

SOLEDAD ADOLESCENTE: IMPLICACIONES PARA EL HOGAR Y LA ESCUELA

Flory Stella Bonilla

Considerando que los profesores y orientadores asumimos la responsabilidad de ayudar a los alumnos a desarrollar su potencial y a construir sus vidas, de tal forma que éstas puedan ser más libres, responsables y felices, justificamos la importancia de este estudio que trata de entender al adolescente costarricense en el medio en que se desenvuelve. La investigación exploró algunos factores socioculturales y psicológicos que causan soledad en la adolescencia, y que influyen en la forma en que la experimentan estudiantes de colegios oficiales de Costa Rica. En el presente artículo se hará una revisión sobre las características de la adolescencia y sobre el tema de la soledad. Luego se explicará la metodología utilizada y finalmente se hará un análisis de los resultados obtenidos, así como de las responsabilidades del hogar y la escuela para guiar a los jóvenes en la construcción de sus vidas.

Adolescencia

El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (1970) define pubertad como la edad en que la reproducción sexual se vuelve posible, y define adolescencia como el período que comprende entre la pubertad y la adultez.

Aunque, en general, el final del período no puede describirse con la claridad de su comienzo, se considera que esta etapa ha terminado cuando "la identidad sexual de la persona ha sido establecida, y cuando se han fijado los estilos para lidiar con la tensión y la ansiedad" (12:13)¹. Sin embar-

go, aunque la referencia a su inicio parezca clara y simple, porque se basa sólo en características físicas, esta misma indicación es ya incierta pues hay evidencia de crecimiento puberal en niñas de cinco años y medio y en niños de ocho años (1:48). Si utilizamos la noción de primera menarquía, tampoco es adecuada ya que no siempre esto es índice de madurez reproductiva (17:48) y (19:919). También parece variar la edad en que se alcanza la pubertad en diferentes regiones del mundo, llegándose a asegurar que en los trópicos la menarquía se adelanta hasta por dos años en relación con la edad en que la alcanzan las jóvenes en las otras partes del mundo². Sabemos, además, que dentro de un mismo sexo hay diferentes niveles en la rapidez de crecimiento, variación que es aún mayor al comparar los dos sexos³. Si en vez de limitarnos a las características físicas, tratamos de abarcar también características emocionales, la dificultad para definir la adolescencia será aún mayor. Sin embargo, podemos obviar tal discusión aceptando que desde 1904 Stanley Hall legitimó el estudio del período adolescente entre los 12 y los 20 años.

Para Costa Rica el período se reduce prácticamente a los años de enseñanza media, o sea entre los 12 y 18 años, pues legalmente el muchacho es considerado adulto a los 18, edad en la que puede adquirir su cédula de identidad para con ella ejercer su derecho al voto, asistir a espectáculos para adultos, obtener su licencia para conducir, ingerir licor, casarse sin el consentimiento de los padres y poder ingresar al mundo del trabajo remunerado.

La soledad en el adolescente

En el estudio de la adolescencia hay numerosos pasajes que hacen énfasis en las perturbaciones del equilibrio psíquico y en los cambios bruscos de temperamento que sufren los adolescentes. "Por un lado, ellos se lanzan entusiastamente en la vida de la comunidad y, por otro, tienen un intenso deseo de soledad . . . sus estados de ánimo varían entre el más alegre entusiasmo y el más negro pesimismo", señaló ya hace tiempo A. Freud. (8:138).

En general, se acepta que el adolescente pasa períodos de alegría y de tristeza, es a veces sociable y otras huraño, busca la compañía de sus contemporáneos por un lado y por otro, la soledad. Sin embargo, no es ese aislamiento que queremos investigar en esta oportunidad, sino la soledad profunda, entendiendo ésta como "la excesivamente desagradable y violenta experiencia relacionada con una inadecuada descarga de la necesidad de intimidad humana, de intimidad interpersonal", en términos de Sullivan (18:290), o la "soledad real" de Fromm-Riechmann (1959) la cual es de tal naturaleza que resulta imposible comunicarla, y no se puede tolerar por mucho tiempo sin arriesgarse a caer en la psicosis. Weis (1973) también señaló un tipo de soledad como el mencionado, y lo llamó "aislamiento emocional", explicando que es una respuesta subjetiva a la ausencia de una relación interpersonal, sin la cual el mundo parece vacío.

Hay razones individuales y razones ambientales que estimulan la aparición, cada día más numerosa, de jóvenes que admiten vivir a menudo esta experiencia de soledad. Entre las razones ambientales podemos apuntar la falta del apoyo emocional de los padres y de la familia. Esta pérdida del apoyo psíquico del grupo familiar se hace más notoria en las áreas urbanas, tal vez como resultado de la inhabilidad de este núcleo familiar para proveer el tiempo, control y sustento adecuado durante el período de preparación hacia la madurez. Estas limitaciones de la familia urbana tienen explicaciones socioeconómicas que no analizaremos aquí. El hecho es que el adolescente necesita cercanía, intimidad, afecto, y no importan las razones cuando la necesidad es insatisfecha. Tal situación puede arrastrar al joven a establecer sus lazos emocionales con grupos no necesariamente recomendables a su edad, y aún a buscar un temprano matrimonio en

el afán de conseguir esa intimidad necesaria al período. Sin embargo, estas soluciones generalmente resultan inadecuadas. En el primer caso por el peligro de la delincuencia de pandilla, y en el segundo, ante la posibilidad de que la incomunicación se torne mayor, ya que el matrimonio que se inicia sin una firme base de amor, más fácilmente se convertirá en triste convivencia llena de soledad y vacío.

Otra razón de tipo ambiental por la que los jóvenes sufren la desagradable experiencia de la soledad es el medio socioeconómico en que vive el adolescente. Si procede de estratos medios generalmente tiene un fuerte impulso de ascenso social, comúnmente llamado "necesidad de logro", el cual, si no se satisface, puede provocarle depresión. Si proviene de un estrato socioeconómico bajo, donde afirman que "domina la rebeldía, el inconformismo y por tanto la agresividad" (6:407) suponemos que será más conflictiva la situación pues el proceso educativo seguramente habrá impuesto al adolescente algunos valores de clase media como esa necesidad de éxito, anteriormente señalada. El fracaso, entonces, acarreará melancolía, y, sobre todo, autorreproches y culpabilidad al hacer creer al joven que fracasa por sus propios errores: "tontera", debilidad, vagancia. Otra razón de tipo ambiental que consideramos aquí es la migración del campo a la ciudad, con su negativa influencia sobre los lazos familiares y amistosos que a veces llega a romper las raíces históricas de la persona. Esta experiencia, indudablemente, expone al individuo a una mayor vulnerabilidad ante la soledad, especialmente en épocas de conflicto. Y la adolescencia es un período de crisis. En términos de Erickson, crisis es "un momento crucial, cuando el desarrollo debe tomar un camino o el otro, pues se están preparando fuentes de crecimiento, recuperación y mayor diferenciación" (7:16). Y es que el adolescente está precisamente en esta encrucijada: entre la posibilidad de crecimiento o de perturbación. por eso es tremendamente vulnerable. Algunos de sus cambiantes y extremos comportamientos son normales dada su edad, pero al mismo tiempo pueden ser signos de excesiva tensión y aún de perturbación emocional. Es decir, en ciertas situaciones estas manifestaciones pueden indicarnos la necesidad que el adolescente tiene de guía y de una presencia adulta comprensiva.

Entre las causas individuales de esta tensión y soledad está el proceso psicológico de adaptación a la condición de púber, ya que esta condición "afecta el desarrollo de los intereses, comportamiento social y la calidad de vida afectiva del adolescente" (1:5) debido a los cambios simultáneos que experimenta en la esfera del desarrollo anatómico, fisiológico, mental y emocional.

Por ello es que la adolescencia es, para Blos "un período de progresiva diferenciación e integración de la personalidad" (1:3) que lucha por mantener un equilibrio psíquico. Pero esta lucha por la individualización acarrea sentimientos de soledad, aislamiento y confusión ya que para encontrar lo que busca, el adolescente debe romper sus ataduras familiares. Esta separación provocará temor y mucha confusión porque tendrá que hacer una gran cantidad de elecciones por sí mismo, elecciones para las que generalmente no está preparado, lo cual le produce mayores sentimientos de duda, tristeza y abandono. Por esto también se ha llamado a la adolescencia "época de pérdidas y adioses", donde se pierde el cuerpo de niño y se debe decir adiós a las defensas que hasta ese momento se han utilizado. Esta serie de separaciones, sin haber aún llegado a ningún puerto, provocan más temor y soledad, sentimientos que pueden alcanzar estados profundos de no ser superados por la promesa de la autorrealización. La única forma de que esta promesa se haga realidad es contando con el apoyo de una sociedad que reconozca el valor del joven, que pueda ofrecerle relaciones sinceras de amor y respeto, así como oportunidades educativas, sociales, vocacionales. De lo contrario, los sentimientos de soledad y vacío dejarán de ser pasajeros, para convertirse en parte de la diaria experiencia de la vida del adolescente.

El tema de las relaciones de amor ha sido elegantemente explicado por Bowlby, (1963) quien demuestra cómo la ausencia de una figura materna en el niño pequeño puede estar ligada a futuros estados de ansiedad, depresión, desesperación y sentimientos de desapego emocional, que a menudo ocurren después en los años adultos.

Por su parte, Sullivan (1953) explica que el joven preadolescente requiere de una relación íntima para, en un ambiente seguro, intercambiar sus satisfacciones emocionales. Para ello necesita haber experimentado ternura antes de la preadolescencia, y contacto físico en la infancia. Todo esto nos hace pensar en el adolescente como "el hombre marginal" de K. Lewin, con un pie en el mundo de la niñez y otro en el mundo del adulto. La ambigüedad de esta posición que en verdad ocupa, lo hace experimentar tensión emocional y, como resultado, generalmente se afectan las relaciones entre padres e hijos, lo cual lleva a mayores conflictos y soledad. Estas relaciones intergeneracionales dependen no solo de las personalidades y temperamentos particulares, sino de los valores culturales y de las normas sociales que influyen esa relación. Por este motivo, el conflicto tiene importantes ramificaciones para la escuela y para otras agencias de la sociedad.

Método

De acuerdo con los objetivos del estudio, se diseñó una muestra a juicio de expertos, estratificada por área, tipo de colegio, sexo y edad de los estudiantes y nivel del curso al cual asisten, la cual resultó distribuida de la siguiente manera:

Nº	Colegios oficiales	Estudiantes
7	Académicos diurnos	565
5	Técnicos	282
2	Nocturnos	51
14		898

La edad de los sujetos seleccionados está comprendida entre 12 y 18 años. Las siete capitales de provincia de Costa Rica están representadas, así como los diferentes tipos de colegios oficiales.

Para recoger la información se elaboraron dos instrumentos según el marco teórico y los propósitos del investigador: un cuestionario escrito y una guía de entrevistas que se realizó oralmente a un porcentaje de la muestra.

Resultados y discusión

La primera pregunta que se planteó al inicio de la investigación fue ¿qué es la soledad para el adolescente-estudiante? Como puede observarse en el cuadro No.1, la definición más aceptada por los varones fue "vacío", y por las mujeres fue "tristeza". Estas respuestas concuerdan con el marco teórico conceptual sobre la soledad, según Weis, Fromm-Reichmann y Sullivan. Puede notarse que no hay relación significativa entre la definición de soledad y el sexo, excepto para los estudiantes de colegio nocturno ($\chi^2 0.05 = 0.06$).

Cuadro No 1
Definición de soledad según sexo
y tipo de colegio

Definición	Académico			Técnico			Nocturno			Total
	H	M	Total	H	M	Total	H	M	Total	
tristeza	23	28	51	7	5	12	5	12	18	81
vacío	25	20	45	4	5	9	11	3	14	68
abandono	11	16	27	1	0	1	6	4	10	38
inferioridad	6	5	11	0	0	0	0	0	0	11
probl. hogar	4	4	8	1	2	3	0	1	1	12
carácter	2	2	4	1	0	1	0	0	0	5
TOTAL										
Signific.		N.S.			N.S.			0.06		

El segundo problema planteado fue ¿cómo experimenta la soledad el estudiante de los colegios seleccionados? Se puede comprobar, en el cuadro No.2, que esa experiencia se torna más dolorosa conforme aumenta la edad, pues son los jóvenes de 17 y 18 años los que más frecuentemente señalan experimentar soledad en forma profunda. Este ha-

llazgo refuerza el punto de vista de Sullivan (1953), quien explica que no es sino a partir de la preadolescencia que se puede experimentar la verdadera soledad. Burton (1961) y Moustakas (1962) también han insistido en la esencia intensa y amarga de la soledad.

Cuadro Nº 2

Experiencias de soledad
según edad y tipo de colegio

Edad	Académicos			Técnicos			Nocturnos		Total	
	poca	regular	profunda	poca	reg.	prof.poca	reg.	prof.		
14	4	14	7	0	1	0	0	1	0	33
15	3	20	4	4	5	4	1	1	2	44
16	4	12	22	5	15	11	1	1	4	75
17	4	23	16	5	23	13	0	2	1	87
18	3	6	12	2	19	12	2	2	2	60
Total	18	75	62	16	63	40	4	7	9	299

El tercer cuestionamiento se refiere a la opinión del adolescente sobre ¿cuáles son las causas de su soledad? Resulta interesante observar las razones más frecuentes que tanto varones como mujeres señalan para sentirse solos: "tontera", edad, padres estrictos y falta de comunicación, especialmente. También se anota la creencia de que la soledad la sienten aquellos estudiantes que son "feos y por eso no han conquistado un amor"; por ser

pobres, lo cual no les permite salir con otros ni gastar dinero en diversiones, y por tener problemas de salud que impiden las adecuadas relaciones con los demás. No hay relación significativa de estas causas con el tipo de colegio al cual asisten, es decir, que estas causas son señaladas sin diferencia del lugar en que estudian.

Cuadro Nº 3

Principales causas de soledad según sexo

CAUSAS	H	M	TOTAL
tontera	130	134	264
edad	61	92	153
padres estrictos	39	68	107
falta comunicación	39	33	72
mal aspecto físico	19	20	39
pobreza	21	15	36
salud	21	13	34

Las implicaciones que los datos que se analizan (ver cuadro No3) pueden tener en la educación, son notorias, cuando se piensa que de una muestra de 898 estudiantes, un 29% (264) dicen sentirse solos porque se creen tontos. Nos preguntamos con preocupación ¿es ese el autoconcepto que los educadores estamos ayudando a formar en nuestros alumnos?

Por otro lado, se puede observar que los padres de familia también son percibidos por un 12% (107) de los estudiantes como causantes de su soledad, debido a su autoritarismo y falta de comunicación. Esta queja de los adolescentes sobre la dureza de sus padres al guiarlos, es a menudo aceptada como prueba de la falta de amor que esos progenitores les tienen, lo cual ahonda su tristeza e inseguridad. La fundamentación teórica expuesta señala que una de las razones ambientales por las

que el adolescente experimenta soledad es la falta de apoyo emocional de los padres. La actitud rígida y poco comunicativa de estos padres es vista por los jóvenes estudiantes como causante de su soledad. Este puede ser otro punto de interés para profesores y orientadores cuando se planean las actividades hogar-colegio.

La pregunta final de este estudio, referente a ¿qué hace el adolescente-estudiante cuando se siente solo?, demostró que hay una asociación significativa ($\chi^2 0.05 = 0.01$) entre el comportamiento que manifiestan los jóvenes y el sexo, sin distinción del tipo de colegio al cual asisten (ver cuadro No.4). Es decir, los adolescentes estudiantes se comportan significativamente diferente según sean hombres o mujeres, cuando se sienten solos.

Cuadro No 4
Comportamientos más frecuentes,
según sexo

Comportamiento	H	M	Total
Busco compañía	129	131	260
Salgo	77	49	126
Leo	40	52	92
Lloro	11	73	84
Escribo	16	36	52

Se considera valioso también analizar algunos datos sobre comportamientos que, aunque no obtengan frecuencias altas, es importante para el orientador y profesor conocerlos. (ver cuadro No.5). Por ejemplo, es de suponer que una forma drástica de manifestar la soledad es con pensamientos suicidas. Se puede observar que de los estudiantes investigados, 10 contestaron que desean matarse, de los cuales cinco son hombres y cinco mujeres. Estos estudiantes parecen necesitar una ayuda más directa e inmediata ya que, aparentemente, la soledad se ha convertido en una carga muy pesada

para ellos. Como la discusión teórica lo señala (Fromm-Reichmann, Moustakas, Weiss), la soledad puede convertirse en un síntoma perjudicial para la salud mental.

Con respecto al comportamiento "tomo", fue señalado solamente por hombres, y muy notablemente no fue señalado por ningún adolescente de colegio nocturno. Aparentemente el estudio hasta tarde en la noche, que reduce el tiempo libre de los alumnos, los impulsa a buscar otras formas de combatir la soledad.

Cuadro Nº 5

Comportamientos menos frecuentes
según sexo

Comportamiento	H	M	Total
Quiero matarme	5	5	10
Tomo	6	0	6
Fumo cigarrillos	19	6	25
Fumo marihuana	4	0	4

Conclusiones e implicaciones

La soledad es una condición humana, sin embargo poco estudiada, aunque es tema favorito de la poesía. Es considerada filosóficamente como una característica fundamental del ser humano y como una confirmación de la vida psíquica del individuo, pero también como una sensación desagradable y aún patológica. La terminología que se utiliza para referirse a la soledad es muy variada posiblemente por la cantidad de sentimientos que desata, lo cual impide definirla con precisión. Moustakas (1962) explicó que sólo personas muy conscientes de sus propios sentimientos pueden reconocer y definir la soledad. Si esas personas son adolescentes, como en el caso investigado, la dificultad de comunicar con palabras tal experiencia es aún mayor, lo cual fue comprobado en el grupo de jóvenes estudiantes. Ellos utilizan gran variedad de términos para definirla. Sin embargo, podemos resumir la información al respecto, anotando que generalmente sufren la soledad como un vacío acompañado de tristeza.

Esta vivencia, además, es "muy profunda", lo cual concuerda con la fundamentación teórica de que a menudo ésta es una experiencia "incomunicable" que se siente intensamente pero que no se puede explicar.

En las formulaciones conceptuales hemos argumentado que los adolescentes se sienten solos por causas individuales como es su misma condición de ser adolescente, así como por causas ambientales. Los sujetos investigados afirman sentirse solos especialmente porque se creen tontos, también por

que consideran que la soledad es una vivencia típica de la edad que atraviesan, porque sienten que sus padres son muy estrictos y porque les resulta difícil comunicarse adecuadamente con los demás.

Estas causas anotadas por los mismos adolescentes son de origen ambiental, pues tres de ellas (sentirse tontos, la edad que atraviesan y creer que no pueden comunicarse bien con los demás) son parte de la identidad personal que están adquiriendo, y la otra (padres estrictos) corresponde a algo que está fuera de ellos, dado por el medio en que viven.

La identidad, como lo afirma Erikson (1968) se forma con la respuesta que la sociedad ofrece a la pregunta juvenil ¿quién soy yo?, justificando de este modo las anteriores observaciones. Los adolescentes, afirma, "a menudo parecen mórbidamente, aún curiosamente preocupados con lo que ellos aparentan a los demás, con lo que parecen a los ojos de quienes los observan" (7:128). Las personas que los observan más de cerca son especialmente sus padres y profesores y son, por lo tanto, los más importantes formadores del concepto que los adolescentes adquieren de sí mismos. Los profesores juegan un papel preponderante en hacer a los jóvenes conscientes de sus habilidades y ventajas intelectuales. Ellos, también forman en sus alumnos la idea de incompetencia, o de que "soy tonto". Esta sola inquietud es suficiente para efectuar un análisis desde el punto de vista de las responsabilidades educativas, pues sabemos que la posibilidad de fracaso es tan dañina que provoca vencimiento en niños y adolescentes (y/o rebeldía en estos). Sabemos además, que es el educador quien debe traba-

jar continuamente para minimizar este efecto indeseado. En parte se puede lograr esto si al educando se le entregan problemas que siente que puede resolver, para lo cual es necesario seleccionar adecuadamente los pasos de cada unidad curricular.

Por otro lado, los medios de comunicación han diseminado la idea de la adolescencia como época de conflicto, convirtiendo la respuesta de que la soledad es una reacción típica de la edad, en una respuesta también de origen ambiental.

El problema de "padres estrictos" puede ser hábilmente manejado por un orientador que conoce las dificultades en las relaciones intergeneracionales, que mantiene buenas relaciones con los alumnos y que logra atraer el interés del hogar y acercar a los padres a la escuela.

Por todo esto, creemos que la rehabilitación de estos jóvenes no está en la confrontación individual o psicoterapia, dadas las limitaciones del medio costarricense para brindar esa ayuda, sino en la reestructuración del medio escolar y hogareño. La estrategia para ayudar a los adolescentes a escapar de la aterradora experiencia de la soledad está fuera de ellos porque obedece básicamente a causas ambientales, causas que, por otro lado, representan características significativas de la cultura costarricense.

El valor de estas observaciones está fundamentado por la información relacionada con las conductas que los jóvenes investigados presentan cuando se sienten solos. Esta conducta varía significativamente según el sexo en los diferentes tipos de colegios estudiados. La variación es mayor en comportamientos tradicionalmente considerado pasivos, como llorar, escribir y leer, los cuales son más frecuentemente elegidos por las estudiantes mujeres. Esta observación sugiere la interpretación tentativa de que ya la adolescente trata de conformarse con los patrones culturales que la obligan a ser sumisa y sufrida: "A veces lloro toda la noche... es muy duro... paso muchas noches en soledad", nos dijo Elizabeth con 16 años, mientras Ana Lorena, llorando, expresó "siento algo en la garganta y quiero llorar, casi siempre lloro"

Un análisis de esta situación parece tener grandes implicaciones para la orientación, tanto por la posibilidad de ofrecer adecuada guía vocacional para preparar a los jóvenes para el mundo del tra-

bajo, como en la búsqueda de mayores oportunidades educativas por medio de becas y préstamos, de información para organizar guarderías, para conseguir trabajos por horas, y también de apoyo en la lucha por mejorar la situación conflictiva y llena de carga emocional en que viven la mayoría de las jóvenes de esta época.

Sin embargo, creemos que la mayor contribución de la orientación puede darse en el examen y análisis de actitudes, valores, prejuicios y necesidades con respecto a los papeles sexuales y a la comprensión del comportamiento humano. Este análisis ha de hacerse con los mismos adolescentes, pero también con sus padres, para que ellos comprendan, no solo el proceso adolescente, sino el cambio que se está operando con respecto a las posibilidades para la mujer. Esto podrá ayudar a eliminar barreras ocupacionales, a diseminar el conocimiento para respetar el trabajo y la inteligencia femenina, a entusiasmar a las mismas mujeres para que participen más activamente en la política del país, a analizar y planear más efectivamente las horas de descanso, y a programar líneas efectivas para que las adolescentes puedan dar el aporte que tal vez guíe a las nuevas generaciones en este mundo de cambios y confusión. Para lograrlo, es necesario resaltar el papel de la familia en una orientación que tendrá que iniciarse desde muy temprana edad para ayudar a la niña a tener fe en sí misma, a confiar en otras mujeres, a experimentar otros roles que no sean únicamente el de cuidar y jugar con muñecas, a perder el miedo de ser asertivas y a decir "no" cuando sea necesario. Sobre todo, a no competir con los hombres por el lugar que ellos tienen, sino a formar equipo con ellos para luchar juntos por una existencia más comunicativa y más justa para todos.

El papel principal de la familia y la escuela será, entonces, coordinar esfuerzos trabajando en conjunto para eliminar actitudes negativas, prejuicios y sobre todo, para lograr que hombres y mujeres superen las barreras de comunicación y puedan formar verdaderas relaciones de amor, en donde esté ausente la soledad profunda, en donde la única experiencia de soledad que se viva sea algo positivo que "apunte a no otro propósito, ni resulte en otra cosa que la realización del ser" (13:8).

El estudio cumplió con los principales objetivos propuestos ya que nos aclara cómo siente la

soledad este grupo de adolescentes, qué hacen cuando se sienten solos, y cuáles son las causas que los adolescentes-estudiantes atribuyen a su soledad.

A través del análisis se ha tenido la intención de entender las razones socioculturales y psicológicas que motivan la experiencia de la soledad en el estudiante, como una forma de explicar las condiciones críticas que promueven o impiden el proceso adolescente. Estas consideraciones obligan a a-

tender explícitamente el problema de la diferenciación de los roles sexuales en nuestra sociedad. También llama la atención al hogar y a la escuela con respecto a las responsabilidades que ambos tienen en la tarea educativa de las nuevas generaciones. Sin embargo, solo se inicia un campo de estudio que es vasto. El futuro permitirá profundizar en este campo y en otros necesarios para ayudar al adolescente costarricense.

BIBLIOGRAFIA

- 1 |Blos, P. *On Adolescence*. New York: The Free Press, 1962.
 - 2 |Bonilla, F.S. "Soledad y orientación en sociedades no desarrolladas". *Ciencias Sociales* 14:15-18, 1977.
 - 3 |Bonilla, F.S. "Experiencias de soledad en mujeres adultas costarricenses". *Tiempo Actual*. 1979.
 - 4 |Bowlby, J. *Separation*. Vol. II. New York: Basic Book, 1973.
 - 5 |Burton, A. "On the nature of loneliness". *American Journal of Psychoanalysis*. 1961, Vol. 21, No.1.
 - 6 |Castilla, C. *Un estudio sobre la depresión*. Barcelona: Península, 1974.
 - 7 |Erikson, E. *Identity, Youth and Crisis*. New York: Norton, 1968.
 - 8 |Freud, A. *The Ego and the Mechanisms of Defense*. New York: International Universities Press, 1974 (Revised edition 1936).
 - 9 |Fromm-Reichmann, F. "Loneliness". *Psychiatry*. 22, No.1. (1959), 1-15.
 - 10 |González, M. "La mujer en Costa Rica, división del trabajo, salarios y distribución de puestos directivos". *Ciencias Sociales*. 14:13-42, 1977.
 - 11 |Hall, Stanley. *Adolescence*. New York: Appleton, 1904.
 - 12 |Laufer, M. *Adolescent Disturbance and Breakdown*. Great Britain: Compton, 1974.
 - 13 |Moustakas, C. *Loneliness*. New Jersey: Prentice-Hall, 1962.
 - 14 |Moustakas, C. *Loneliness and Love*. New Jersey: Prentice-Hall, 1975.
 - 15 |Moustakas, C. *The Touch of Loneliness*. New Jersey: Prentice-Hall, 1975.
 - 16 |Paz, O. *El laberinto de la soledad*. México: F.C.E., 1959.
 - 17 |Roche, A. "Growth After Puberty" in *Youth in a Changing World*. The Hague: Mouton, 1976.
 - 18 |Sullivan, H.S. *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton C., 1953.
 - 19 |Tanner, J. *Growth at Adolescence*. Oxford: Blackwell, 1962.
 - 20 |Weiss, F. "Dinámica y terapia de la autoalienación", en Fromm, E, et. al. *La soledad del hombre*, 1976.
- Documentos**
- a- Censo Nacional de Población 1973. San José: Dirección Nacional de Estadística y Censos.
 - b- Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española. Madrid: Espasa-Calpe, 1970. (XIX edición).

NOTAS

- * La investigación "La soledad en el adolescente de enseñanza media" se realizó bajo el código No. 02-07-04-39 de la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica durante marzo-enero de 1979.
- 1 El primer número entre paréntesis indica el orden del texto en la bibliografía; el segundo número, la página en el mismo texto.
 - 2 Tanner afirma que la mayor parte de las diferencias de maduración en las poblaciones son debidas a fac-

- tores nutricionales. Las poblaciones mejor alimentadas del hemisferio occidental tienen una mediana de 12.8 años para la menarquía, mientras que por contraste, para Nueva Guinea es 18 años, para Africa Central 17 años y para los Bantu del Africa del Sur es de 15.5 años (19:928).
- 3 Tanner, al respecto, explica que la edad promedio en que ocurre el mayor crecimiento de los jóvenes adolescentes ingleses y norteamericanos es de 14 años en los varones y 12 años en las niñas (19:909).