugar de otros más específicos y populares como «soledad no deseada» es por dos cuestiones. La primera tiene que ver con los descubrimientos realizados en el trabajo de campo más amplio que se ha llevado a cabo sobre soledad, en paralelo al análisis teórico que aquí se realiza y del que este forma parte. «Soledad no deseada» o «soledad no escogida», a pesar de estar ampliamente extendidas, son configuraciones lingüísticas que recortan ontológicamente un fenómeno que es más complejo y ambivalente de lo que transmiten estos términos y que se juega, precisamente, en los intersticios de su ambigüedad. Pero, además, respecto al trabajo puramente cartográfico en lo teórico que ocupa estas líneas, nociones como las expuestas simplifican e invisibilizan ciertos aportes de un campo que, a pesar de que tiende crecientemente a la homogeneización, mantiene debates abiertos e irresueltos de gran interés, en especial para las ciencias sociales.

En segundo lugar, en lo referente a estas advertencias previas, al igual que las teorías que aquí se siguen, este texto habla de la soledad en términos generales, sin fijarse en poblaciones o grupos concretos, lo que supone un ejercicio de abstracción y, podría decirse, ficción analítica al desapegar la soledad de sus

condiciones concretas —subjetivas, vitales y estructurales— de producción y enunciación que la posibilitan y definen. Estas líneas son conscientes del riesgo que acarrea dicha decisión. No obstante, este hecho permite, asimismo, entender cómo las diversas teorías se acercan de una u otra forma a dimensiones reflexivas tan relevantes como la universalidad o situacionalidad de la soledad, de especial importancia en un análisis teórico comparado como el que se presenta. Si el texto se hubiese construido privilegiando a ciertos grupos sociales concretos y su vivencia de la soledad, la complejidad y especificidad de algunos de los enfoques que obvian estos determinantes habría quedado eclipsada y no se hubiese llegado al objetivo señalado anteriormente. Puesto que existen diferencias significativas en las posturas sobre la declinación de la soledad según grupo social y situación contextual, estos elementos se remarcarán en el seno de la explicación de aquellos enfoques que lo reconocen como elemento analítico relevante.

### 3. Acercamientos teóricos a la soledad

La elevada producción teórica en lo referente a la soledad desde, además, campos enormemente diversos hace de su definición un ámbito de debate en el que numerosas perspectivas y matices se cruzan sin encontrar una síntesis en torno a su naturaleza y posible delimitación. Quizás por esta razón no existe entre los investigadores un acuerdo certero acerca de la clasificación de las distintas teorías que se aproximan al fenómeno de la soledad. Si bien es cierto que ha habido ciertos intentos parciales de sistematizar esta genealogía (De Jong *et al.*, 2018; Stein y Tuval-Mashiach, 2014; Montero y Sánchez-Sosa, 2001; Victor *et al.*, 2000; Andersson, 1998; Marangoni e Ickes, 1989), estos no solo no han logrado ser integradores y recoger la actual complejidad del campo, sino que, además, han tendido a invisibilizar ciertas perspectivas minoritarias y a privilegiar aquellas que, como muestran los resultados del estudio bibliométrico de Banerjee *et al.* (2023) citado anteriormente, pero también su seguimiento mediático o su uso político, han llegado a ser hegemónicas.

Con todo, cabría destacar la clasificación presentada por De Jong *et al.* (2006:485-486) siguiendo criterios territoriales que introduce detalles analíticos interesantes. Según esta, se darían dos principales acercamientos a la soledad, uno en el ámbito anglosajón y otro en el continental o europeo: el primero centrado en la soledad como experiencia, y el segundo girando en torno a la idea de soledad como situación experimentada. Esta diferenciación, que parece introducir simplemente un matiz lingüístico mínimo, es interesante, pues reproduce el debate clásico entre la producción interior o exterior de la emoción, de la soledad en este caso, cuestión que ha guiado históricamente la confrontación entre teorías psicológicas y sociológicas en lo relativo a las emociones, como afirma Ahmed (2004:31-32). Si bien es cierto que este debate histórico se replica en el estudio de la soledad y es interesante a nivel analítico, reducir una cartografía teórica del campo de estudio a esta diferenciación sería simplista al menos a dos niveles: en primer lugar, esencializa los

ámbitos territoriales olvidando el intercambio entre ambos y las dinámicas de hegemonización y poder académico que hacen que, hoy por hoy, la diferencia territorial (que no teórica) sea prácticamente inapreciable; pero además, esquivando una diversidad muy amplia y relevante de teorías en el seno de cada uno de esos polos, homogeneizando lo que es una enorme cantidad de diferencias teóricas significativas más allá de las dos que se señalan.

Sin embargo, la complejidad subyacente a dicha clasificación no solo tiene que ver con lo matizada y amplia de la discusión, sino también con las dinámicas de totalización de muchas de estas perspectivas que no se pretenden teorías en juego en un campo más amplio, sino que se afirman como la explicación en sí del propio campo, lo que complica explicitar la situacionalidad teórica del conocimiento producido. Igualmente, la inexistencia de criterios claros alrededor de los que establecer dicha clasificación es otro de los elementos que la complican. Ante estas dificultades, en el presente texto se ha optado por una diferenciación novedosa que gire en torno a los rasgos disciplinares de esos acercamientos a la soledad, cuestión que recoge intuitiva y adecuadamente los puntos comunes que trazan ciertas aproximaciones entre sí y que las diferencian de algunas otras. No obstante, cabe decir que esta es solo una de las agrupaciones posibles entre muchas otras, a la que se ha optado por ser más clara e inclusiva y, a su vez, más matizada. No se propone, de hecho, un modelo que se asemeje a algún tipo de taxonomía rígida y objetivizada, sino algo más cercano a lo que Wittgenstein en las *Investigaciones filosóficas* llama «parecidos de familia», que suponen «una complicada red de parecidos que se superponen y entrecruzan» (1953:§67) sin constituir límites esenciales previos al análisis mismo que, *de facto* y solo a este efecto, será el que los produzca.

Así pues, siguiendo estas precauciones, en el presente artículo se diferenciará entre enfoques evolutivo-genéticos, psicológicos (entre los que se distinguirán modelos conductistas, psicodinámicos y, sobre todo, cognitivos), afectivos, integracionistas, sociológicos y existencialistas. Dichas perspectivas, que a continuación se desarrollarán con mayor cautela, no son estancas, sino que interaccionan y se influyen mutuamente sintetizando algunos de sus elementos. Entre ellas comparten al menos dos rasgos a la hora de definir la soledad en concreto, aunque uno de ellos con ciertas excepciones. El primer factor que comparten todas las miradas es la definición de la soledad como un fenómeno subjetivo. Sin excepción, todos los enfoques afirman esta constante cuya lógica reside en diferenciar analíticamente el fenómeno de la soledad del hecho físico del aislamiento. En la literatura anglosajona esta diferenciación viene precedida lingüísticamente de la dicotomía terminológica *loneliness-solitude*, dicotomía que en castellano no se da (la noción de solitud está reconocida por la Real Academia Española (RAE) (2021), pero, además de estar prácticamente en desuso, su definición estricta —«carencia de compañía»— no apela a la diferenciación entre niveles físicos y subjetivos). Por ello, en castellano la caracterización estricta de la soledad como fenómeno subjetivo, aunque existe, es más velada y menos rígida, encontrando en su uso cotidiano un encuentro entre ambos niveles, recogido en la polisemia del término «soledad».

En segundo lugar, y de un modo algo más controvertido, existe cierto acuerdo teórico en caracterizar la soledad como hecho negativo, desagradable o, por utilizar el término con el que lo definen Perlman y Peplau (1984:16), aversivo. De este consenso se desmarcan las miradas existencialistas y, en menor grado, algunas de las corrientes actuales de los acercamientos sociológicos que, en ambos casos, como a continuación se verá, señalan la ambivalencia de la soledad a este respecto. No obstante, estas posturas son minoritarias, y la aversividad de la soledad es tomada como un consenso por la literatura científica hegemónica del campo.

Partiendo de estas dos premisas casi comunes, el campo se diversifica en varios enfoques.

### *3.1. Enfoque evolutivo-genético*

El enfoque evolutivo-genético pivota, preeminentemente, en torno a la aportación del psicólogo y neurocientífico estadounidense John T. Cacioppo. Se trata, junto a las perspectivas cognitivistas con las que ha tendido a confluir, de la mirada más extendida acerca de la soledad, siendo Cacioppo, probablemente, el autor de referencia en el campo, al menos, en lo referente a su seguimiento más mediático y divulgativo. Dotando de un enorme privilegio a los factores biológicos en lo relativo a la explicación de la naturaleza de la soledad, esta mirada podría situarse en lo que Le Breton (1998) considera «la razón naturalista» del estudio de las emociones, aquella forma de explicar los procesos emocionales con raíces en las teorías darwinistas de la evolución, que afirma que las emociones son respuestas biológicas u orgánicas, bioquímicas, con valor evolutivo al generar una ventaja para la supervivencia misma del ser humano en tanto que especie. Siguiendo este hilo ya presente en el propio Darwin (1872) y las teorías que exploran la interacción genética con el entorno ambiental, Cacioppo, en su trabajo con Patrick (2008:150), define la emoción como una sensación física, «una respuesta neuronal o endocrina, cuya función es regular el mundo interior del organismo de acuerdo con el mundo exterior de su entorno».

De forma coherente a todo ello, la soledad, leída en Cacioppo como sinónimo de «dolor social», sería todo un mecanismo orgánico, inscrito genéticamente, funcional a la evolución del ser humano que viene a alertar a este de que se encuentra en peligro de aislamiento social, lo que puede poner en riesgo la supervivencia y la propia reproducción humana, pues se parte del presupuesto de que el ser humano es social por naturaleza, de que solo mediante la colaboración y la cooperación el ser humano puede sobrevivir:

El dolor social, también conocido como soledad, surgió por una razón similar: porque protegía al individuo del peligro de permanecer aislado. Nuestros antepasados dependían de los lazos sociales para la seguridad y la replicación exitosa de sus genes en forma de descendientes que sobrevivieron lo suficiente como para reproducirse. Los sentimientos de soledad les decían cuándo esos lazos protectores estaban en peligro o eran deficientes. (Cacioppo y Patrick, 2008:7)



Así, para Cacioppo, la soledad vendría a ser algo similar a la sed o el hambre, pero en términos sociales, es decir, un mecanismo biológico que, por así decirlo, nos alerta de que se tiene una necesidad sin cubrir, en este caso relacional, y nos predispone a tenerla en cuenta y ponerle solución (Hawkley y Cacioppo, 2010:218). En este sentido, sería un mecanismo orgánico universal para el ser humano en tanto que especie. Un mecanismo que se activa perceptivamente: la soledad, dice también Cacioppo, cercano en este caso a las teorías cognitivistas que se tratarán a continuación, podría ser definida como la percepción de aislamiento social. Esta percepción, ya sea real o simplemente sentida subjetivamente, surgida de la interacción del sujeto con el medio y captada mediante los procesos sensoriales, activa la propensión genética a la sociabilidad y a sentir dolor cuando esta no existe y, de esta forma, se moviliza un proceso de producción de toda una serie de proteínas y hormonas que, a su vez, generan procesos neurobiológicos y comportamentales más amplios que provocan las sensaciones físicas a las que, finalmente, se llamaría soledad (Cacioppo y Patrick, 2008:67).

Este dolor social, continúa Cacioppo, se vuelve especialmente problemático cuando se cronifica y los procesos neurobiológicos y comportamentales a los que se ha hecho referencia se generalizan produciendo una distorsión cognitiva que los autores de este enfoque denominan *hipervigilancia*. La hipervigilancia sería una especie de bucle cognitivo que retroalimenta la soledad al tensar las relaciones del sujeto, que las tiende a sentir como inseguras, generando un mayor alejamiento y una disminución en la confianza, la autoestima y las habilidades sociales. Todo ello amplía y enraíza, aún más si cabe, esos procesos biológicos y físicos que, finalmente, dan lugar a elevadas tasas de fenómenos tales como el estrés, la ansiedad o la depresión, repercutiendo perniciosamente sobre la salud y la calidad de vida (Hawkley y Cacioppo, 2010:220).

En definitiva, el enfoque evolutivo-genético se sostiene sobre el cruce de tres factores o presupuestos básicos que estos autores llaman «elementos estructurales de la soledad» y que, a grandes rasgos, la definen en cada caso concreto (Cacioppo y Patrick, 2008:14-15, 233). El primero y principal supondría la universal vulnerabilidad del ser humano, como especie, a la soledad por el proceso evolutivo ya descrito. El segundo presupuesto del que depende la soledad y su producción como elemento pernicioso sería la capacidad de autorregulación y autocontrol emocional del sujeto en esos momentos en los que la soledad aparece. Si esos momentos se cronifican, la autorregulación se dificulta a nivel orgánico dando lugar al proceso de hipervigilancia mencionado anteriormente que genera aún más soledad y, con ella, elevados niveles de estrés y ansiedad que influyen en importantes marcadores de bienestar físico y mental. Por último, el tercero de estos elementos estructurales de soledad sería la percepción social que dibuja la manera en la que se ven a sí mismos los sujetos y las relaciones en las que se encuentran sumidos. Estas representaciones mentales no solo están en el seno de la producción misma de soledad en tanto que aislamiento social percibido, sino que también desempeñan un importante papel en los procesos cognitivos ligados al círculo de hipervigilan-

cia. Es la conjugación de estos tres factores la que, finalmente, define, para las lecturas evolutivo-genéticas, la naturaleza y las condiciones de posibilidad y reproducción de la soledad.

De esta forma, el enfoque evolutivo-genético realiza un movimiento de acercamiento a aquellas lecturas de carácter psicológico, en especial cognitivas, que se desarrollarán a continuación y que ponen lo percibido en el centro de la cuestión. También trata de abrazar ciertos elementos de lo social, subordinándolos, sin embargo, por completo a procesos orgánicos y, más tarde, psicológicos. Por esta razón, algunos autores como Martínez-Palacios (2020: 387) han advertido del riesgo que suponen estos acercamientos sobre la base del olvido y la naturalización de cuestiones sociales, semiótico-materiales y estructurales.

### 3.2. Enfoques psicológicos

Junto a las teorías evolutivo-genéticas, los enfoques psicológicos son aquellos otros con mayor peso en el campo de la soledad. Su aceptación es ampliamente compartida y, a pesar de que aquí se presentarán como unidad en sí misma, se suelen conjugar con otros sin que esto problematice sus principios. No obstante, dentro de los enfoques psicológicos se puede encontrar una amplia diversidad de teorías, entre las que destacan las posturas conductistas, psicodinámicas<sup>1</sup> y cognitivas, estas últimas, claramente hegemónicas en los desarrollos científicos de las últimas cuatro décadas. Entre sí, comparten la definición de la naturaleza psicológica del fenómeno de la soledad. Así, la soledad ya no es un proceso orgánico sustancial codificado genéticamente como lo era en los enfoques evolutivo-genéticos, sino el resultado de procesos mentales individuales.

#### 3.2.1. La mirada conductista

De entre los subgrupos de teorías que pueden encontrarse en el cúmulo que es el enfoque psicológico, las teorías más minoritarias son las conductistas, con un desarrollo teórico muy limitado. Estas parten de la idea de que la soledad es el resultado o «respuesta a la falta de refuerzo social» (Perlman y Peplau, 1998:573). Las aportaciones más referenciales a este respecto provienen de los estudios realizados por Gewirtz y Baer (1958a, 1958b), en los que se plantea una dialéctica entre refuerzo social y aislamiento. En las actuales investigaciones sobre soledad, estas miradas conductuales son eminentemente residuales, encontrando su mención, simplemente, en trabajos como este, con carácter arqueológico o que buscan trazar cartografías de las posibilidades teóricas de estudio en el campo de la soledad. La compleja traducción de la soledad como experiencia subjetiva en un comportamiento conductual claramente delimitado

1. Para referenciar estas posturas, se ha escogido el anglicismo «psicodinámicas» referido a lo que en la psicología anglosajona se conoce como *psychodynamic theory* y que en castellano se correspondería con la psicología evolutiva. Se es consciente de la inexactitud en la traducción; se mantiene el anglicismo, sin embargo, con el fin de diferenciar claramente entre estas posturas y las evolutivo-genéticas expuestas anteriormente, evitando posibles confusiones.

tado y con capacidad de ser observable a simple vista junto al mecanicismo del que adolecen dichos estudios podrían ser los principales factores por los que las teorías conductistas han contado con un éxito tan limitado al tratar de comprender y explicar este fenómeno.

### 3.2.2. *Las teorías psicodinámicas*

Mayor éxito han alcanzado las teorías psicodinámicas, en las que se podrían incluir, y así se hace en este texto siguiendo la propuesta de Stein y Tuval-Mashiach (2014), lo que en otros lugares se han llamado enfoques de las necesidades sociales e interaccionistas. Ambos comparten la idea de fondo de que la soledad es un sentimiento o emoción surgido de la falta, en algún momento del ciclo vital, de ciertos elementos relacionales que son esenciales para el correcto desarrollo psicológico y el bienestar del individuo. Como se puede observar, esta definición implica un ejercicio de reificación de la normatividad y patologización del sujeto que sufre soledad, que vendría a ser un sujeto con un desarrollo psicológico disfuncional o errado. Quizás el mejor ejemplo de la patologización inherente a estas miradas sea el propio Freud, para el que, como recuerda Bound Alberti (2019:63), «la soledad, implícitamente, marca una especie de neuroticismo, un desarrollo inadecuado del yo que no puede adaptarse y prosperar en circunstancias adversas.»

Estas teorías, a su vez, comienzan a integrar ciertos factores sociales en el seno de las reflexiones psicológicas, pues muchas de esas necesidades esenciales para el desarrollo psicológico del sujeto parecen ser complejas de definir y alcanzar lejos de un ámbito sociorrelacional. No obstante, esta integración se ha realizado de manera diversa. De hecho, históricamente, la diferenciación entre las teorías psicodinámicas y las interaccionistas o de las necesidades sociales dependía del grado en el que se incorporaban estos elementos sociales, siendo mayor en las últimas y menor o nulo en las primeras. A pesar de esta diferenciación, mayor o menor según el caso concreto del autor que se lea, lo que da más lugar a un *continuum* que a una diferenciación clara, lo cierto es que el núcleo definitorio de lo que vendría a ser la soledad es compartido. Por esta razón, aquí se ha considerado vincularlos.

Por lo tanto, alrededor de una raíz definitoria común, cada una de las teorías que se podrían incluir en estas miradas psicodinámicas describe o delimita elementos distintos como aquellos factores que en su inexistencia en un momento concreto de la biografía del sujeto hacen surgir la soledad. Dos buenos ejemplos de estas teorías psicodinámicas son los ya comentados textos de Weiss y Fromm-Reichmann, que son considerados como los precursores del campo de estudio de la soledad. Siguiendo las teorías psicoanalíticas del apego, Fromm-Reichmann (1959:3) describe la soledad como la experiencia resultante de la falta de intimidad, necesaria para la autora en el correcto desarrollo del sujeto, en especial en la infancia y la adolescencia. Por su parte, Weiss (1973) explicita, desde la misma base, un planteamiento algo más sociológico y complejo en el que son seis ítems relacionales los que, en su ausencia en algún momento del ciclo vital, pueden acabar provocando soledad al truncar

el correcto desarrollo, en este caso, psicosocial del sujeto. Estos seis elementos son: (1) fiabilidad y seguridad; (2) valoración y reconocimiento; (3) apego y cercanía; (4) guía y consejo; (5) integración social o pertenencia, y (6) oportunidad de cuidar.<sup>2</sup> Para Weiss, cada uno de estos factores relacionales deben encontrarse no individualmente en cada una de las relaciones del sujeto, sino en su conjunto, de tal forma que esas necesidades queden cubiertas evitando la aparición de soledad.

### 3.2.3. *El modelo cognitivo*

Finalmente, en lo referente a los enfoques psicológicos, destaca el modelo cognitivo, que podría decirse que es la principal teoría de explicación de la soledad en la actualidad, la que más consenso despierta y la que con mayor asiduidad es utilizada para explorar la casuística concreta e intervenir en ella. Dicho de forma breve, este modelo de explicación de la soledad defiende que esta es, en esencia, un proceso cognitivo definido por «un desajuste o una discrepancia significativa entre las relaciones sociales actuales de una persona y las relaciones sociales que necesita o desea» (Perlman y Peplau, 1998:571). Así, estas posiciones se acercan a la soledad como proceso cognitivo de carácter evaluativo entre lo percibido o experimentado y aquello que los estándares del individuo afirman que es, en términos relacionales, lo necesitado o querido.

A pesar de la primacía y totalización del proceso cognitivo de evaluación como esencia de la soledad de la que pecan estas miradas al olvidar otras dimensiones constituyentes de la misma como la afectiva, emocional o sociomaterial, estos modelos tratan de reconocer la influencia combinada de factores externos e internos en tanto que intervienen tanto en la situación relacional concreta del sujeto como en la formación de esas expectativas relacionales. Así, junto a factores circunstanciales que desencadenan dicho proceso, se encuentran como elementos analíticos relevantes para el enfoque cognitivo los siguientes factores:

[a] características descriptivas de la red social (relaciones íntimas, así como el grupo más amplio de conocidos, colegas, vecinos y parientes extensos); [b] estándares de relación; [c] características de personalidad (por ejemplo, habilidades sociales, autoestima, timidez, ansiedad, introversión), y [d] características de fondo (por ejemplo, género y salud). (De Jong *et al.*, 2006:488)

Todo ello, en suma, condiciona el instante evaluativo del cual, finalmente, surge la experiencia de la soledad. Este proceso cognitivo es narrado por Perlman y Peplau (1984:22-23), principales autores de esta corriente, en tres momentos. El primero implica la existencia de ciertos factores de predisposición que tendrían que ver con las características de la personalidad del sujeto,

2. En el inglés original estos son, (1) *reliable alliance*; (2) *reassurance of worth*; (3) *attachment*; (4) *guidance*; (5) *social integration*, y (6) *opportunity of nurturance*. En este caso se ha optado por una traducción menos literal para poder comprender más fácilmente en castellano el sentido de cada uno de los ítems. Traducción basada en las definiciones de cada uno de los elementos llevadas a cabo por Cutrona y Rusell (1987:39-40).

las particularidades de su situación en torno a las posibilidades relacionales y las normas y valores socioculturales más amplios. Los tres elementos, en conjunto, por un lado, definirían las expectativas relacionales y, por el otro, determinarían la actual red relacional en la que se inserta cualquier persona. A todo ello le seguiría un evento desencadenante que los autores caracterizan como circunstancial y particular y que se sumaría a lo anterior desencadenando finalmente ese proceso cognitivo, tercer momento en el que se produce y manifiesta el ya mencionado desajuste o discrepancia, condensando distintas operaciones cognitivas como serían la evaluación, la comparación o la atribución causal.

A partir de estas cuestiones, los autores cognitivistas desarrollan toda una serie de análisis en torno a elementos de carácter social como la edad, la nacionalidad, el género, el estatus socioeconómico, el estado civil o las realidades familiares, tratando de clarificar la relevancia de esos factores de predisposición en la producción de soledad. Un paso más allá en esta línea, pero aún desde el modelo de discrepancia cognitiva, avanza la propuesta de De Jong y Tesch-Römer (2012) a la que dan el nombre de «modelo integrador de factores individuales y de contexto social». Mediante este modelo se trata de dar solución a un sesgo ciertamente individualista localizado en las vertientes anglosajonas del modelo cognitivo al estudiar las diferencias nacionales en términos de soledad en personas mayores. Estas diferencias no se pueden explicar simplemente en relación con el proceso descrito por Perlman y Peplau. Por ello, De Jong y Tesch-Römer proponen integrar dos niveles de análisis: uno individual, que reproduce, a grandes rasgos, el esquema clásico del modelo de discrepancia cognitivo, y otro social, en el que se incluyen tres factores (los valores y normas culturales —que en cierto sentido ya se incluían en el modelo clásico—, la composición sociodemográfica de las sociedades que se estudian y la amplitud y fuerza que el bienestar social, materializado en el estado y otras instituciones, tiene en las mismas) que determinan las expectativas sociales e influyen en los niveles de integración social —lo que en el modelo cognitivo clásico se denominaban relaciones sociales actuales. Este acercamiento más amplio mantiene, sin embargo, la centralidad del proceso cognitivo como definitorio de la soledad, aunque se trata de un proceso con fronteras porosas e interrelacionadas entre las esferas individuales y sociales en el que ya no es posible evadir la dimensión contextual. Esta actualización del modelo expuesto por Perlman y Peplau, a pesar de no desplazar su núcleo explicativo más allá de lo cognitivo, ha acercado los enfoques psicológicos a muchos de los sociólogos y antropólogos que estudian la soledad desde perspectivas sociales y que han dado por válida la definición cognitiva como vertebradora de la soledad simplemente sumándole la influencia de ciertos elementos de carácter más contextual que sociológico: «a pesar de su naturaleza social, la soledad es una reacción individual, que sintetiza evaluaciones cognitivas y respuestas emocionales» (De Jong y Tesch-Römer, 2012:286).

El acuerdo despertado por los modelos cognitivos no alcanza solo a las posturas de las ciencias sociales, sino que también ha hecho que en muchos casos las aportaciones de Perlman, Peplau y compañía se sinteticen con los

enfoques evolutivo-genéticos presentados anteriormente. La vinculación entre ambos se desarrolla a raíz de la idea de la soledad como percepción de aislamiento social que se incluía en el seno de las teorías de Cacioppo y que, en otros términos, es muy similar a la noción de soledad como discrepancia entre relaciones sociales esperadas o deseadas y reales o actuales. De esta forma, se genera un ensamblaje teórico que vendría a afirmar que los mecanismos cognitivos son aquellos que desencadenan el proceso orgánico-físico descrito en el primer enfoque presentado y que provoca toda una serie de incidencias en términos de salud tanto mental como física, cuestión que el enfoque cognitivo también trata de aprehender.

Quizás sea esta capacidad de integración o síntesis con otras miradas lo que haga del modelo de discrepancia cognitiva el enfoque de referencia o hegemónico en los estudios de la soledad. Parte de su éxito probablemente recaiga también en la extensión del consenso tanto científico como mediático o público en representar la soledad como un hecho subjetivo y psicológico, movimiento que parece captar en su totalidad el cognitivismo. No es, sin embargo, un enfoque sin fisuras ni disidencias. Por el contrario, y como se verá en adelante, son numerosas las críticas que desde otros enfoques se le han realizado.

### *3.3. Enfoque afectivo*

Se trata de una mirada parcial, que actualmente en pocas ocasiones se antepone, como sucede con los otros acercamientos, como un enfoque total y contundentemente explicativo del fenómeno de la soledad. De hecho, en la mayoría de los actuales estudios de este campo, generalmente se toma esta aportación no como delimitación de la soledad en sí misma, sino como parte descriptiva de la experiencia de esa soledad, sintetizándola con modelos explicativos más densos de los que el enfoque afectivo carece.

La idea de fondo de estos enfoques afectivos reside en la definición de la soledad sobre la base de los afectos que se asocian a ella y que, según estos autores, la constituyen. Quizás la aportación actual más clarificadora en estos términos sea la de Bound Alberti (2019:29) que define la soledad como «un “cúmulo” [clúster] de emociones, una mezcla de emociones diversas que pueden ir desde la ira, el resentimiento y la tristeza hasta los celos, la vergüenza y la autocompasión». Así pues, los afectos, emociones y sentimientos vinculados en otros modelos a la soledad como resultado o efecto de esta pasarían en estas opciones teóricas a ser considerados la esencia misma de la soledad, su parte constitutiva. Se trataría, por lo tanto, de un enfoque con una actitud fenomenológica en tanto que busca describir la soledad por sus manifestaciones subjetivas.<sup>3</sup>

3. En algunos textos se trata la perspectiva aquí llamada afectiva con el nombre de fenomenológica. En el presente texto se ha tratado de evitar esta nomenclatura para establecer una diferenciación clara con las posturas fenomenológico-existencialistas procedentes de las tradiciones filosóficas que más adelante se desarrollan.

Igualmente, es interesante reseñar el razonamiento desde el que se construye originalmente este enfoque afectivo, pues enuncia algunas de las aún existentes dificultades epistémicas que impregnan tanto la soledad como objeto de estudio como las posturas teóricas que tratan de explicarla. En uno de los textos clásicos de este enfoque afectivo, Mikulincer y Segal (1990) hablan de su surgimiento como una necesidad a partir de dos principios limitantes con los que se estaba encontrando la reflexión en el campo de estudio. En primer lugar, la soledad es una experiencia subjetiva que, dicen, «no puede ser objetivizada sin distorsionarla o limitarla» (Mikulincer y Segal, 1990:209). Con relación a esto, planteaban una segunda dificultad, en este caso, vinculada a la medida de los niveles de soledad que no estaba teniendo en cuenta la naturaleza multidimensional y compleja de dicho fenómeno. Por ello, concluían que «solo un análisis de las características de las descripciones que las personas hacen de los estados de soledad y su subsiguiente agrupación en cúmulos [o agrupaciones] significativos captaría la complejidad de esta» (Mikulincer y Segal, 1990:211).

Con el fin de desentrañar esta nueva forma de acercarse a la soledad, los autores del enfoque afectivo optan por el diseño de instrumentos cualitativos de investigación que permitan analizar esas experiencias concretas de la soledad y trazar alineamientos emocionales entre ellas. Serían, finalmente, estos cúmulos emocionales, que varían según el autor y el texto que se referencie, los que definirían, en última instancia, la soledad. Conjuntos emocionales que van desde los ya mencionados anteriormente en Bound Alberti hasta la falta de autoconfianza, el enfado, la depresión, la ansiedad, la ausencia de entendimiento, etc., que señalan Mikulincer y Segal.

#### *3.4. Enfoque integracionista*

Los enfoques integracionistas buscan, dicho brevemente, avanzar hacia una síntesis con fines holistas entre algunas de las miradas y teorías existentes en la literatura sobre soledad, generalmente entre algunos de los enfoques que hasta aquí se han expuesto. No obstante, su holismo se resiente al incorporar en exclusiva las posiciones mencionadas, dejando de lado aquellas más vinculadas al desarrollo sociológico del fenómeno. En cierto sentido, todo modelo o teoría, como se ha visto, tiene algo de integrador, pues son permeables a lo que sucede en el campo, a nuevas aportaciones, críticas y correcciones. Por ello, es tan complejo tejer una genealogía clara de las distintas posturas para hablar de soledad. Quizás el mejor ejemplo de la mutua influencia y permeabilidad entre enfoques sea el ya analizado «modelo integrador de factores individuales y de contexto social» de De Jong y Tesch-Römer (2012) que suma a la teoría de la discrepancia cognitiva ciertos elementos de cariz social y afectivo. Sin embargo, su autopostricionamiento alrededor del aporte cognitivo como núcleo central de explicación de la soledad, así como la disposición de los factores sociales y afectivos simplemente como influencias periféricas, hace que sea más riguroso su alineamiento con los modelos cognitivos.

Explícitamente integradora, sin embargo, es la conceptualización que desde el construccionismo tratan de hacer Stein y Tuval-Mashiach (2014) en su artículo *The Social Construction of Loneliness: An integrative conceptualization*, la cual se ha convertido en la propuesta más relevante de este tipo de enfoques. Pueden existir serias dudas acerca del verdadero carácter construccionista de una propuesta que trata, en vano, de seguir las aportaciones wittgensteinianas limitándose simplemente a reflejar los posicionamientos científicos sin cuestionarse acerca de los juegos de lenguaje relacionados con la soledad popularmente puestos en circulación. A pesar de esto, el carácter integracionista y su interés está fuera de duda. Parte de ese interés recae en la crítica que realiza a cada uno de los enfoques mayoritarios que los autores destacan —modelo de discrepancia cognitiva (en el que se incluye lo que aquí se ha llamado modelo cognitivo sintetizado con el enfoque evolutivo-genético), el acercamiento de las necesidades sociales (que aquí se ha tratado como parte de las teorías psicodinámicas) y el afectivo— y de los que surgirán los elementos del nuevo modelo. De ellos, a grandes rasgos, se viene a decir que son poco claros, parciales, que confunden causas y efectos con el propio fenómeno y que, además, no explicitan la situacionalidad de su conocimiento, lo que provoca una serie de sesgos vinculados a la búsqueda de otras resoluciones que no se explicitan.

Del análisis de estas insuficiencias surge el modelo integracionista propuesto que trata de superar las limitaciones presentadas. Para ello exponen que debe hacerse frente al menos a cinco retos teóricos: (1) habitar la tensión dialéctica entre lo demasiado específico y lo demasiado amplio o general; (2) evitar la confusión entre antecedentes, efectos y características de la soledad; (3) abordar la complejidad de variedades y significados asociados a la soledad; (4) buscar un mismo lenguaje referente a unos mismos significantes al hablar de lo relacionado con la soledad, que evite la polisemia y la confusión, y (5) asumir y explicitar la inevitable situacionalidad del conocimiento (Stein y Tuval-Mashiach, 2014:214).

Afrontando estas cuestiones, los autores proponen una definición de la soledad en tanto que experiencia, alejándose así de las nociones de percepción o cognición en las que se focalizaban otros modelos, basada en siete elementos. El primero sería cualquier sentido de aislamiento (social, metafísico, objetivo, subjetivo...), lo que, a su vez, implica poner en juego el segundo factor definitorio de la soledad, su carácter relacional, ya que el aislamiento no se da en el vacío, sino respecto a alguien o a algo, esto es, en relación a alguien o algo. Esta última afirmación prefigura los que serán el tercer y cuarto elementos, la necesaria existencia de un yo experiencial y de un otro que puede ser físico o representado, humano o no humano, respecto al que se siente ese aislamiento. A todo ello se le suma la pervivencia de ciertas necesidades sociales irresueltas, la quinta característica de la soledad según Stein y Tuval-Mashiach, y el sentido de discrepancia entre lo necesitado o deseado y lo experimentado en términos relacionales que provocan, precisamente, esas necesidades no cubiertas, sexto factor. En séptimo y último lugar, todo ello queda rodeado por un sentido aversivo o de dolor psicológico.



Así, conjugando los elementos centrales de los anteriores enfoques analizados, Stein y Tuval-Mashiach (2014:216-221) tratan de establecer siete criterios claros en cuya presencia se pueda hablar objetivamente de soledad. Si, por el contrario, alguno de estos elementos se encuentra ausente, los autores argumentan que ya no se estaría en presencia de la soledad, sino de algún otro fenómeno como el abandono, las relaciones insatisfactorias o el retiro. Es por esta insistencia en la necesaria integración de los diversos elementos señalados como relevantes en los modelos mayoritarios por lo que esta conceptualización se ha convertido en el baluarte del integracionismo y en una opción capaz de articular unitariamente las distintas aristas señaladas por los investigadores, aunque solo por estos, del campo de la soledad.

### 3.5. Enfoques sociológicos

Si los intentos integracionistas nacían de la crítica de los enfoques anteriores con la voluntad de tratar de producir una explicación unitaria del fenómeno de la soledad, los enfoques sociológicos nacen, igualmente, de una reprobación de las miradas psicológicas y evolutivo-genéticas, no ya con una voluntad integradora, sino con la convicción de la necesidad de mirar la soledad desde otras coordenadas. En concreto, desde la óptica social. Así pues, para el enfoque sociológico, la soledad es un fenómeno subjetivo cuya raíz se encuentra en procesos y estructuras sociales, no psicológicos u orgánicos, aunque estos influyan en su manifestación y efectos. La soledad, pues, sería un mal social.

Bien es cierto que el pensamiento sociológico, prácticamente desde su inicio, se ha preguntado por el problema del vínculo social y lo comunitario, así como sobre su reverso y ruptura, lo que podría ser leído como soledad a la manera en que lo hace García Peña (2019). No obstante, el pensamiento sociológico concreto sobre la soledad contemporánea o moderna se modela o toma forma con la influencia de estas aportaciones clásicas, pero como reacción a los enfoques que desocializan la experiencia de la soledad. García Peña busca en un corpus teórico que va de Durkheim y Simmel a Bauman, pasando entre otros por Foucault, Giddens o Jameson, el *continuum* sociológico que aborda aspectos relacionados con la soledad y sus causas sociales, pero, con la excepción de Bauman (2010:14-18), no son aportaciones que se hayan preguntado en sí mismas por la soledad y su raíz definitoria. Por el contrario, este último punto llega al hacer emerger posturas que señalan críticamente la primacía, en los enfoques precedentes, de un sujeto individualizado, el olvido sistemático de las condiciones socioestructurales y semiótico-materiales en las que se inserta y que dan forma tanto a ese sujeto como a su soledad, y, por último, el etnocentrismo que no prevé realidades distintas a la occidental a la hora de experimentar la soledad (Wong *et al.*, 2017).

Entre las teorías sociológicas acerca de la soledad no se localiza un corpus amplio de desarrollo ni autores claramente referenciales. Por el contrario, es un espacio en construcción y que bebe de esos estudios sociológicos previos no referentes específicamente a la soledad que analiza García Peña. Entre estas

posturas sociológicas parece prevalecer una lectura durkheimiana del fenómeno, que asimila la soledad a la noción de anomia. Por decirlo con palabras de Moscoso (2021:62):

Desde una perspectiva sociológica, todo invita a percibir la soledad como una manifestación de la anomia, como una pérdida de la pregnancia normativa de las relaciones entre los hombres y una nueva manifestación del conflicto que Durkheim y Simmel supieron reconocer como la tensión medular de la modernidad: la que existe entre el individuo y la colectividad.

De esta forma, es la deriva estructural de la realidad social y su incapacidad de generar un sostén normativo e institucional que complete adecuadamente, por así decirlo, la experiencia moderna del individualismo, la que está detrás de la soledad entendida como anomia. A una conclusión similar llega Wong *et al.* (2017) mediante la asimilación de la soledad a la noción, igualmente clásica, de alienación. Esta alienación, sin embargo, no es de matiz marxista, sino que hace referencia al sentido de separación que existe entre un sujeto particularmente marginalizado y su contexto social. En un sentido similar, aunque algo más simple que el expuesto por Moscoso acerca de la anomia, lo que proponen Wong y sus compañeros es que son los procesos estructurales los que, a través de la exclusión, generan sentidos degradados de pertenencia a la sociedad que, finalmente, repercuten en la producción de soledad. De nuevo, lo que se puede rastrear aquí, y que parece estar en el fondo mismo del seguimiento sociológico de la cuestión de la soledad, es la difícil articulación en la modernidad entre el sujeto individual o un grupo concreto y discriminado, según el caso, y la sociedad como un todo. Es en esa tensa y ambivalente dialéctica donde para las principales aportaciones sociológicas se juega la posibilidad misma de la producción de la soledad contemporánea y su naturaleza. Incluso en propuestas como las de Van Staden y Coetzee (2010) o Stauffer (2015), en las que se tratan conceptualizaciones distintas de soledad, como la «soledad cultural» o «la soledad ética», respectivamente, la lógica de fondo continúa presentando el mismo problema. No obstante, y a pesar de lo sugerente de estas miradas para el estudio sociológico de la soledad y al avance que suponen respecto a las tentativas previas, estos enfoques reproducen la tajante separación y antagonización del par individuo-sociedad, así como el aparataje conceptual a ello vinculado, que han puesto en entredicho numerosos teóricos de lo social en general (por ejemplo, Elias, 1987) y de la sociología de las emociones en particular (Ahmed, 2004).

Paralelamente a esta perspectiva que podría llamarse durkheimiana, parece estar surgiendo otra línea de interpretación de carácter, esta vez, socioantropológico que podría incluirse en este enfoque, pues sigue situando en el centro definitorio de la soledad elementos relacionados con procesos y estructuras sociales y culturales. Su genealogía se remonta a las obras, ya clásicas, de Le Breton (1998) y Ahmed (2004). Para esta mirada, la soledad, precisamente por su carácter sociocultural, no puede sino ser una experiencia situada, variable

no solo según el contexto concreto en el que se analice, sino también según las características sociales del sujeto y el momento de la vida en el que este la experimenta. Así, frente a las tendencias universalizadoras de los enfoques evolutivo-genéticos y, en menor medida, psicológicos, esta propuesta socioantropológica propugna la historicidad de la soledad, así como su polisemia experiencial en función de su situacionalidad sociocultural y vital. En cierto sentido, esta forma de entender la soledad se acerca a los enfoques afectivos, pues, como sucede en Bound Alberti (2018, 2022), principal autora de esta corriente y ya citada al analizar la impronta afectiva, la soledad acaba siendo definida como un cúmulo diverso de emociones distintas determinadas por las condiciones sociales que definen el contexto en el que se pone en movimiento y las características del sujeto social que la vive.

Esta última mirada, sin embargo, se encuentra en pleno proceso de enunciación, lo que la aleja de un corpus consolidado que, simplemente, se puede comenzar a vislumbrar. A pesar de ello, son cada vez más los autores que parecen posicionarse en torno a estas líneas, como es el caso de Núñez Mos-teo (2022), que, en sus reflexiones acerca de la soledad en jóvenes, recalca la diversidad de formas existentes de vivir la soledad, así como la ambivalencia de esta. Quizás fruto de este desarrollo incipiente, más adelante haya de evaluarse detalladamente si deviene en enfoque propio y, hasta ese momento, estas líneas deben ponerse entre paréntesis. Hasta ahora, y a pesar de la existencia de aportaciones propias y exclusivas de relevancia, como lo referente a la corporalidad constitutiva de la soledad o su ya mencionada ambivalencia y polisemia situada sociohistóricamente (Bound Alberti, 2019), no ha logrado constituirse más que como un aporte sintético, con ciertos elementos contradictorios, entre enfoques afectivos y sociológicos a los que ha sumado una reflexión histórica y situacional, esta sí, inédita y profundamente valiosa.

### *3.6. Enfoques existencialistas*

Por último, entre los enfoques señalados, cabe destacar aquellos textos que se acercan al objeto de estudio que supone la soledad desde la impronta de la filosofía existencialista. En el mayor número de casos, con mucha influencia del pensamiento sartreano, los pensadores existencialistas de la soledad hablan de esta desde una dimensión ontológica: la soledad es una expresión inherente, y muchas veces necesaria y beneficiosa, a la experiencia del ser humano. Es una de las principales condiciones de la humanidad en su ser. Es más, como afirma Mijuskovic, gran valedor junto a Rokach (2004) de la teoría existencialista de la soledad, esta «se basa en la naturaleza intrínseca del ser humano» (Mijuskovic, 1980:76) y, por lo tanto, nunca puede, ni debe, ser eliminada, sino simplemente reducida cuando esta es dolorosa.

El humano, retratado en cierto sentido de una forma algo universalista que evade las concreciones sociorrelacionales y semiótico-materiales, para estos autores, habita la soledad sin remedio y es ese habitar la soledad lo que, precisamente, posibilita dialécticamente la intersubjetividad. O, por decirlo en

palabras de Merleau-Ponty, otro de esos autores, como Sartre, referenciales en las lecturas existencialistas de la soledad, «la soledad y la comunicación no tienen que ser los dos términos de una alternativa, sino dos momentos de un único fenómeno, dado que, de hecho, el otro existe para mí.» (Merleau-Ponty, 1945:370). De esta forma, si la soledad se encuentra en el fondo mismo del sentido de lo humano, siendo la condición ontológica de este, es porque, a su vez, remite a su igualmente intrínseca y esencial intersubjetividad.

Estos autores parten, como se puede apreciar, de coordenadas radicalmente diferentes a las expuestas por los acercamientos previos. En primer lugar, rompen con el acuerdo generalizado, que también resquebrajan los nuevos enfoques socioantropológicos, de que la soledad es un fenómeno esencialmente negativo. Pues, aun cuando es dolorosa y desagradable, la soledad es condición humana y posibilitadora de la intersubjetividad. Pero, ante todo, establecen una ruptura con todos los enfoques anteriores en tanto que aquellos buscaban las causas de la soledad. Por el contrario, para los autores existencialistas, la naturaleza de la soledad es no constructiva, la soledad es en sí (McGraw, 1995:43). Dicho en otras palabras, la soledad no tendría una causa, ni psicológica, ni biológica, ni ambiental o sociológica; sería un fenómeno no condicionado, pues es parte de la propia naturaleza humana.

Así, las miradas existencialistas rehúsan una investigación empírica que trate de buscar, como intentaban las tendencias anteriores, las raíces de la soledad o la explicación de esta. Su investigación se limita, entonces, a desgranar fenomenológicamente dicha experiencia de forma similar a lo realizado metodológicamente por las posturas afectivas, pero desplazando las repercusiones emocionales para centrarse en el esclarecimiento del objeto mismo al que se dirige la soledad y que es, dialécticamente, el objeto de la intersubjetividad. De esta forma, McGraw (1995) distingue entre nueve tipos de soledad que no son sino distintas formas o dimensiones intrínsecas del significado de ser humano: soledad metafísica, epistemológica, comunicativa, ontológica o intrapersonal, ética, existencial, emocional, cultural y cósmica.

#### 4. Conclusiones. Esbozos para una teoría social de la soledad

Como se ha podido seguir en el texto y observar en el cuadro 1, la soledad es un objeto complejo cuyo estudio está cruzado por una enorme variedad de enfoques y acercamientos que se disputan su naturaleza y definición. Como se dijo al inicio, lejos de ser posiciones estancas, las aquí desarrolladas son miradas que dialogan y debaten entre sí configurando aportaciones teóricas novedosas que en estos momentos comienzan a enunciarse dando lugar a perspectivas más integracionistas, holistas y, a la vez, situadas. Sin embargo, para poder seguir estos más recientes movimientos conceptuales, se han de comprender los debates previos de los que surgen y que aquí se han intentado mostrar de forma heurística.

Por ser un objeto de estudio vivo, en pleno desarrollo, al igual que por la necesidad de desarrollar investigaciones empíricas que complejicen el debate presentado, lo aquí expuesto no es un resultado en sí, sino un punto de partida. Un punto de

**Cuadro 1.** Tabla resumen de enfoques sobre soledad ordenados según década de enunciación.

	Enfoque	Autores más representativos	Definición de soledad	Críticas posibles desde las ciencias sociales
1950	Psicodinámico	F. Fromm-Reichmann R.S. Weiss	Resultado psicológico de la falta, en algún momento del ciclo vital, de elementos relacionales esenciales para el correcto desarrollo del sujeto.	Patologiza al sujeto que convive con la soledad basándose en un desarrollo psicológico definido de forma universalista, esencialista y normativa.
	Conductista	J.L. Gewirtz D.M. Baer	Resultado psicológico de la falta de refuerzo social.	Enfoque mecánico, simplista y complejo de desarrollar a nivel empírico.
1980	Cognitivo	D. Perlman L.A. Peplau J. de Jong Gierveld	Proceso cognitivo aversivo definido por la discrepancia entre las relaciones sociales experimentadas o percibidas y las deseadas o necesitadas.	Totaliza lo cognitivo relegando u olvidando aristas relevantes a la hora de entender la soledad, como lo afectivo. Entiende el fenómeno de forma individualista y lo social queda relegado.
	Existencialista	B.L. Mijuskovic A. Rokach	Condición de existencia, insalvable y no-constructiva del ser humano. Par dialéctico, necesario y constitutivo, del reconocimiento del otro y la intersubjetividad.	La soledad no es declinada y se construye a partir de una noción universalista del ser humano, en el que las condiciones concretas de lo sociorrelacional y lo semiótico-material no son tenidas en cuenta.
1990	Afectivo	M. Mikulincer J. Segal	Experiencia subjetiva y multidimensional definida por el conjunto de afectos que experimentan las personas que la viven.	Se trata de un enfoque ampliamente descriptivo, su dimensión explicativa es limitada.
2000	Evolutivo-genérico	J.T. Cacioppo	Mecanismo orgánico inscrito genéticamente, mediante el proceso evolutivo, que alerta al ser humano del aislamiento social que pondría en riesgo su reproducción en tanto que especie.	Evade y subordina las cuestiones sociales a lo orgánico. En este sentido se naturaliza lo social, despegando una soledad universalizada de cuestiones concretas de carácter estructural, semiótico-material, social, económico...
2010	Sociológico	Sociólogos de la anomia	Anomia, alienación. Manifestación subjetiva de la compleja y conflictiva articulación entre el individuo y la colectividad o sociedad.	Reproduce de la separación y antagonización del par individuo-sociedad y el aparataje teórico vinculado a ello.
	Integracionista	J.Y. Stein R. Tuval-Mashiach	Experiencia de dolor psicológico producido por ciertas necesidades relacionales irresueltas que provocan, en la relación entre un yo y un otro, sensaciones diversas de aislamiento y de discrepancia.	No es un ejercicio de integración real. Deja fuera de tal esfuerzo algunas posturas teóricas importantes señaladas en este texto (sociales o existencialistas) y todos aquellos usos comunes y populares de la noción de soledad.

Fuente: elaboración propia.

partida maleable y no definitivo, posible pero no único, que, en cualquier caso, es necesario para fijar el conocimiento hasta ahora sedimentado acerca de la soledad, que, a su vez, debe suponer la base sobre la que comenzar a tejer nuevos desarrollos conceptuales, genealogías teóricas, investigaciones empíricas e intervenciones prácticas conscientes que aborden la complejidad del fenómeno desde todas sus aristas.

En este punto, las ciencias sociales, en especial la sociología y la antropología, deben integrarse en el debate más amplio continuando con la labor tímida-mente iniciada de desarrollo de posturas propias y críticas que problematicen, sin darles la espalda y desde el conocimiento acumulado por nuestras disciplinas, los acercamientos de otros enfoques y escuelas que, como se ha visto en el texto, no están exentos de sesgos y debates inacabados. De no ser así, las reflexiones socioculturales devendrán en meros comentarios complementarios y anecdóticos, en modelos que totalicen lo psicológico y/o biológico desligándolo de las realidades semiótico-materiales en las que se anclan y que les dan forma.

Ante esta necesidad de recentrar el debate sobre la soledad en torno a las ciencias sociales, es urgente dibujar desarrollos teóricos que, en diálogo con los debates establecidos hasta el momento, den cuenta de las complejidades, sin recortes, a las que se enfrentan aquellos que investigan e intervienen sobre tal fenómeno. En este sentido, para finalizar y a modo de simple esbozo, se presentan a continuación algunas propuestas que, surgidas del análisis crítico de los modelos hasta aquí expuestos, han de abrir el debate sobre la forma que deben tener los acercamientos, no reduccionistas y desde las ciencias sociales, a la soledad:

- Es necesario explorar propuestas teóricas que impliquen ensamblajes en los que elementos psicológicos, biológicos, sociales, estructurales y semiótico-materiales se articulen de formas complejas y no reduccionistas. En el actual contexto en el que la separación naturaleza-cultura ha sido profundamente cuestionada y superada (por ejemplo, Haraway, 1991), carece de sentido establecer desarrollos teóricos meramente naturalistas y biologicistas o sociologistas y culturalistas. El campo de la soledad requiere de acercamientos más simétricos en los que no se invisibilice ninguna dimensión y en los que se explore como estas se conjugan.
- Tal y como propone Ahmed (2004), debe avanzarse hacia propuestas teóricas en las que el par objetivo-subjetivo, en el sentido de interior-exterior, sea cuestionado. La soledad no puede ser un fenómeno meramente psicológico o cognitivo, pero tampoco puede ser absolutamente sociológico. Parafraseando a la propia Ahmed (2004:34), la soledad no puede estar ni en lo individual ni en lo social, sino en el modo en el que ambas esferas se dan forma mutuamente. La soledad es, pues, un fenómeno relacional, que toma forma en el hecho mismo de la relación entre sujetos, lo que conlleva un importante aprendizaje: la soledad no puede conceptualizarse como un «estar solo». O en palabras del antropólogo, cercano a las posturas existencialistas, Leo Coleman (2009), la soledad es siempre un estar-solo-con-otros.
- Dice Strathern (1992:10) en una de sus sentencias más celebradas que «importan las ideas usadas para pensar otras ideas». A este respecto, y, si como relata Bound Alberti (2019), la soledad es efecto emocional de la producción histórica del individuo moderno, entonces, quizás, para abordar la soledad al menos se deba problematizar la antagonización sociedad-individuo que reproduce en muchos casos la teoría social. Buscar, entre las

existentes, nuevas formas que permitan abandonar esta posición y, a la vez, entender al individuo en su complejidad y contradicción permitirá a las teorías sociales sobre la soledad salir del callejón sin salida en el que muchas se encuentran precisamente por esta cuestión

Finalmente, las teorías sociales que versen sobre soledad deben reflexionar acerca de su situacionalidad, recoger la diversidad de situaciones y sujetos que conviven con ella e indagar acerca de la forma en la que esto influye en la propia experiencia de la soledad. Solo de esta forma se podrán comprender las ambivalencias y complejidades que encierra el objeto de estudio y avanzar hacia planteamientos que no estén definidos por la parcialidad. En este sentido, es de gran importancia, asimismo, construir un corpus de estudios casuístico denso y amplio que permita formulaciones más certeras, matizadas y cercanas a la realidad social.

Así pues, este texto busca ser no solo un primer acercamiento al objeto de estudio y su complejidad teórica, sino también una invitación. Una invitación a tomar la soledad y pensarla en todos sus tipos y formas, desde las ciencias sociales y con relación a todos los saberes acumulados en torno a ellas. Una invitación no a cerrar debates, sino a abrir otros nuevos que nos han de acercar a categorías y conceptualizaciones novedosas que nos ayuden a entender mejor la soledad como fenómeno diverso y complejo, ambivalente y de gran interés para los estudios sociales.

## Financiación

La investigación de la que surge el actual artículo ha sido posible gracias a una ayuda para la Formación del Profesorado Universitario del Ministerio de Universidades del Gobierno de España (FPU20). De la misma forma, el artículo bebe de los aprendizajes e intercambios llevados a cabo en el marco del proyecto BAKARZAIN-Soledad no deseada y cuidados: individuo, comunidad y tecnología, financiado por la Fundación BBK.

## Referencias bibliográficas

- AHMED, Sara (2004). *La política cultural de las emociones*. México D.F.: Universidad Nacional Autónoma de México, 2015.
- ANDERSSON, Lars (1998). «Loneliness research and interventions: a review of the literatura». *Aging & Mental Health*, 2(4), 264-274.  
<https://doi.org/10.1080/13607869856506>
- BANERJEE, Aditya; KAUR CHAWLA, Sarabjeet y KOHLI, Neena (2023). «The 100 Top-Cited Studies on Loneliness: A Bibliometric Analysis». *Cureus*, 15(4).  
<https://doi.org/10.7759/cureus.37246>
- BAUMAN, Zygmunt (2010). *44 cartas desde el mundo líquido*. Barcelona: Paidós, 2011.
- BOUND ALBERTI, Fay (2018). «This “Modern Epidemic”: Loneliness as an Emotion Cluster and a Neglected Subject in the History of Emotions». *Emotion Review*, 10(3), 242-254.  
<https://doi.org/10.1177%2F1754073918768876>
- (2019). *Una biografía de la soledad*. Madrid: Alianza Editorial, 2022.

- CACIOPPO, John T. y PATRICK, William (2008). *Loneliness. Human nature and the need for social connection*. Nueva York: Norton.
- CENTRO DE INVESTIGACIONES SOCIOLÓGICAS (2021a). *Encuesta sobre la salud mental de los/as españoles/as durante la pandemia de la COVID-19. Avance de resultados*. [https://datos.cis.es/pdf/Es3312marMT\\_A.pdf](https://datos.cis.es/pdf/Es3312marMT_A.pdf)
- (2021b). *Encuesta sobre la salud mental de los/as españoles/as durante la pandemia de la COVID-19. Avance de resultados. Tabulación por variables sociodemográficas*. [https://datos.cis.es/pdf/Es3312sdMT\\_A.pdf](https://datos.cis.es/pdf/Es3312sdMT_A.pdf)
- COLEMAN, Leo (2009). «Being Alone Together: From Solidarity to Solitude in Urban Anthropology». *Anthropological Quarterly*, 82(3), 755-777. <https://doi.org/10.1353/anq.0.0075>
- CONSEJO ASESOR CIENTÍFICO CONTRA LA SOLEDAD (2022). *Las soledades. Reflexiones, causas y efectos*. Barcelona: Icaria Editorial y Ajuntament de Barcelona.
- CUTRONA, Caroline E. y RUSSELL, Daniel W. (1987). «The Provisions of Social Relationships and Adaptation to Stress». *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- DARWIN, Charles (1872). *La expresión de las emociones*. Pamplona: Laetoli, 2009.
- DE JONG GIERVELD, Jenny y TESCH-RÖMER, Clemens (2012). «Loneliness in old age in Eastern and Western European societies: theoretical perspectives». *Eur J Ageing*, 9(4), 285-295. <https://doi.org/10.1007/s10433-012-0248-2>
- DE JONG GIERVELD, Jenny; VAN TILBURG, Theo G. y DYKSTRA, Pearl A. (2006). «Loneliness and social isolation». En: PERLMAN, Daniel y VANGELISTI, Anita L. (Eds.). *The Cambridge handbook of personal relationships*. Cambridge: Cambridge University Press
- (2018). «New ways of theorizing and conducting research in the field of loneliness and social isolation». En: VANGELISTI, Anita L. y PERLMAN, Daniel (Eds.). *The Cambridge handbook of personal relationships*. Cambridge: Cambridge University Press.
- ELIAS, Norbert (1987). *La sociedad de los individuos*. Barcelona: Ediciones Península, 1990.
- FROMM-REICHMANN, Frieda (1959). «Loneliness». *Psychiatry*, 22(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/00332747.1959.11023153>
- GARCÍA PEÑA, Lilia Leticia (2019). «La soledad contemporánea desde la obra de pensadores esenciales: análisis y perspectivas». *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 86, 185-206. <https://doi.org/10.28928/ri/862019/aot3/garciapenal>
- GEWIRTZ, Jacob L. y BAER, Donald M. (1958a). «The effect of brief social deprivation on behaviors for a social reinforcer». *Journal of abnormal psychology*, 56(1), 49-56. <https://doi.org/10.1037/h0047188>
- (1958b). «Deprivation and satiation of social reinforcers as drive conditions». *Journal of abnormal psychology*, 57(2), 165-172. <https://doi.org/10.1037/h0042880>
- GUIMÓN, Pablo (17 de enero de 2018). «Reino Unido designa a una secretaria de Estado para luchar contra la soledad». *El País*. [https://elpais.com/internacional/2018/01/17/mundo\\_global/1516217665\\_881811.html](https://elpais.com/internacional/2018/01/17/mundo_global/1516217665_881811.html)
- HARAWAY, Donna (1991). *Manifiesto ciborg*. Madrid: Kaótica libros, 2020.
- HAWKLEY, Louise C. y CACIOPPO, John T. (2010). «Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms». *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>



- HERTZ, Noreena (2020). *El siglo de la soledad*. Barcelona: Paidós, 2021
- LE BRETON, David (1998). *Las pasiones ordinarias. Antropología de las emociones*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1999.
- MARANGONI, Carol e ICKES, William (1989). «Loneliness: A Theoretical Review with Implications for Measurement». *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(1), 93-128. <https://doi.org/10.1177/026540758900600107>
- MARTÍNEZ-PALACIOS, Jone (2020). «La interseccionalidad como herramienta analítica para la praxis crítica del Trabajo Social. Reflexiones en torno a la soledad no deseada». *Cuadernos de Trabajo Social*, 33(2), 379-390. <https://doi.org/10.5209/cuts.65181>
- MCGRAW, John G. (1995). «Loneliness, its nature and forms: an existential perspective». *Man and world*, 28, 43-64. <https://doi.org/10.1007/bf01278458>
- MERLEAU-PONTY, Maurice (1945). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Planeta De Agostini, 1993.
- MIJUSKOVIC, Ben L. (1980). «Loneliness: An Interdisciplinary approach». En: HARTOG, Joseph; AUDY, J. Ralph y COHEN, Yehudi A. (eds.). *The anatomy of loneliness*. Nueva York: International Universities Press.
- MIKULINER, Mario y SEGAL, Jacob (1990). «A multidimensional analysis of the experience of loneliness». *Journal of social and personal relationships*, 7, 209-230. <https://doi.org/10.1177%2F0265407590072004>
- MONTERO, María y SÁNCHEZ-SOSA, Juan José (2011). «La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual». *Salud mental*, 24(1), 19-27.
- MOSCOSO, Melania (2021). «Soledad no deseada, individualidad negativa y desafiliación: una aproximación a la soledad a partir de la sociología clásica». En: MOSCOSO, Melania y AUSÍN, Txetxu (eds.). *Soledades. Una cartografía para nuestro tiempo*. Madrid: Plaza y Valdés.
- MOSCOSO, Melania y AUSÍN, Txetxu (eds.). (2021). *Soledades. Una cartografía para nuestro tiempo*. Madrid: Plaza y Valdés.
- MURTHY, Vivek H. (2020). *Juntos. El poder de la conexión humana*. Barcelona: Crítica.
- NÚÑEZ MOSTEO, Francesc (2022). «La soledad se llama y se vive de muchas maneras». En: CONSEJO ASESOR CIENTÍFICO CONTRA LA SOLEDAD. *Las soledades. Reflexiones, causas y efectos*. Barcelona: Icaria Editorial y Ajuntament de Barcelona
- PERLMAN, Daniel y PEPLAU, Letitia Anne (1984). «Loneliness research: A survey of empirical findings». En: PEPLAU, Letitia Anne y GOLDSTON, Stephen E. (Eds.). *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*. Maryland: National Institute of Mental Health.
- (1998). «Loneliness». En: FRIEDMAN, Howard S. (Ed.). *Encyclopedia of mental health, Vol. 2*. Cambridge: Academic Press.
- REAL ACADEMIA ESPAÑOLA (2021). «Solitud». En: *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 7 de julio de 2022, de <https://dle.rae.es/solitud?m=form>
- ROBLEDÓ, Gonzalo (29 de marzo de 2021). «Japón ya tiene ministro contra la soledad». *El País*. [https://elpais.com/internacional/2021/03/21/mundo\\_global/1616345219\\_386599.html](https://elpais.com/internacional/2021/03/21/mundo_global/1616345219_386599.html)
- ROKACH, Ami (2004). «Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life». *Current Psychology*, 23, 24-40. <https://doi.org/10.1007/s12144-004-1006-1>
- STAUFFER, Jill (2015). *Ethical loneliness: The injustice of not being heard*. Nueva York: Columbia University Press.

- STEIN, Jacob Y. y TUVAL-MASHIACH, Rivka (2014). «The Social Construction of Loneliness: An Integrative Conceptualization». *Journal of Constructivist Psychology*, 28(3), 210-227.  
<https://doi.org/10.1080/10720537.2014.911129>
- STRATHERN, Marilyn (1992). *Reproducing the future. Essays on anthropology, kinship, and the new reproductive technologies*. Manchester: Manchester University Press.
- VAN STADEN, Werdie y COETZEE, Kobus (2010). «Conceptual relations between loneliness and culture». *Current Opinion in Psychiatry*, 23(6), 524-529.  
<https://doi.org/10.1097/ycp.0b013e32833f2ff9>
- VICTOR, Christina; SCAMBLER, Sasha; BOND, John y BOWLING, Ann (2000). «Being alone in later life: loneliness, social isolation and living alone». *Reviews in clinical gerontology*, 10, 407-417.  
<https://doi.org/10.1017/S0959259800104101>
- WEISS, Robert S. (1973). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. Cambridge: The MIT Press.
- WITTGENSTEIN, L. (1953). *Investigaciones filosóficas*. Barcelona: Altaya, 1999.
- WONG, Anna; CHAU, Arson K.C.; FANG, Yang y WOO, Jean (2017). «Illuminating the Psychological Experience of Elderly Loneliness from a Societal Perspective: A Qualitative Study of Alienation between Older People and Society». *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(7), 1-19.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph14070824>