



ANSIEDAD POR SOLTERIA



ANSIEDAD POR SOLTERIA

La soltería, aunque para muchas personas representa una de las etapas de crecimiento y autonomía, puede generar un impacto emocional negativo, especialmente cuando no es elegida sino vivida como una imposición social o personal.

la presión cultural, los estereotipos credo por la sociedad sobre el amor romantico y la constante comparación con otros, que es bombardeado por las redes sociales y medios de comunicación, puede desencadenar sentimientos de soledad, vacío existencial y baja autoestima.

si estos sentimientos se prolongan, existen riesgos de un aumento de las probabilidades de tener depresión

La palabra “depresión por soltería” no es considerado como algo grave aparenteme no es oficial pero refleja una realidad emocional que merece tener la atención. muchas chavos e incluso adultos pueden padecer de esto pero deben atender con mucha precaución y discreción

¿Quiénes somos?



Investigar la depresión por soltería desde la psicología es fundamental porque permite comprender cómo influyen los factores emocionales, sociales y culturales en el bienestar de las personas que se encuentran sin una relación de pareja. La psicología ofrece las herramientas teóricas y prácticas necesarias para analizar cómo la soledad no deseada, la baja autoestima y la presión social pueden desencadenar síntomas depresivos, afectando la salud mental y la calidad de vida de los individuos. Además, al abordar este fenómeno desde un enfoque psicológico, se pueden diseñar estrategias de prevención, intervención y acompañamiento terapéutico que promuevan una visión más saludable de la soltería.

Esta investigación puede beneficiar principalmente a jóvenes adultos y adultos en general, especialmente aquellos que se sienten insatisfechos con su estado civil o que enfrentan estigmas sociales por no tener pareja. También puede ser útil para profesionales de la salud mental, educadores y orientadores, ya que les proporciona una comprensión más profunda de las problemáticas emocionales asociadas a la soltería en contextos donde las relaciones amorosas se perciben como un ideal obligatorio.

La problemática que se busca comprender y resolver con este estudio es la percepción negativa de la soltería, la presión social por cumplir con ciertos roles afectivos y la aparición de síntomas depresivos derivados de estas expectativas. Al visibilizar esta situación desde la psicología, se promueve una mayor empatía, se combate el estigma y se fomenta el desarrollo personal y emocional, independientemente del estado civil de cada individuo.

El estudio de la depresión por soltería cumple con las características fundamentales del conocimiento científico, lo que permite abordarlo de manera rigurosa desde la psicología:

- Objetividad: El fenómeno puede analizarse sin juicios de valor personales, observando hechos y conductas que se presentan en individuos solteros que experimentan síntomas depresivos. Se pueden aplicar instrumentos psicométricos estandarizados que garantizan objetividad en la medición.

- Racionalidad y lógica: La investigación parte de una base teórica sólida que conecta conceptos como autoestima, presión social, salud mental y relaciones interpersonales. Estos conceptos se relacionan lógicamente entre sí mediante hipótesis que explican la aparición de síntomas depresivos en personas solteras.

- Sistemática: El estudio se desarrolla mediante un proceso ordenado, desde la formulación del problema, la revisión teórica, la selección de métodos de recolección de datos, hasta el análisis de resultados. Cada etapa se conecta de forma estructurada para dar sentido al proceso de investigación.

- Verificabilidad: Los datos pueden ser recogidos y comprobados a través de encuestas, entrevistas o escalas clínicas aplicadas a diferentes poblaciones. Esto permite contrastar la hipótesis planteada con la realidad observada.

- Predictibilidad: Al identificar factores que influyen en la aparición de síntomas depresivos en personas solteras, es posible predecir con cierto grado de certeza en qué condiciones se podrían repetir estos patrones en otros contextos o poblaciones similares.

- Falibilidad: Como todo conocimiento científico, los resultados obtenidos pueden ser refutados o modificados por investigaciones futuras, lo que garantiza apertura al cuestionamiento y mejora continua del conocimiento generado.

Tipo de Investigación Propuesta

El tipo de investigación más adecuado para abordar este tema es la investigación descriptiva y correlacional.

- Descriptiva, porque busca detallar y caracterizar el fenómeno de la depresión en personas solteras, sus síntomas, causas asociadas, y su impacto emocional y social. Permite conocer cómo se presenta este fenómeno en distintos grupos poblacionales.

- Correlacional, porque se pueden analizar las relaciones entre variables como la duración de la soltería, la edad, el nivel de autoestima, el grado de presión social percibida, y los niveles de síntomas depresivos. Esto ayuda a entender cómo se vinculan estos factores sin necesariamente establecer una relación de causa-efecto.

citas:

Keith, P. M., & Schafer, R. B. (1982). Correlates of depression among single parent, employed women. *Journal of Divorce*, 5(3), 49-59.