

Adaptación al castellano de la Escala para la Evaluación de la Soledad Social y Emocional en adultos SESLA-S

Sagrario Yárnoz Yaben*

Universidad del País Vasco, España

ABSTRACT

Spanish adaptation of the scale for evaluation of social and emotional loneliness in adults SESLA-S. This paper presents the Spanish version of the SESLA-S (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults), a short instrument for the evaluation of the subjective experience of loneliness (social, familiar and romantic). Data were collected via self-report measures from five different samples composed of university students, general population, psychiatric patients and divorced people. A total of 517 individuals took part in this study. Like in the original English version, three factors were found in the instrument, corresponding to the three scales: social loneliness, familiar loneliness and romantic loneliness. Our results show that these scales have a high internal consistency. Construct (convergent and discriminant) validity was supported by correlations with measures of intimate relationships (attachment style) and by the association of the scales to measures of psychological well-being and social desirability.

Keywords: loneliness, adult assessment, SESLA-S, instrumental study, attachment.

RESUMEN

Se presenta la adaptación al castellano de la escala Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos, (SESLA-S), un instrumento diseñado para evaluar en adultos la experiencia subjetiva de soledad en sus tres aspectos de Soledad Social, Soledad Familiar y Soledad Romántica o de pareja. Los datos han sido recolectados vía autoinforme en cinco muestras diferentes, que incluyen estudiantes universitarios, población general, pacientes de centros de salud mental y personas divorciadas. Un total de 517 individuos han tomado parte en este estudio. Al igual que en la versión original en inglés, el análisis factorial extrajo tres factores de este instrumento, correspondientes a las escalas de: soledad social, soledad familiar y soledad romántica. Los resultados indican que las tres escalas de la SESLA-S tienen una alta consistencia interna. La validez de constructo (convergente y discriminante) queda demostrada por la correlación de esta escala con medidas del estilo de relación (tipo de apego) y por la asociación de estas escalas con medidas de bienestar psicológico y deseabilidad social.

Palabras clave: soledad, evaluación adultos, SESLA-S, estudio instrumental, apego.

* La correspondencia sobre este artículo puede ser enviada a la autora: Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea, San Sebastián, España. Email: sagrario.yarnoz@ehu.es. Este estudio ha sido financiado por la Universidad del País Vasco, código UPV 05/31. Mi agradecimiento a B. Maya, psicóloga de Osasunbidea, por su colaboración en esta investigación.

La soledad es un fenómeno universalmente conocido, y con importantes repercusiones en la dinámica y el funcionamiento psicológico. En este artículo no hablaremos de la soledad a veces necesaria, deseada y buscada. Hablaremos de la soledad como vacío, como falta. Se han dado diversas definiciones de este fenómeno: Sullivan (1953) la definió como una experiencia desagradable conectada con la insatisfacción de la necesidad de intimidad interpersonal. Más recientemente, Peplau y Perlman (1982) la definen como la experiencia desagradable que ocurre cuando la red social de una persona es deficiente, bien cualitativa o cuantitativamente. Pueden apreciarse una serie de elementos comunes en estas definiciones (West, Kellner y Moore-West, 1986): la soledad es una consecuencia de las deficiencias percibidas en las relaciones sociales de la persona, es una experiencia subjetiva, no es sinónimo de aislamiento social y es sentida como desagradable y dolorosa.

En cuanto a su prevalencia, la soledad constituye un problema para una parte importante de la población. Así, Rubenstein, Shaver y Peplau (1979) realizaron una investigación a la que respondieron 25.000 personas. Un 15% afirmaron sentirse solos casi todo el tiempo, mientras que tan sólo un 6% nunca se sentía solo. El resto afirmaba sentirse solo ocasionalmente. Bradburn (1969, en West *et al.*, 1986) encontró por su parte, que el 26% de sus respondientes se habían sentido muy solos o alejados de otras personas en las semanas precedentes. Sermat (1980, en West *et al.*, 1986) encontró en varias muestras que entre el 10% y el 30% habían experimentado intensos sentimientos de soledad a lo largo de sus vidas, y que un 80% de las personas que contactan con centros de ayuda en crisis se quejan de soledad, fundamentalmente.

En definitiva, la soledad parece ser un fenómeno de gran importancia en la salud psicológica de las personas. Como veremos más adelante, hay asociaciones negativas entre el sentimiento de soledad y ciertos indicadores de salud, tanto física como mental. Desde la Psicología de la Salud constituye, por tanto, una necesidad de primer orden poder contar con un instrumento que, siendo relativamente corto, evalúe adecuadamente el nivel de soledad, pueda ser utilizado en diferentes ámbitos, y aplicado tanto a objetivos preventivos como de intervención.

Ese es el objetivo del trabajo que aquí presentamos: la adaptación al castellano de SESLA-S, una escala corta, fácil de responder, y que evalúa la soledad no como un estado unitario (sentirse más o menos solo), sino teniendo en cuenta los diferentes aspectos que integran la sensación de soledad (soledad social y soledad emocional) en tres ámbitos específicos: social, familiar y romántico.

Weiss (1973) fue el primer autor en observar la naturaleza multidimensional de la soledad. Tomando como base una taxonomía de las relaciones que distingue entre relaciones de apego y de afiliación (Weiss, 1987; 1998), distingue este autor entre dos tipos de soledad: soledad social y soledad emocional. La soledad social es una carencia de relaciones afiliativas, y cuando existe, produce un sentimiento de marginalidad, la sensación de no ser aceptado por los otros, aislamiento y aburrimiento. Se desea fervientemente tener un lugar dentro de un grupo de personas con las que se puedan compartir intereses y preocupaciones. La soledad emocional, en cambio, es una ausencia de relaciones de apego, es decir, relaciones especialmente significativas para la persona y que proporcionan una base segura (Bowlby, 1982). La ausencia de este tipo

de relaciones está asociada con sensaciones de vacío, y el deseo de alguien especial con quien compartir la vida.

Basado en esta conceptualización se elaboró la escala UCLA (*University of California Los Angeles Loneliness Scale*, Russell, Peplau y Cutrona, 1980) con el fin de evaluar la soledad como un estado unitario, que varía en intensidad (uno puede sentirse más o menos solo) como consecuencia de los déficits relacionales de la persona. Esta escala consta de 20 ítems, y está compuesta por dos factores: intimidad con los otros y sociabilidad, y ha sido traducida al castellano por Expósito y Moya (1993), y por Vázquez y Jiménez (1994). Russell (1982) identificó, utilizando esta escala, a determinados grupos que se encontraban en situación de riesgo para experimentar la soledad: estudiantes de college americanos (primera vez fuera de casa), pacientes psiquiátricos adultos, participantes en grupos de mejora de las habilidades sociales y divorciados. Con el mismo instrumento, Expósito y Moya (1993) encontraron en una muestra de estudiantes universitarios que las personas que puntuaban alto en la medida de soledad presentaban baja autoestima, altos niveles de ansiedad, depresión y sentimientos de hostilidad, así como patrones conductuales de evitación social.

Años después, DiTomasso y Spinner (1993) desarrollaron un cuestionario multidimensional compuesto por 37 ítems, la Social and Emocional Loneliness Scale for Adults, SELSA. Esta escala, fiel a la taxonomía de Weiss de soledad social y soledad emocional, distingue dos dominios específicos dentro de la soledad emocional: el familiar y el romántico. Evalúa, pues, tres dimensiones de la soledad: soledad social, soledad familiar y soledad romántica. La fiabilidad y validez de la escala resultaron adecuadas (pueden consultarse estos datos en Cramer y Barry, 1999). Posteriormente DiTomasso, Brannen y Best (2004) crearon una versión reducida, la SELSA-S. Aducían la conveniencia de contar en ambientes clínicos y de investigación con una escala más corta, psicométricamente potente, que permita evaluar multidimensionalmente la soledad con una longitud similar a la escala utilizada mas frecuentemente para evaluarla de forma unidimensional, la UCLA, compuesta por 20 ítems.

La SELSA-S es una escala compuesta por 15 ítems seleccionados de la escala original, SELSA, basada en el peso de los ítems, su varianza y la necesidad de presentar un equilibrio entre los ítems formulados de manera positiva y negativa (DiTomasso, Brannen y Best, 2004). Los autores encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre la puntuación de cada subescala y las de la UCLA-3 (Russell, 1996).

Los estudios que tratan la relación del género con el sentimiento de soledad han mostrado resultados contradictorios. Revisándolas, Borys y Perlman (1985) encontraron que veinticuatro de los veintiocho estudios realizados utilizando la Escala de Soledad UCLA (Russell, Peplau y Cutrona, 1980) no encontraron diferencias de género (los resultados del estudio de Expósito y Moya, 1999, con población española, van en este mismo sentido). Cuando aparecen, los hombres suelen sentirse más solos que las mujeres. En general, el estatus de pareja y la implicación emocional protegen, como era esperable, del sentimiento de soledad. Rubenstein y Shaver (1982) encontraron que un 44% de los que respondieron haberse sentido solos el año anterior explicaron sentirse desapegados (no tener esposa o pareja, o haber tenido una ruptura en el año). Varios autores están de acuerdo en que los hombres solteros o viudos constituyen el grupo que

se siente más solo, mientras que los hombres casados se situarían en el extremo opuesto, con las mujeres solteras y casadas en el medio (Peplau y Perlman, 1982; Tornstam, 1992; West *et al.*, 1986). Es decir, el matrimonio supone un escudo que protege a las personas de la soledad (Olson y Wong, 2001), especialmente a los hombres.

Las personas divorciadas son un colectivo especialmente proclive al sentimiento de soledad. Para Weiss (1976) la separación provoca una serie de emociones confusas y conflictivas en ambos esposos, muy similares a las de los niños que son separados de sus padres: enfado, rechazo, pena, y ansiedad o pánico son las principales. Weiss (1976) encontró también estas emociones en personas que estaban en proceso de disolución de sus matrimonios. Un miedo paralizador y una intensa rabia corresponden a la fase inicial de protesta. Tristeza y una gran sensación de soledad, a la fase final de desesperación, en la cual el mundo se percibe como vacío, desolado, muerto.

La Teoría del Apego (Bowlby, 1982) es una teoría de las relaciones. El principio básico de esta teoría es que las relaciones tenidas durante los primeros años con la madre, o con la figura de apego, determinan en cierta manera la experiencia posterior, al condicionar las expectativas de los sujetos con respecto a los demás y a la relación misma, sus sentimientos y las habilidades sociales que en un momento dado se podrían desplegar, a través de los modelos internos que, a lo largo de la infancia, las personas se forman sobre sí y los otros (Yárnoz, 1992; Yárnoz y Páez, 1994). En este sentido, diversos estudios relacionan el estilo de apego con la sensación de soledad. Personas con un estilo de apego seguro tienden a formar relaciones íntimas satisfactorias con otros y, por tanto, se sienten menos solas (Shaver y Mikulincer, 2002), tanto en muestras clínicas como comunitarias (Pielage, Luteijn y Arrindell, 2005). Estilos de apego ansiosos se relacionan con déficit en habilidades sociales y soledad (Di Tomasso, Brannen, Mc Nulty, Ross y Burgess, 2003). Wiseman, Mayseless y Sharabany, (2006) analizaron en estudiantes universitarios de primer año la influencia del estilo de apego y diversas variables de personalidad sobre la sensación de soledad. Encontraron que el apego seguro estaba asociado de forma negativa con la soledad, y que la autocritica mediatizaba en parte la asociación entre apego ambivalente y soledad. Wei, Shaffer, Young y Zakalik (2005) encontraron una relación entre las dimensiones de ansiedad y evitación del apego y soledad, vergüenza y depresión, mediatizada por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación).

La discapacidad social (DS) ha sido definida como una distorsión de la respuesta a los tests consistente en contestar pensando en lo socialmente aceptable. Aunque la DS ha sido considerada como un constructo unidimensional y muchas medidas sólo proporcionan una medida global de la misma, de acuerdo a la investigación más reciente, llevada a cabo principalmente por Paulhus (2002), la DS consiste en dos dimensiones: manejo de impresiones y auto-engañ.

La DS se asocia también con defensividad, es decir, el proceso implicado en la regulación de emociones dolorosas (Paulhus, Fridhandler y Hayes, 1997). La tendencia a emplear defensas se considera como una variable más dentro de las diferencias individuales que componen la personalidad. Este concepto subyace a medidas como la de Marlowe-Crowne, entre otras, que evalúan la mayor o menor medida en que se emplean defensas psicológicas para regular las emociones negativas (Mikulincer y Orbach, 1995).

MÉTODO

La adaptación de la SELSA-S al castellano comenzó con una traducción doble (Hambleton, 1996) inglés-castellano-inglés. La traducción inglés-castellano fue realizada por una persona con un buen conocimiento de ambos idiomas, que hablaba castellano como primera lengua, y la de castellano-inglés por un nativo inglés con un buen conocimiento en ambos idiomas. Posteriormente, se sometió la batería de ítems resultante a una evaluación por parte de jueces seleccionados (Lynn 1986), compuesta por dos profesores de Psicología de la Salud y Psicopatología de la Facultad de Psicología de la UPV-EHU, dos alumnos de postgrado y dos cargos de una asociación de divorciados, lo cual dio como resultado ligeros cambios en la redacción de los ítems, pero no alteró su número. Una primera pasación experimental permitió observar el adecuado comportamiento de la prueba (Yárnoz, Comino, Plazaola, Guerra & Biurrún, 2006). El siguiente paso ha sido pasar la prueba a la población objeto del presente estudio.

Participantes

La adaptación de la escala ha sido realizada utilizando cinco muestras, compuestas dos de ellas por estudiantes universitarios (N= 168 y 229), población general, no clínica, compuesta por personas viviendo en familia (N= 60), pacientes de centros de salud mental (N= 20) y personas divorciadas (N= 40). La tabla 1 muestra las características de los participantes en este estudio.

Variables evaluadas e Instrumentos utilizados

Medidas del estilo de apego. RQ. Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz, (1991), adaptación al castellano de Alonso-Arbiol y Yárnoz Yaben (Yárnoz, Alonso-Arbiol, Plazaola y Sanz de Murieta, 2001). Evalúa sobre una escala de 7 puntos en qué medida se ven reflejados los participantes en los prototipos de cuatro estilos de apego: seguros, preocupados, temerosos y desvalorizadores. También se pide la autoadscripción a uno de ellos. CRP, Cuestionario de Relaciones de Pareja. Brennan, Clark y Shaver, (1998). Versión castellana de Alonso-Arbiol y Yárnoz Yaben (Alonso-Arbiol, Shaver y Yárnoz, 2002). El CRP evalúa dos dimensiones del apego en el contexto de las relaciones de pareja: evitación de la intimidad y ansiedad hacia el abandono. Permite además evaluar el estilo de apego del respondiente en el contexto de las relaciones de pareja: seguro, preocupado, temeroso y desvalorizador. Cada escala consta de 18 ítems, que son evaluados en una escala de 7 puntos.

Medidas de soledad. SELSA-S, Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos. DiTommaso et al., (2004). Evalúa la soledad siguiendo el modelo de Weiss (1987), que distingue entre soledad emocional y soledad social. DiTommaso et al., (2004) encontraron tres factores en esta escala: soledad social, que refleja la falta de amigos y relaciones sociales, soledad familiar, que refleja la falta de un ambiente familiar que apoye a la persona, y soledad romántica, que refleja la falta de una relación afectiva íntima. La escala consta de 15 preguntas con las que se muestra el acuerdo o desacuerdo según una escala de 7 puntos.

Tabla 1. Descripción de la muestra.

Muestra	N (% muestra)	Media	Edad	
			D.T.	Rango
Estudiantes universitarios 1	168			
Hombres	45 (13.8%)	26.74	7.94	22-60
Mujeres	123 (73.2%)			
Estudiantes universitarios 2	229			
Hombres	36 (15.7%)	22.53	3.90	18-46
Mujeres	193 (84.3%)			
Población general	60			
Hombres	23 (38.3%)	35.45	10.28	19-67
Mujeres	37 (61.7%)			
Pacientes Salud Mental	20			
Hombres	4 (20%)	39.70	13.00	18-61
Mujeres	16 (80%)			
Divorciados	40			
Hombres	18 (45%)	45.48	10.12	22-68
Mujeres	22 (55%)			
Total	517			
Hombres	126 (22.4%)	27.84	10.11	18-68
Mujeres	391 (75.6%)			

Medidas de ajuste. Se utilizó la Escala de Afectividad Positiva y Negativa, o de bienestar/malestar subjetivo de Bradburn, PNA (Warr, Barter y Brownbridge, 1983; adaptación al castellano de Vergara, Yárnoz y Páez, 1988). Esta escala de 18 ítems mide el bienestar o malestar subjetivo durante lapsos de tiempo establecidos por el investigador. El formato de respuesta es una escala de 4 puntos. Afectividad positiva y negativa correlacionan de forma negativa. La afectividad negativa está asociada a los problemas interpersonales, al neuroticismo y a la ansiedad. La afectividad positiva a los contactos sociales y la extraversión, y negativamente a la depresión.

Medidas de deseabilidad social. Escala D.S. o Cuestionario de Reacciones Personales de Crowne y Marlowe, 1960 (versión castellana Ávila y Tomé, 1989). Evalúa deseabilidad social o defensividad, asociada en numerosos estudios a sensibilidad e intimidad personal y represión de las emociones negativas (Ávila y Tomé, 1989). Consta de 33 ítems a los que se debe responder como verdadero o falso, según sean aplicables a la persona que responde. Las respuestas que correspondan con la clave de corrección se puntúan con un punto, y la puntuación total será la suma de los puntos obtenidos.

Procedimiento

Muestras 1 y 2. Estudiantes universitarios de pregrado y doctorado de Psicología (Universidad del País Vasco) completaron de forma voluntaria en grupos de entre 10 y 50 personas una serie de cuestionarios relacionados con esta investigación. El tiempo para responderlos osciló entre 20 y 45 minutos.

Muestra 3. Población general. Compuesta por familiares y amigos de estudiantes universitarios de pregrado y doctorado que quisieron colaborar de forma voluntaria en esta investigación, un 82% de los cuales estaban casados o vivían en pareja.

Muestra 4. Personas divorciadas. Con la colaboración de la “Asociación Guipuzcoana de Padres y Madres Separados”, miembros de esta asociación de divorciados completaron cuestionarios en sus locales, en grupos que oscilaban entre 5 y 10 personas, en presencia de uno de los investigadores, y también de manera individual.

Muestra 5. Pacientes de centros de salud mental del Servicio Navarro de Salud (Osasunbidea). Las personas que componen la muestra respondieron voluntariamente a los cuestionarios administrados de forma individual en el centro correspondiente. En cada caso se adjuntó el diagnóstico CIE-10 del facultativo responsable del caso.

RESULTADOS

La tabla 2 presenta los estadísticos total-elemento de cada uno de los ítems que componen la escala SESLA-S. En ella podemos ver que los valores correspondientes a la media y la varianza de la escala varían poco si se elimina el elemento. Asimismo, presentamos en esta tabla los valores correspondientes a la correlación de cada ítem con el total de la escala y finalmente, los valores correspondientes al α de Cronbach de la escala si el ítem fuera eliminado. Como puede apreciarse en la última columna, el valor correspondiente al α total de la escala no se vería aumentado con la eliminación de ninguno de los ítems que la componen.

Utilizando el paquete estadístico SPSS 14 se ha realizado un análisis factorial de componentes principales (Cortina, 1993) seguido de rotación varimax (Comrey, 1988) de los ítems de la SESLA-S. Previamente se realizó la prueba de medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Okin (KMO), cuyo valor .839 confirma la idoneidad de la matriz de correlaciones para este análisis, y la prueba de esfericidad de Barlett, que al rechazar la hipótesis nula ($p < .001$), asume que la matriz de correlaciones es distinta de la matriz identidad, y por tanto, que existe correlación entre las variables. Se encontraron tres factores dentro de esta escala con valores propios mayores que 2,5 que explican el 63,51% de la varianza: soledad social (23,5% de varianza explicada, valor propio de 3,5), soledad familiar (21,4% de varianza explicada, valor propio de 3,2) y soledad romántica (18,5% de varianza explicada, valor propio de 2,8).

En general, se obtuvieron resultados similares al analizar cada muestra por separado. Por este motivo se incluyen sólo los análisis de la muestra total. Estos resultados replican la misma estructura que encontraron DiTommaso *et al.*, (2004) en la escala original. La consistencia interna de las escalas (α de Cronbach) y las correlaciones entre las tres escalas se presentan en la tabla 4. Las correlaciones entre las escalas son estadísticamente significativas pero lo suficientemente bajas como para justificar escalas separadas.

En la tabla 5 se presenta las medias y desviaciones típicas de cada muestra con respecto a los tres tipos de soledad evaluados en la SELSA-S. La tabla 6 presenta las pruebas t para muestras independientes de las diferencias entre grupos con respecto a los tres tipos de soledad. Las muestras 1 y 2 son estudiantes universitarios, y muestran, como era de esperar, niveles similares de soledad social, familiar y romántica. La muestra 3, compuesta por población general, estando muchos de ellos ya casados o en pareja, tiene los niveles más bajos de soledad romántica de todas las muestras. La

Tabla 2. Estadísticos total-elemento de los ítems de SESLA-S.

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Me siento solo cuando estoy con mi familia	35.68	201.756	.510	.833
Me siento parte de un grupo de amigos	35.63	206.566	.386	.839
Tengo una pareja con quien comparto mis pensamientos y sentimientos más íntimos	34.46	179.105	.616	.825
No hay nadie en mi familia con quien pueda contar para que me apoye y estimule. pero me gustaría que lo hubiera	35.64	200.094	.480	.834
Mis amigos comprenden mis motivos y mi forma de razonar	35.31	214.083	.287	.843
Tengo una pareja que me da todo el apoyo y estímulo que necesito	34.37	182.876	.590	.826
No tengo amigos que compartan mis puntos de vista. pero me gustaría tenerlos	35.62	207.036	.370	.839
Me siento cercano a mi familia	35.56	204.623	.437	.836
Puedo contar con mis amigos para que me ayuden	35.70	208.070	.427	.837
Desearía tener una relación romántica más satisfactoria	33.90	192.357	.463	.836
Me siento parte de mi familia	35.91	203.880	.499	.834
Mi familia realmente cuida de mí	35.71	201.415	.502	.833
No tengo ningún amigo que me comprenda. pero me gustaría tenerlo	36.01	205.857	.453	.836
Tengo una pareja sentimental y contribuyo a su felicidad	34.40	180.818	.591	.827
Tengo una necesidad insatisfecha de una relación romántica íntima	34.85	192.362	.490	.833

muestra 4, compuesta por pacientes psiquiátricos, muestra los niveles más altos de soledad social y familiar, pero no romántica. Las personas divorciadas de la muestra 5 reflejan en todas las escalas un nivel de soledad más alto que los estudiantes y la población general, y más baja que las personas de la muestra 4, excepto en soledad Romántica, donde tienen el nivel más alto de la población aquí estudiada.

La tabla 5 refleja también las diferencias debido al género de los participantes. En la muestra total, los hombres muestran niveles significativamente más altos de soledad en todas las escalas -social ($t= 2.91$ $p< .005$), familiar ($t= 2.99$ $p< .005$), y romántica ($t= 2.61$ $p< .01$). Sin embargo, existen diferencias en las distintas poblaciones, siendo la población general (muestra 3) la única donde se invierte la tendencia de los hombres a mostrar niveles de soledad más altos que las mujeres. Esto ocurre en las escalas de soledad social y romántica, y no es estadísticamente significativo.

Como evidencia externa de validez, se analizan las correlaciones del instrumento con medidas de las diferencias individuales en áreas teóricamente relevantes respecto al constructo de soledad: apego o estilo relacional, bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa) y deseabilidad social. La tabla 7 muestra las correlaciones encontradas.

Tabla 3. Items y Matriz de componentes rotados de SESLA-S.

		Componente		
		S. Rom.	S. Fam.	S. Soc.
Escalas de Soledad Emocional: Soledad familiar	1. Me siento solo cuando estoy con mi familia	.125	.729	.230
	4. No hay nadie en mi familia con quien pueda contar para que me apoye y estimule. pero me gustaría que lo hubiera	.165	.691	.159
	8. Me siento cercano a mi familia *	.044	.836	.073
	11. Me siento parte de mi familia *	.020	.820	.255
	12. Mi familia realmente cuida de mí *	.089	.782	.215
Escalas de Soledad Emocional: Soledad romántica	3. Tengo una pareja con quien comparto mis pensamientos y sentimientos más íntimos *	.915	.089	.043
	6. Tengo una pareja que me da todo el apoyo y estímulo que necesito *	.928	.072	-.012
	10. Desearía tener una relación romántica más satisfactoria	.696	.084	.053
	14. Tengo una pareja sentimental y contribuyo a su felicidad *	.910	.097	-.004
	15. Tengo una necesidad insatisfecha de una relación romántica íntima	.649	.078	.181
Escala de Soledad Social	2. Me siento parte de un grupo de amigos *	.094	.224	.611
	5. Mis amigos comprenden mis motivos y mi forma de razonar *	-.046	.136	.680
	7. No tengo amigos que compartan mis puntos de vista. pero me gustaría tenerlos	.060	.098	.783
	9. Puedo contar con mis amigos para que me ayuden*	.015	.299	.722
	13. No tengo ningún amigo que me comprenda. pero me gustaría tenerlo	.156	.130	.765

* En estos ítems se invierte el sentido de la puntuación.

Tabla 4. Alfas y correlaciones entre las escalas.

Total escala: $\alpha = .844$ (15 elementos)	Soledad Social	Soledad Familiar	Soledad Romántica
Soledad Social $\alpha = .711$	1	.458**	.158**
Soledad Familiar $\alpha = .831$		1	.223**
Soledad Romántica $\alpha = .838$			1

** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

El estilo de apego, evaluado tanto con el RQ como con el ECR, correlaciona de forma significativa con el sentimiento de soledad. En el caso del RQ, el apego seguro, al igual que la dimensión evitación, presentan correlaciones negativas para soledad social y familiar. Y positivas para el estilo de apego preocupado (excepto en soledad romántica), y temeroso, así como para la dimensión ansiedad.

Tabla 5. Medias, desviaciones típicas y diferencias de género con respecto a los tres tipos de soledad.

	Soledad Social		Soledad Familiar		Soledad Romántica	
	M	D.T	M	D.T	M	D.T
Muestra 1. Estudiantes						
Hombres 45	10.95	4.63	11.06	5.27	17.22	8.76
Mujeres 123	9.21	4.32	8.72	5.07	15.03	9.06
Total muestra 168	9.67	4.46	9.35	5.21	15.61	9.00
<i>t género</i>	2.2*		2.6**		.16	
Muestra 2. Estudiantes						
Hombres 36	11.61	4.58	11.55	5.51	22.08	9.82
Mujeres 193	9.61	3.84	10.04	6.14	16.64	10.25
Total muestra 229	9.93	4.02	10.27	6.06	17.49	10.35
<i>t género</i>	2.7		1.3		2.9***	
Muestra 3. Poblac. gen.						
Hombres 23	10.73	5.40	11.08	6.76	13.82	8.61
Mujeres 37	11.75	6.26	9.62	5.82	14.35	7.39
Total muestra 60	11.36	5.92	10.18	6.18	14.15	7.81
<i>t género</i>	-.64		.89		-.25	
Muestra 4. Salud mental						
Hombres 4	19.50	10.66	15.00	9.76	19.75	4.27
Mujeres 16	18.56	8.25	15.06	7.31	19.62	8.97
Total muestra 20	18.75	8.47	15.05	7.57	19.65	8.15
<i>t género</i>	.84		-.98		.96	
Muestra 5. Divorciados						
Hombres 18	13.61	5.62	13.94	7.54	22.16	8.26
Mujeres 22	11.90	5.55	11.50	6.35	20.40	10.14
Total muestra 40	12.67	5.58	12.60	6.93	21.20	9.27
<i>t género</i>	.95		1.1		-.59	
Muestra Total						
Hombres 126	11.75	5.33	11.74	6.13	18.77	9.33
Mujeres 391	10.18	4.97	9.87	5.97	16.25	9.66
Total muestra 517	10.56	5.10	10.33	6.06	16.86	9.63
<i>t género</i>	2.91**		2.99**		2.61*	

El rango potencial de respuesta en cada subescala es desde 5 (bajo) a 35 (alto).

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .005$

En el caso del ECR, la dimensión de evitación correlaciona significativamente con soledad social, familiar y romántica, mientras que la de ansiedad correlaciona de forma significativa tan sólo con soledad romántica. (La diferencia de signo en la asociación evitación-soledad observada entre el RQ y el ECR se debe a la diferente manera de computar esta dimensión en ambos instrumentos).

La afectividad positiva correlaciona de forma negativa con la soledad (a mayor soledad social, familiar y romántica niveles más bajos de bienestar psíquico), mientras que la afectividad negativa correlaciona de forma directa con los tres tipos de soledad.

Respecto a la deseabilidad social, correlaciona negativamente con los tres tipos de soledad. Son correlaciones moderadas, pero indican que a mayor soledad referida, menor efecto de la deseabilidad social o niveles más bajos de defensividad. Otros autores (por ejemplo, Expósito y Moya, 1993) también han encontrado esta asociación.

Tabla 6. Diferencias entre grupos con respecto a los tres tipos de soledad. Pruebas *t* para muestras independientes.

Muestras	2. Univer.	3. P. Gral.	4. S. Ment.	5. Divorc.
1. Estudiantes universitarios				
Soledad Social	0.58	2.29*	7.63***	3.62***
Soledad familiar	1.63	0.93	4.38***	3.30***
Soledad Romántica	1.92	-1.12	2.06*	3.43***
2. Estudiantes universitarios				
Soledad Social		2.21*	8.35***	3.73***
Soledad familiar		-0.10	2.74*	2.18*
Soledad Romántica		-2.33*	0.90	2.28*
3. Población general				
Soledad Social			4.31***	1.10
Soledad familiar			2.60**	1.82
Soledad Romántica			2.64**	4.09***
4. Salud mental				
Soledad Social				-3.32**
Soledad familiar				-1.21
Soledad Romántica				0.66

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

Tabla 7. Correlaciones del SESLA-S con medidas de Apego, Deseabilidad Social y Bienestar Psicológico.

	Soledad Social	Soledad Familiar	Soledad Romántica
Correlaciones SESLA-S con medidas de Apego			
RQ N=516			
seguro	-.214**	-.198**	-.060
desvalorizador	-.031	-.012	.116**
preocupado	.292**	.218**	.071
temeroso	.356**	.263**	.225**
ansiedad	.360**	.261**	.184**
evitación	-.153**	-.123**	.051
ECR N=149			
Evitación	.340**	.236**	.281**
Ansiedad	.144	.048	.180*
Correlaciones SESLA-S con medidas de Deseabilidad Social			
Crowne-Marlowe N=306	-.122*	-.229**	-.138*
Correlaciones SESLA-S con medidas de Bienestar Psicológico			
PNA N= 349			
Afectividad positiva	-.450**	-.327**	-.198**
Afectividad negativa	.384**	.331**	.239**

DISCUSIÓN

Los resultados presentados en este estudio indican que la escala SELSA-S adaptada al castellano es una medida eficaz para evaluar la soledad con un enfoque multidimensional. Al igual que en su versión original, se han hallado tres factores en el citado instrumento. Las relativamente bajas correlaciones entre las tres escalas, así como las α de Cronbach indican que la soledad familiar, social y romántica son tres

constructos con una relativa independencia. Estos datos son consistentes con los encontrados por DiTommaso *et al.* (2004).

Se han encontrado correlaciones significativas entre estilo de relación, estilo de apego e intimidad social, afectividad positiva y negativa y deseabilidad social. Estas correlaciones aportan datos sobre la validez concurrente y discriminante de la versión castellana del instrumento. Son numerosos los estudios que asocian el estilo de apego con la manera de relacionarse con los demás (Diamond y Hicks, 2005; Vetere y Myers, 2002) y con el sentimiento de soledad (Bogaerts, Vanheule y Desmet 2006; DiTommaso, Brannen y Burgess, 2005; Wiseman *et al.*, 2006) en el mismo sentido de nuestros datos.

Por otra parte, las correlaciones encontradas entre soledad y DS, van en el mismo sentido de numerosos estudios que asocian la DS a sensibilidad e intimidad personal y represión de las emociones negativas (Paulhus, 2002; Paulhus *et al.*, 1997). Aunque las correlaciones son modestas, existe un claro patrón que asocia negativamente el nivel de soledad reconocido con el grado de DS.

Finalmente, se encontraron diferencias en los niveles alcanzados en los tres tipos de soledad y distintos tipos de experiencia vital. Los pacientes psiquiátricos presentaban los niveles más altos de soledad de los grupos estudiados, al igual que en otros estudios (Pielage, Luteijn y Arrindell, 2005). En los divorciados se encontraron, asimismo, patrones de soledad coherentes con los informados en otros estudios (Bakermans-Kranenburg y Van IJzendoorn, 1997; Vareschi y Bursik, 2005).

A la vista de estos datos podemos concluir que, al igual que su versión en inglés, la SESLA-S como medida multidimensional de la soledad ofrece una elevada *ratio* coste/eficacia (Jensen, 1998) y adecuadas propiedades psicométricas. Al ser de pasación sencilla y estar compuesta por un número relativamente reducido de ítems, permite ahorrar tiempo y esfuerzo al clínico y no ser intrusiva para el cliente. Por todas estas razones, la SESLA-S puede ser una medida de autoinforme apropiada para la evaluación de este constructo, la soledad, en sus tres facetas (social, familiar y romántica) en numerosos ámbitos de la Salud, con objetivos tanto preventivos como de intervención.

REFERENCIAS

- Alonso-Arbiol I, Shaver P y Yáñez S (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9, 479-490.
- Ávila Espada A y Tomé MC (1989). Evaluación de la deseabilidad social y correlatos defensivos y emocionales. Adaptación castellana de la escala de Crowne y Marlowe. En A Echevarría y D Páez (Eds), *Emociones: perspectivas psicosociales* (pp. 505-521). Madrid: Fundamentos.
- Bakermans-Kranenburg MJ y VanIJzendoorn MH (1997). Adult attachment and the break-up of romantic relationships. *Journal of Divorce and Remarriage*, 27, 121-139.
- Bartholomew K y Horowitz LM (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bogaerts S, Vanheule S y Desmet M (2006). Feelings of subjective emotional loneliness: An exploration of attachment. *Social Behavior and Personality*, 34, 797-812.
- Borys S y Perlman D (1985). Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 63-74.
- Bowlby J (1982). *Attachment and Loss. vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Brennan KA, Clark CL y Shaver PR (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative

- review. En JA Simpson & S Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Comrey AL (1988). Factor-analytic methods of scale development in personality and clinical psychology. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*, 754-761.
- Cortina JM (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology, 78*, 98-104.
- Cramer KM y Barry JE (1999). Conceptualizations and measures of loneliness: A comparison of subscales. *Personality and Individual Differences, 27*, 491-502.
- Crowne DP y Marlowe D (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology, 24*, 349-354.
- Diamond LM y Hicks AM (2005). Attachment style, current relationship security, and negative emotions: The mediating role of physiological regulation. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*, 499-518.
- DiTomasso E y Spinner B (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for adults (SESLA). *Personality and Individual Differences, 14*, 127-134.
- DiTomasso E, Brannen C, Mc Nulty C, Ross L y Burgess M (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences, 35*, 303-312.
- DiTomasso E, Brannen C y Best LA (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement, 64*, 99-119.
- DiTomasso E, Brannen C y Burgess M (2005). The universality of relationship characteristics: A cross-cultural comparison of different types of attachment and loneliness in canadian and visiting chinese students. *Social Behavior and Personality, 33*, 57-68.
- Expósito F y Moya M (1993). Validación de la UCLA Loneliness Scale en una muestra española. En F Loscertales y M Marín (Eds.), *Dimensiones psicosociales de la educación y de la comunicación* (pp. 355-364). Sevilla: Eudema.
- Expósito F y Moya M (1999). Soledad y apoyo social. *Revista de Psicología Social, 14*, 297-316.
- Hambleton RK (1996). Adaptación de tests para uso en diferentes idiomas y culturas: fuentes de error, posibles soluciones y directrices prácticas. En J Muñiz (Ed.), *Psicometría* (pp. 203-238). Madrid: Universitas.
- Jensen BJ (1996). Los cuestionarios de autoinforme en la evaluación conductual. En G Buela, V Cabello y JC Sierra (Eds.), *Manual de evaluación en Psicología Clínica y de la Salud* (pp. 109-127). Madrid: Siglo XXI.
- Lynn M (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research, 35*, 382-385.
- Mikulincer M y Orbach I (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 917-925.
- Olson K y Wong EH (2001). Loneliness in marriage. *Family Therapy, 28*, 105-111.
- Paulhus DL, Fridhandler B y Hayes S (1997). Psychological defence: Contemporary theory and research. En R Hogan, J Johnson y S Briggs (Eds.), *Handbook of Personality Psychology* (pp. 543-561). London: Academic Press.
- Paulhus DL (2002). Socially desirable responding: The evolution of a construct. En H Braun, DN Jackson y DE Wiley (Eds.), *The role of constructs in psychological and educational measurement* (pp. 67-88). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Peplau LA y Perlman D (1982). Perspectives on loneliness. En LA Peplau y D Perlman (Eds.) *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp 1-18). New York: Wiley.
- Pielage SB, Luteijn F y Arrindell WA (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 12*, 455-464.
- Rubenstein C, Shaver P y Peplau LA (1979). Loneliness. *Human Nature, 2*, 59-65.

- Rubenstein C y Shaver P (1982). The experience of loneliness. En LA Peplau y D Perlman (Eds.), *Loneliness: sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 206-223). New York: Wiley.
- Russell D (1982). The measurement of loneliness. En LA Peplau y D Perlman (Eds.), *Loneliness: sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 81-104). New York: Wiley.
- Russell D (1996). UCLA loneliness scale (version 3). Reliability, validity and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.
- Russell D, Peplau, LA y Cutrona CE (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Shaver PR y Mikulincer M (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Sullivan HS (1953). *The interpersonal theory in Psychiatry*. New York: Norton.
- Tornstam L (1992). Loneliness in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 197-217.
- Vareschi CG y Bursik K (2005). Attachment style differences in the parental interactions and adaptation patterns of divorcing parents. *Journal of Divorce y Remarriage*, 42, 15-32.
- Vázquez AJ y Jiménez R (1994). Escala de Soledad UCLA revisada. Fiabilidad y validez de una versión española. *Revista de Psicología de la Salud*, 6, 45-54.
- Vergara A, Yáñez S y Páez D (1989). Escala de afectividad positiva y negativa (PNA) o de bienestar/ malestar subjetivo de Bradburn. En A Echevarría y D Páez (eds), *Emociones: perspectivas psicosociales* (pp.477-479). Madrid: Fundamentos.
- Vetere A y Myers LB (2002). Repressive coping style and adult romantic attachment style: is there a relationship? *Personality and Individual Differences*, 32, 799-807.
- Warr P, Barter J y Brownbridge G (1983). On the independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 644-651.
- Wei M, Shaffer PA, Young SK y Zakalik R (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: the mediation role of basic psychological needs. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 591-601.
- Weiss RS (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, Mass: MIT Press.
- Weiss RS (1976). The emotional impact of marital separation. *Journal of Social Issues*, 32, 135-143.
- Weiss RS (1987). Reflections on the present state of loneliness research. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2, 1-16.
- Weiss RS (1998). A taxonomy of relationships. *Journal of social and personal relationships*, 15, 671-683.
- West DA, Kellner R y Moore-West M (1986). The effects of loneliness: a review of the literature. *Comprehensive Psychiatry*, 27, 351-363.
- Wiseman H, Mayselless O y Sharabany R (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and Individual Differences*, 40, 237-248.
- Yáñez S (1992). La teoría del apego en la evaluación de las relaciones afectivas: un enfoque sociocognitivo. *Boletín de Psicología*, 36, 85-101.
- Yáñez S y Páez, D. (1994). Los modelos internos activos en la autoevaluación, la evaluación de las relaciones afectivas y el procesamiento de la información. *Boletín de Psicología*, 42, 1-21.
- Yáñez S, Alonso Arbiol I, Plazaola M y Sanz de Murieta LM (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de Psicología*, 17, 159-170.
- Yarnoz S, Comino P, Plazaola M, Guerra J y Biurrún J (2006). *Adaptación al castellano de la escala de soledad SESLA-S*. XXIII Congreso Asociación Española de Neuropsiquiatría. Bilbao.

Recibido, 4 junio 2007
Aceptado, 23 noviembre 2007