

Universidad de Lima  
Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología



**EXPERIENCIAS DE FORMACIÓN DE IDENTIDAD  
EN ADOLESCENTES QUE VIVIERON  
AISLAMIENTO SOCIAL POR LA  
PANDEMIA COVID-19**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

**Rodrigo Armando Ochoa Santivañez**

**Código 20182986**

**Nitza Raquel Retamozo Espinoza**

**Código 20173793**

**Asesora**

**Georgette Natalia Guzmán Zegarra**

Lima – Perú  
febrero de 2026



**IDENTITY FORMATION EXPERIENCES IN  
ADOLESCENTS WHO LIVED SOCIAL  
ISOLATION DUE TO THE COVID-19  
PANDEMIC**



## TABLA DE CONTENIDO

<b>RESUMEN.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vii</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN Y MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>1</b>
1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Marco teórico y antecedentes.....	10
1.2.1 ¿Qué es la identidad?.....	10
1.2.2 Cómo se desarrolla la identidad .....	13
1.2.3 Redes sociales.....	16
1.2.4 Aislamiento social y su impacto en la identidad adolescente.....	18
1.4 Objetivos.....	23
<b>2. MÉTODO.....</b>	<b>24</b>
2.1 Tipo y diseño de investigación.....	24
2.2 Participantes.....	25
2.3 Técnicas de recolección de información.....	27
2.4 Procedimiento de recolección de información.....	29
2.5 Estrategia de análisis de información.....	31
<b>3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>33</b>
<b>4. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>82</b>
<b>5. CONCLUSIONES.....</b>	<b>83</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>85</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>103</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

**Figura 1:** Resumen de los conceptos abordados en el marco teórico.....22

**Figura 2:** Red hermenéutica del análisis de entrevistas a adolescentes.....80



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 2.2.1:</b> Datos personales de los participantes.....	26
<b>Tabla 3.1:</b> Temas principales y subtemas del análisis de entrevistas a adolescentes.....	33



## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo 1:</b> Datos Personales.....	103
<b>Anexo 2:</b> Guía de preguntas.....	104
<b>Anexo 3:</b> Formato entregado a los jueces.....	106
<b>Anexo 4:</b> Matriz de análisis.....	110
<b>Anexo 5:</b> Asentimiento informado.....	177
<b>Anexo 6:</b> Consentimiento informado.....	178



## RESUMEN

La presente investigación, de naturaleza cualitativa exploratoria y de diseño fenomenológico, tuvo como finalidad describir las experiencias del proceso de formación de la identidad personal en adolescentes limeños de entre 15 y 17 años que estuvieron aislados socialmente debido a la pandemia del covid-19, tomando como marco de referencia ejes teóricos sobre la Construcción de la Identidad Personal y su relación con los Entornos Digitales. Para ello, se recolectó información relevante de 12 participantes a través de entrevistas que tuvieron como objetivo explorar aspectos como: unidad de la identidad, integración de la identidad, integración con los otros, sentido de vida y redes sociales. Entre los hallazgos más importantes encontramos que, los participantes reconocen que el aislamiento social funcionó como un espacio seguro ante la crítica, lo que les permitió explorar su identidad más libremente a través de distintos roles. Asimismo, el volver a la presencialidad significó un choque contextual para ellos y en algunos casos implicó replantear ciertos aspectos de sí mismos por temor a ser juzgados. Por su parte, se reconoce el rol de las redes sociales como un medio de expresión que les brindó validación externa y soporte en momentos difíciles debido a la pandemia. Finalmente, se reconoce la importancia de las redes de apoyo familiar como factor protector que fomenta la exploración de la identidad y contribuye a la autoestima.

**Palabras claves:** *Identidad personal, Aislamiento social, Pandemia Covid-19, Adolescentes y Redes Sociales.*

## ABSTRACT

The present study, qualitative and exploratory in nature with a phenomenological design, aimed to describe the experiences in the process of personal identity formation among adolescents from Lima, aged 15 to 17, who experienced social isolation due to the covid-19 pandemic, taking as a frame of reference theoretical axes regarding Personal Identity Construction and its relationship with Digital Environments. To this end, relevant information was collected from 12 participants through interviews intended to explore aspects such as identity unity, identity integration, integration with others, sense of life, and social networks. Among the most important findings, participants acknowledged that social isolation served as a safe space from criticism, allowing them to explore their identity more freely through different roles. Likewise, returning to in-person interactions represented a contextual shock for them and, in some cases, led to rethinking certain aspects of themselves due to fear of being judged. Additionally, social media was recognized as a means of expression that provided external validation and support during difficult moments caused by the pandemic. Finally, the importance of family support networks was highlighted as a protective factor that fosters identity exploration and contributes to self-esteem.

**Keywords:** Personal Identity, Social Isolation, Covid-19 Pandemic, Adolescents, Social Media.

# 1. INTRODUCCIÓN Y MARCO TEÓRICO

## 1.1 Planteamiento del problema

Si bien no existe un consenso general entre las distintas subdisciplinas de la psicología sobre lo que es el Yo, una característica en común que todas le atribuyen es la de ser una estructura multifacética compuesta por una serie de percepciones que responden a la pregunta: ¿Quién soy? (Hards et al., 2024).

Desde la psicología del desarrollo tenemos el concepto de identidad, un fenómeno cuya construcción es producto de un proceso complejo de integración y diferenciación de distintos roles que tiene como resultado que el individuo se reconozca a sí mismo como un ser único dentro de su contexto social y cultural. Trae consigo un sentido de coherencia a través del tiempo, a pesar de que se construye a lo largo de toda la vida. Sin embargo, la adolescencia se considera una etapa crucial para este proceso, pues es aquí donde empiezan a cobrar mayor relevancia los juicios de los pares y se busca obtener el reconocimiento de estos de manera más activa (Quiroga et al., 2021). De la misma manera, empieza a ser significativo para el individuo formular un propósito o metas de vida y responder a las preguntas: ¿Quién soy?, ¿De dónde vengo? y ¿Hacia dónde voy? (Lardies y Potes, 2022).

La construcción de la identidad en la adolescencia es importante porque forma parte del desarrollo social, psicológico y biológico de esta etapa, pues surge de la separación de ciertos aspectos y la integración de otros, formando así una identidad más sólida (Lardies y Potes, 2022; National Institute of Mental Health [NIMH], 2020). Es una fase de transformación que supone la independencia del adolescente a través del desarrollo de la autonomía en la toma de decisiones y la formación de un sentimiento de identidad consolidado (Tió, 2020).

En vista de la importancia de la identidad en los adolescentes, es relevante mencionar los aspectos que podrían influir en su proceso de formación; estos pueden estar relacionados a eventos circunstanciales como cambios en el entorno familiar, mudanzas o también la pérdida de un ser querido (Zambrano et al., 2022). Cabe mencionar que este tipo de eventos resultarán significativos en la medida que el adolescente les otorgue esa valoración. Desde la fenomenología se sostiene que cada individuo posee una forma particular de ver la vida producto de las percepciones, interpretaciones y significados que este le brinda a las vivencias que ha experimentado al interactuar con su entorno. En ese

sentido, un mismo evento puede ser valorado como traumático o pasajero por dos personas diferentes (Duque y Aristizábal, 2019). El presente trabajo se centrará en indagar en los significados, interpretaciones y experiencias de un grupo de adolescentes respecto al impacto o influencia que el periodo de aislamiento social debido a la pandemia del covid-19 (2020-2022) tuvo y tiene en la formación de su identidad (Gobierno del Perú, 14 de marzo de 2022). Resulta de interés centrarnos en este contexto, ya que debido a lo abrupto de su aparición y a los drásticos cambios que trajo en la cotidianidad de sus vidas se convirtió en un evento estresante y un punto de inflexión, pues trajo consigo la sensación de que la vida se vio interrumpida (Meca et al., 2023). Esto pudo conducir a los adolescentes a reformular la identidad que hasta entonces estaban formando. Las experiencias emocionales vividas en la adolescencia, y más aún en épocas de crisis global, pueden ser particularmente transformadoras (McLean, 2005). Esto se debe que estaban en una etapa de búsqueda de pertenencia y validación de su identidad, aspectos que se vieron afectados por la limitada exploración y el distanciamiento de sus pares en este contexto (Branje, 2022).

El 15 de marzo de 2020 en el Perú se declaró el estado de emergencia nacional y con ello el aislamiento social obligatorio mediante el Decreto Supremo N°044-2020-PCM. Esta medida, implementada durante la pandemia de covid-19, buscaba reducir la interacción personal al evitar lugares concurridos, con el fin de disminuir el contacto directo entre personas (Presidencia del Consejo de Ministros [PCM], 2020a). El aislamiento social es una estrategia que se adopta en situaciones de riesgo sanitario, como pandemias o brotes de enfermedades virales contagiosas, con el objetivo de evitar la propagación masiva. Entre sus principales características se encuentran el distanciamiento físico, la limitación de interacciones, las medidas gubernamentales y la voluntariedad (Brooks et al., 2020). El aislamiento social también presenta diferentes niveles de cumplimiento, como el cumplimiento total, el cumplimiento parcial, y el incumplimiento. Asimismo, con respecto a la duración este puede ser a corto plazo y a largo plazo (Livia et al., 2021).

Para fines de esta investigación, definiremos el periodo de aislamiento social como el tiempo comprendido entre marzo de 2020 y marzo de 2022, pues si bien el gobierno oficializó el fin del estado de emergencia a fines de octubre de ese mismo año (PCM, 2022), fue con el retorno a clases que los adolescentes volvieron a tener total libertad para reunirse con sus pares. Según López y Drivet (2023), los establecimientos educativos sirven como factores protectores para el desarrollo de trastornos mentales

debido a que son contextos que propician vivencias, interacciones y juegos; también porque en ellos se mantiene el contacto con pares; situaciones que los protegen del aislamiento social y les brindan recursos para enfrentar cualquier situación de crisis adolescente. En el Perú las clases presenciales fueron suspendidas cerca de 2 años debido a la pandemia del covid-19; recién en marzo del 2022 el 64 % de los escolares volvieron a las aulas (Gobierno del Perú, 14 de marzo de 2022).

Con el fin de situar al lector en el contexto histórico y social en el que los participantes vivieron sus experiencias, se presentarán a continuación algunos datos estadísticos y hallazgos de investigaciones previas. Su inclusión tiene únicamente un propósito contextual y descriptivo, ya que en un estudio fenomenológico no se pretende establecer relaciones causales ni realizar inferencias basadas en frecuencias o proporciones. Más bien, estos datos permiten comprender el escenario general en el que los adolescentes atravesaron este periodo y, desde allí, aproximarnos a los significados que cada uno construyó subjetivamente sobre sí mismo como parte de su proceso de formación de la identidad. Lo central en esta investigación es la manera en que dichas circunstancias fueron vividas, interpretadas y dotadas de sentido por los participantes.

Los adolescentes fueron una de las poblaciones más afectadas a causa del aislamiento social; ello se refleja en los estudios que se han realizado en la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021). Mediante una revisión sobre el impacto del aislamiento social en la salud mental, y las estimaciones del estudio *Global Burden of Disease*, se concluyó que dicho acontecimiento ha afectado a los adolescentes debido al distanciamiento de sus pares y sus redes de apoyo en un momento determinado (Loades et al., 2020). Muchos adolescentes experimentaron sentimientos de soledad y aislamiento, situándose en una alta probabilidad de desarrollar problemas psicológicos. Un estudio longitudinal realizado por Houghton et al. (2022) sobre el impacto que tuvo el cierre de las escuelas durante la pandemia en la salud mental de adolescentes australianos, concluyó que este evento había provocado un aumento en la sintomatología ansiosa y depresiva de los participantes, disminución de su bienestar mental y sentimientos de soledad. Por otra parte, una revisión realizada por Potterton et al. (2022) identificó 20 estudios que examinaban la relación entre trastornos socioemocionales en adolescentes y adultos emergentes y el desarrollo de la identidad, en los que se encontró evidencia de relaciones bidireccionales entre la aparición de síntomas depresivos y ansiosos y una identidad poco integrada. Asimismo, Benzi et al. (2025) encontraron que dificultades en las dimensiones personales como el sentido de sí mismo, la autoaceptación

y metas a futuro, se vinculan con niveles más altos de psicopatología. En esa misma línea, Díaz y Donoso (2022) refieren que el fenómeno de aislamiento social puede influir en la vivencia del bienestar emocional del adolescente, ya que podrían manifestar malestar emocional o alteraciones en su estado de ánimo. La experiencia emocional de los adolescentes frente a estos eventos estuvo influida por los recursos que estos tenían para enfrentar situaciones adversas. Estos incluían herramientas personales, una personalidad resiliente o una crianza respetuosa. Sin embargo, cuando existen problemas intrafamiliares, el adolescente puede sentirse inseguro respecto a quién es, lo que puede generar confusión y dificultar la construcción de una identidad sólida, perpetuando, en algunos casos, problemas transgeneracionales (López y Drivet, 2023). En resumen, la literatura muestra que el aislamiento social representó un escenario de vulnerabilidad emocional para muchos adolescentes mostrando variaciones en sus vivencias emocionales y en la percepción de sí mismos. En este sentido, resulta pertinente indagar cómo los adolescentes vivieron y significaron dichos eventos en la construcción de su identidad, pues se trata de un aspecto que aún no ha sido explorado a profundidad.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.), actualmente existen alrededor de 1 200 millones de adolescentes en el mundo, lo que representa una sexta parte de la población total. En el ámbito nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2024) reportó que para el año 2024 se calcula que la población adolescente en Perú, comprendida entre los 12 y 17 años, asciende a aproximadamente 4 millones, lo cual equivale a cerca del 12 % del total de la población del país.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022) señaló que la prevalencia de problemas de salud mental en adolescentes de entre 10 y 19 años en Europa, en el contexto pospandemia, fue del 16,3 %, en contraste con la cifra mundial para el mismo grupo etario, que fue del 13,2 %. Estas estadísticas indican que, solo en la región europea, aproximadamente 9 millones de adolescentes padecen problemas de salud mental, lo que pone en evidencia la necesidad de comprender cómo este contexto pudo entrelazarse con aspectos personales vinculados al autoconcepto y la identidad.

Según UNICEF (2021), durante el primer año de la pandemia la pobreza aumentó, afectando aproximadamente al 28 % de los adolescentes y al 17 % de los adultos. En relación con ello, la incertidumbre económica ocasionó sentimientos negativos en la salud mental de los adolescentes; incluso muchos de ellos no pudieron continuar con sus estudios, viendo interrumpida su formación académica, lo cual de alguna forma pudo cambiar la concepción que tenían de ellos mismos. Una investigación de Glick et al.

(2025) sugirió que aquellos adolescentes que experimentaron *shocks* económicos en sus hogares debido al contexto de pandemia pudieron ver disminuidas sus aspiraciones educativas. Diversos informes nacionales señalaron que una parte importante de los adolescentes entre 12 y 17 años enfrentaron un riesgo elevado de malestar emocional y dificultades en su salud mental como influencia de la pandemia (Gobierno del Perú, 2021).

Después de todo lo anterior mencionado, resulta pertinente considerar algunos aspectos sociales, económicos y tecnológicos que la literatura ha relacionado con el proceso de identidad. Estos elementos no se presentan como consecuencias directas del aislamiento, sino como marcos que permiten dimensionar por qué la identidad constituye un aspecto central en la vida adolescente y cómo determinadas dificultades en su integración pueden manifestarse en distintos ámbitos de su desarrollo. Desde esta perspectiva, se exponen a continuación algunos hallazgos que ayudan a situar la importancia de este tema.

Desde el aspecto social, una identidad que no ha sido consolidada durante el periodo de adolescencia podría presentar dificultades para generar un sentido de pertenencia a la sociedad, lo que explicaría los problemas de adaptación a las normas sociales que presentan ciertos jóvenes en la actualidad (Guanipa y Angulo, 2020). Esto se debe a que, al no desarrollar estrategias adecuadas de afrontamiento durante la adolescencia, el joven podría presentar sentimientos de angustia y sentirse perdido en un mundo nuevo y desconocido sin recursos para manejarse adecuadamente en él, pudiendo manifestar incluso conductas antisociales.

En una investigación de 145 adolescentes entre 14 y 19 años que tuvo como objetivo determinar la relación entre las experiencias previas estresantes, la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en un contexto de aislamiento social, se encontró que los mecanismos más recurrentes fueron: evitación (cognitiva y emocional) y la externalización de la dificultad de afrontamiento (Obando et al., 2021).

Con relación al aspecto económico, el hecho de que un adolescente presente dificultades para reconocerse a sí mismo en cuanto a sus habilidades y capacidades, podría generar que se encuentre indeciso e influenciado con respecto a su decisión vocacional. Esto podría ocasionar que muchos jóvenes posterguen la consolidación de su proyecto de vida al tardar en elegir una profesión, o deserten de sus centros de estudios al encontrarse insatisfechos con la decisión tomada, lo que podría significar diversas pérdidas económicas tanto para la familia como para las instituciones educativas

(Améstica et al., 2021). En esta línea, Sugimura et al. (2023) encontraron que una identidad integrada en los años de secundaria podría predecir una mejor adaptación a la educación superior y la elección de una carrera profesional, así como un mayor compromiso académico; en contraste, una identidad menos integrada se asoció con niveles más altos de agotamiento académico o laboral después de la etapa escolar.

En lo que concierne al aspecto tecnológico, durante el aislamiento social, muchos adolescentes optaron por el uso de plataformas digitales como adaptación a la interacción social que antes mantenían entre pares. Ello se respaldó en el informe del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el cual, en un estudio realizado pospandemia, indicó que el 70,4 % de los adolescentes y jóvenes de entre 15 y 29 años utilizaban Internet de manera frecuente (INEI, 2022). En otra investigación durante la pandemia se encontró que hay un alto nivel de correlación entre el tiempo invertido en redes sociales y síntomas de depresión, estrés y ansiedad (Guessoum et al., 2020). Los datos demuestran que el 48 % de adolescentes reportaron estar conectados más de 5 horas diarias y el 12 % más de 10 horas durante el día (Ellis et al., 2020).

Por otro lado, las actividades sociales recurrentes de los adolescentes, como asistir a fiestas, ir al gimnasio, participar en clases o realizar actividades extracurriculares, fueron casi completamente reemplazadas por el uso de plataformas de comunicación en línea; las redes sociales se convirtieron en las únicas válvulas de escape hacia el mundo exterior. Esto es llamativo debido a que el aspecto social es crucial para la formación de la identidad, pues los adolescentes modulan ciertos aspectos personales tomando en cuenta la retroalimentación que reciben de su entorno (Fraga et al., 2022). Asimismo, se ha observado que la soledad puede estar relacionada con un mayor uso de las redes sociales (Du et al., 2023).

En una población adolescente española de 14 a 16 años, se encontró que el 92 % de adolescentes contaba con un perfil en redes sociales. Este estudio, realizado antes de la pandemia, evidenció que a través de estas plataformas los adolescentes buscaban fantasear con una historia irreal, sujeta a la validación mediante *likes* y comentarios, constituyendo así una identidad digitalizada en la que se reflejaba quiénes eran y quiénes deseaban ser (Ballesteros y Picazo, 2019). Del mismo modo, el *feedback* virtual puede convertirse en un arma silenciosa para algunos adolescentes debido a que se pueden expresar desde el anonimato comentarios hostiles con un distanciamiento afectivo significativo sin empatía. Estas actitudes tienen consecuencias negativas en la formación de la identidad sobre todo cuando la difusión de contenido perjudicial se propaga de

manera rápida (Arab y Díaz, 2015). Según Delgado (2020), antes de la pandemia ya se había evidenciado un incremento del 40 % en la toxicidad de los adolescentes en páginas web, lo que conllevó a un aumento tanto de agresores como de víctimas en estos aplicativos. Posteriormente, Burke et al. (2021) señalaron que el uso intensivo de tecnologías después del aislamiento social abrió una ventana de interrogantes sobre cómo la tecnología influyó en la identidad de los adolescentes y cómo, en la actualidad, los jóvenes podrían estar más expuestos a dificultades sociales para relacionarse. En esa misma línea, un estudio longitudinal de Myruski et al. (2023) sugiere que, durante el contexto de pandemia, las redes sociales funcionaron para muchos adolescentes como una vía de escape frente a pensamientos o sentimientos desagradables asociados al estrés generado por la crisis sanitaria. Para los adolescentes tardíos (17 a 20 años), un mayor uso de las redes sociales coincidió con una disminución en los niveles de ansiedad, pero en los menores de 16 años se percibió un mayor incremento de síntomas. Se sugiere que esta diferencia podría estar relacionada con la maduración socioemocional y cognitiva, que hace que los adolescentes mayores se conecten con otros de manera más adaptativa por las redes y no las usen para evitar situaciones sociales.

La problemática planteada en el presente trabajo de investigación es importante debido a que son escasos los estudios recientes sobre la formación de la identidad personal que buscan comprender cómo los adolescentes significaron el periodo de aislamiento social y de qué manera esta experiencia fue relevante en su proceso identitario. En una investigación como la de Quiroga et al. (2021), se reconoce que en la adolescencia se dan eventos vitales significativos que complejizan la construcción de la identidad; algunos de estos eventos clave son la independencia de la familia y una mayor conexión con los pares; sin embargo, el estudio no indaga qué sucede cuando estas experiencias, que son descritas como hitos normativos, se ven interrumpidas o imposibilitadas. Dentro del contexto en que se realizó dicho estudio la gran mayoría de los adolescentes tenían dificultades para cumplir con ambos eventos normativos debido a las restricciones sanitarias por la pandemia del covid-19 y esto no fue considerado.

Otro punto importante a mencionar es que se trabajó con edades entre los 6 y los 18 años; estos últimos ya se encontraban en la adolescencia tardía, donde la influencia social suele ser menor y generalmente ya se ha logrado la autonomía (Gutgesell, 2004), por lo cual no se consideró cómo el contexto estaba influyendo en la manera en que los adolescentes vivían y construían su identidad. Un caso similar es el de Bogarts et al. (2021), quienes analizaron las crisis de identidad en relación con la adolescencia

temprana y tardía, pero tampoco tomaron en cuenta el contexto de la pandemia. Por su parte, Peplak et al. (2024) examinaron las narraciones de un grupo de adolescentes estadounidenses sobre su evento más significativo emocionalmente durante el primer año de pandemia y la construcción del significado que le otorgaban. Ellos resaltaron que este suceso pudo haber moldeado el desarrollo de los adolescentes y generado cambios de perspectiva respecto a lo que consideraban valioso; sin embargo, no consideraron la variable de la identidad personal.

Por su parte, Lardies y Potes (2022) señalan que las redes sociales han tomado un papel fundamental en la construcción de la identidad adolescente en la actualidad; pero no abordan el peso que podrían llegar a tener si es que fueran la única fuente de vinculación entre pares, ignorando así el contexto de aislamiento social. Si bien, investigaciones como la de Fraga et al. (2022), sitúan a la pandemia y al aislamiento como foco central, e indagan en las dificultades por las que pasaban los adolescentes durante este periodo, estas consideran la construcción de la identidad como un punto más, junto con problemas como el insomnio o la depresión, sin constituir el eje central o interés principal del estudio. Además, la información recogida es referente a una identidad que está en proceso de construcción, y no una ya consolidada.

Por lo tanto, aunque existen investigaciones que analizan los efectos del aislamiento social en la construcción de la identidad personal de los adolescentes, son escasas las que profundizan en cómo, desde el presente, los adolescentes significan lo vivido durante ese periodo. Indagar en este aspecto permite explorar posibles cambios en la manera en que perciben y narran su identidad a partir de las condiciones adversas que les impidieron participar en eventos normativos, en comparación con el periodo pre-pandémico o incluso con el vivido durante la pandemia. Por otro lado, hay estudios recientes que aportan información valiosa sobre este proceso en la actualidad, pero que no consideran el contexto de aislamiento social debido a la pandemia del covid-19, ni sus posibles implicaciones en quienes atravesaron este periodo durante la adolescencia. En este sentido, la presente investigación busca aportar perspectivas poco exploradas en el campo de la psicología, particularmente en torno al significado que los adolescentes atribuyen a ese periodo de aislamiento social en relación con el desarrollo de su identidad.

Las investigaciones más relevantes sobre la construcción de la identidad personal en adolescentes encontradas en esta revisión provienen principalmente de contextos europeos, como los trabajos de Fraga et al. (2022) en Portugal, Sánchez et al. (2020) en España y Branje (2022) en los Países Bajos. En Latinoamérica, se identifican aportes

desarrollados en Argentina (Lardies y Potes, 2022) y Chile (Quiroga et al., 2021). Sin embargo, son escasos los estudios que profundizan en las experiencias y significados construidos dentro del contexto peruano, el cual fue uno de los países más golpeados por la pandemia a nivel mundial (Hidalgo et al., 2024). Frente a este panorama, la presente investigación busca ampliar la comprensión del proceso de construcción identitaria del adolescente, es decir, conocer la experiencia subjetiva de estos, en el contexto peruano dentro del marco de lo que fue el aislamiento social.

Revisiones como la de Branje (2022) y la de Montalvo y Jaramillo (2022) reconocen que en transiciones críticas los adolescentes cuestionan o reorganizan su identidad y que la presencia de un contexto estable juega un rol decisivo en la construcción de esta. Estudios como los de Côté (2018) plantean que la identidad personal es un factor protector contra las adversidades y que también facilita el desenvolvimiento del sujeto en su entorno. La pandemia y su consecuente aislamiento social constituyeron, en definitiva, un evento de crisis que obligó a los adolescentes a cuestionar aquellos aspectos con los que se identificaban ya que muchos desaparecieron. Esta investigación contribuye a comprender cómo dentro de este contexto, y a partir de su vivencia personal y subjetiva, los adolescentes pudieron haber reorganizado su identidad, encontrar fuentes de validación y explorar su autonomía. Estos son procesos fundamentales en la formación de la identidad (Quiroga et al., 2021). Asimismo, busca reconocer qué otras preocupaciones pudieron haber surgido en torno a la identidad en este contexto.

Indagar sobre cómo se dio el proceso de construcción de la identidad en adolescentes que estuvieron aislados socialmente debido a la pandemia, además de aportar información sobre las experiencias de este fenómeno en la realidad nacional y latinoamericana, permitirá conocer y comprender el significado que los adolescentes le otorgaron a las redes sociales en la construcción de su identidad, dado que fueron el medio más utilizado para comunicarse con los pares durante el aislamiento (Lardies y Potes, 2022). Así mismo, este estudio tiene una justificación metodológica, pues implica la construcción de una guía de entrevista referente a la construcción de la identidad que podrá ser de utilidad para investigaciones futuras referentes al tema. También representa un aporte práctico, en la medida que los resultados pueden ser de utilidad para la construcción de talleres psicológicos enfocados en adolescentes o adultos jóvenes de la generación pospandemia, de modo que estén alineados a su realidad y forma de ver el mundo.

A partir de lo descrito, la presente investigación busca responder a la siguiente

pregunta: ¿Cómo experimentaron los adolescentes de Lima Metropolitana el proceso de formación de su identidad personal en un contexto de aislamiento social?

## **1.2 Marco teórico y antecedentes**

### **1.2.1 ¿Qué es la identidad?**

Desde la psicología, el concepto de identidad ha ido incorporando elementos a su definición con el paso de las décadas. En este primer apartado se revisarán desde las teorías clásicas hasta las más modernas sobre el significado de este fenómeno, para posteriormente integrar los conceptos aportados por ellas en una explicación sobre su desarrollo y especial importancia durante la adolescencia.

Dentro de su teoría de las ocho etapas del desarrollo psicosocial, Erikson (1950) plantea que cada fase del ciclo vital viene acompañada de un conflicto intrapsíquico de fuerzas dicotómicas, cuya resolución permite al individuo pasar a la siguiente etapa y seguir desarrollándose. La identidad es producto de la resolución del conflicto de la quinta etapa, identidad vs confusión de roles, y su consolidación marca el paso de la adolescencia a la adultez. Este constructo se define como un sentido de coherencia o mismidad del Yo, y un compromiso con determinadas metas, creencias y valores a lo largo del tiempo; a su vez, conlleva una sensación subjetiva de unicidad que lleva al individuo a la diferenciación e inclusión dentro de su comunidad. Su construcción está ligada a la resolución de cuestiones como la identidad sexual, la adopción de valores de vida y la elección de la ocupación (Erikson, 1978; Quiroga et al., 2021). En cuanto a los conceptos de la identidad y la confusión de roles, el primero hace referencia a la comprensión de que distintos roles, ideales y compromisos pueden coexistir en el sujeto de manera coherente. Esto conlleva un sentido de autoconocimiento y seguridad personal, y se relaciona con la capacidad de desarrollarse de manera independiente y autónoma. Por su parte, la confusión implica tener incertidumbre frente al futuro, la sensación de sentirse perdido y dificultad para comprender cómo encajar en la sociedad. Estos fenómenos no son necesariamente opuestos, pero la predominancia de uno sobre el otro determina la adaptabilidad del sujeto a esta nueva etapa del desarrollo humano (Erikson, 1950, como se citó en Schwartz et al., 2023).

Posteriormente, entre los años 60 y 70 del siglo XX, James Marcia planteó que la construcción de la identidad no es un reto exclusivo de la etapa adolescente, ya que las crisis y la necesidad de asumir compromisos de vida pueden presentarse a lo largo del

ciclo vital. Este proceso implica explorar distintos roles y comprometerse de manera autónoma con valores, creencias, causas sociales y ocupacionales. Partiendo de la dicotomía de la identidad versus confusión de roles planteada por Erikson, Marcia (2002) propone que en realidad no existe un solo *logro de la identidad* sino cuatro estados de esta. En primer lugar, la *difusión de la identidad* es un estado en el que los individuos no han asumido compromisos y tampoco los están buscando de manera activa; esta situación puede relacionarse con la falta de un propósito vital. En segundo lugar, la *identidad hipotecada* representa a las personas que han establecido su identidad sobre las elecciones o valores de los demás; si bien se han comprometido con creencias y valores, pero no han tenido una exploración independiente. Es común encontrar tanto esta como la primera etapa es común encontrarla en niños, aunque no de manera excluyente. En tercer lugar, se encuentra la *moratoria* que implica un proceso libre de exploración, pero sin haber asumido compromisos; y finalmente el *logro de la identidad* donde, basándose en decisiones personales, se define una identidad coherente, diferenciada y comprometida, se resalta que este logro no suele alcanzarse al finalizar la adolescencia.

Paralelamente, como indica Alcover (2020), los estudios de Tajfel en torno a la psicología social dieron origen a la llamada teoría de la identidad social, la cual plantea que las personas se definen a sí mismas por los roles que cumplen en los distintos grupos sociales y culturales a los que pertenecen (Ejemplo: *soy deportista, soy hijo*). Esto hace que se genere un sentido de identidad social compartida que puede ofrecerle al individuo estabilidad, significado y propósito, lo que generalmente trae consigo implicancias positivas para su salud mental (Tajfel et al., 1986; Stryker, 1987; Haslam et al., 2018, como se citó en Alcover, 2020). Aunque puedan medirse de forma separada, la identidad personal y la identidad social están fuertemente entrelazadas; la comparación y la retroalimentación de los pares pueden ayudar a definir la identidad personal y a reconocerse como un ser único (Crocetti, 2018). Un individuo puede percibirse con roles opuestos entre sí dependiendo del contexto en el que se encuentre; por ejemplo, identificarse como alguien confiado dentro del entorno familiar, pero tímido en el entorno escolar (Gray, 1994, como se citó en Hards et al., 2024). A pesar de su antigüedad, investigaciones actuales siguen tomando como base las teorías de Erikson y Marcia para sus estudios sobre la identidad personal, así como las de Tajfel en lo referente a la identidad social (Potterton et al., 2022; Becht et al., 2021; Sugimura et al., 2024; Hatano et al., 2024; Vankerckhoven et al., 2023).

Además de la importancia del contexto social, otros autores también resaltan el

papel de la memoria autobiográfica en la construcción de un sentido de identidad. La teoría de la identidad narrativa (McAdams y McLean, 2013) plantea que las personas se definen a sí mismas con base en su historia de vida, integrando el pasado y las proyecciones que hacen del futuro, tratando de dar unidad y propósito a sus experiencias. Esta se compone de recuerdos subjetivos del pasado personal; el significado que el sujeto le brinde a estos es clave para tener una vida integrada y desarrollar un sentido de bienestar mental. El significado atribuido puede causar sufrimiento, pero también generar bienestar, al reconocer las experiencias como aprendizajes o lecciones de vida. Los recuerdos autobiográficos representan un sentido de coherencia y continuidad del Yo, como un mismo individuo en constante cambio a través del tiempo (Conway, 2005). Sin embargo, dentro de esta construcción también existen los *posibles yoés*, es decir, proyecciones futuras del individuo que están moldeadas por sus experiencias sociales, autoevaluaciones preexistentes, valores y creencias (Markus y Nurius, 1986, como se citó en Hards et al., 2024). En suma, el individuo no solo es su historia, sino también el significado, valor y dirección que le otorga, lo cual se reflejará en la información recolectada de las entrevistas.

Las teorías presentadas hasta ahora han servido de base para la construcción de posturas más modernas, las cuales incorporan y operacionalizan nuevos conceptos a los ya mencionados de manera integrada. Entre ellas destaca la postura de Sepúlveda (2020), quien plantea que la identidad se compone de tres dimensiones: unidad de la identidad, integración de la identidad e integración con los otros. En primer lugar, *la unidad de la identidad* significa reconocerse como únicos y diferentes al resto, con ideologías propias y valores individuales. También implica el reconocimiento y aceptación de características personales como la imagen corporal y las expresiones del ámbito sexual; asimismo, tomar conciencia de las limitaciones, lo que da como resultado el reconocimiento de la libertad, y genera autoestima y autonomía en los adolescentes. En segundo lugar, *la integración de la identidad* significa el reconocimiento del sujeto como una misma persona en pasado, presente y futuro. Es decir, un sentido de consistencia donde se integran experiencias significativas de la historia personal. Además, se tiene conciencia de haber pasado por determinados sucesos que pudieron impactar en su momento, aunque en la actualidad no signifiquen nada para los adolescentes, de la misma manera que se puede tener una meta a lo largo de la vida, aunque la manera en que sea percibida ya no sea la misma. Por último, *la integración con los otros* se relaciona con la búsqueda de reconocimiento por parte de los demás. Esto hace referencia a la parte expresiva de la

personalidad, pues los pares son con quienes se puede realizar acciones en el entorno y en la sociedad.

Siguiendo la misma línea, Bernal (2003) considera otros componentes clave en la construcción de la identidad personal; estos son: *el pensamiento crítico, las conductas prosociales, sensibilidad, criterio propio y la búsqueda de un sentido o proyecto de vida*. El pensamiento crítico es entendido como la capacidad de cuestionar la realidad y poder reinterpretarla. Por su parte, las conductas prosociales son un signo del manejo de habilidades sociales y normas de convivencia con la sociedad; es decir, el reconocimiento de que la vida está ligada a la interacción con los otros, y también representan la identificación con una comunidad. En cuanto a la sensibilidad y al criterio propio, la primera hace referencia a la conciencia y autorregulación emocional que la persona tiene sobre sus acciones, así como el reconocimiento de las emociones de los demás, mientras que el segundo hace referencia al reconocimiento de la autonomía de acción y pensamiento, y por lo tanto también a tomar responsabilidad por los actos. Finalmente, el sentido de vida en esta teoría se refiere a la búsqueda de un propósito o construcción de un proyecto de vida que deje un legado en la sociedad (Bernal, 2003). Partiendo de esta teoría, investigaciones recientes como la de Sánchez y García (2020) concluyen que el desarrollo de competencias emocionales, como la empatía, la expresión y regulación emocional facilitan un adecuado desarrollo de la identidad personal, puesto que vuelven al individuo sensible consigo mismo y con la sociedad; esto se relaciona directamente con la interacción con otros y la percepción social. Se consideró importante partir de lo propuesto por Sepúlveda y Bernal debido a su carácter integrativo, ya que reúnen conceptos planteados por las demás teorías y los organizan de forma concisa.

A modo de síntesis, e integrando las ideas aquí expuestas en una definición propia, la identidad entonces vendría a ser la percepción o definición global que el sujeto tiene de sí mismo. Implica definirse por ciertos constructos (roles y autoconceptos) y rechazar otros por oposición, integrando estos elementos de manera coherente en relación con la percepción que tiene de él su entorno, pero al mismo tiempo tomando en cuenta sus valores personales, su historia y su proyección futura con base en sus metas y propósitos de vida. Debido a la complejidad de la experiencia humana, dicho proceso de construcción es irrepetible e irreplicable en otro ser; por ello la identidad también es lo que hace único al individuo.

### **1.2.2 Cómo se desarrolla la identidad**

Una vez definido el concepto de identidad, y los distintos componentes que la constituyen, es pertinente abordar sobre su desarrollo en la adolescencia. Papalia (2021) y Quiroga et al. (2021), reconocen que la identidad comienza su formación en la infancia; los niños se reconocen como únicos a partir de sus intereses y las actividades que realizan, especialmente aquellas donde se consideran hábiles, así como por sus características físicas y psicológicas, y por supuesto la validación de los padres y pares que brindan sentido de pertenencia. En este periodo también es donde desarrollan la confianza en sí mismos, su autonomía, su laboriosidad y su predisposición a la iniciativa; elementos que permitirán más adelante brindar un sentido de integridad al sí mismo de manera saludable y afrontar los desafíos de la adultez.

Sin embargo, este proceso se complejiza al llegar a la adolescencia, incluso se afirma que este periodo, que comprende entre los 11 o 12 años hasta los 19 años, es el más importante para la formación de la identidad (OMS, s.f.; Branje, 2022). El adolescente busca diferenciarse del resto y descubrir qué lo hace único y, por ende, valioso, por lo que está en constante búsqueda de causas o valores con los cuales comprometerse (Sepúlveda, 2020; Lardies y Potes, 2022). El desarrollo cognitivo alcanzado en esta etapa permite que se construyan percepciones más complejas y abstractas de sí mismos, lo que incluye tanto a sus características psicológicas como personales (Harter, 1999, 2012; Piaget, 1952, como se citó en Hards et al., 2024). Esta capacidad de conceptualizar sus vivencias de manera más consciente permite que estas tengan una mayor carga emocional para el individuo y que sean claves en la construcción de su identidad (Jannsen, 2020, como se citó en Hards et al., 2024). Las experiencias emocionales más importantes que ocurren durante la adolescencia probablemente se recuerden y contribuyan a la historia de la persona (Peplak et al., 2024). Siguiendo esta idea, en este periodo se dan eventos vitales significativos que complejizan la construcción de la identidad personal, como la definición de la identidad sexual, la toma de decisiones autónomas, el desarrollo del pensamiento moral y una mayor expresión socioafectiva con los pares (Erikson, 1978; Sepúlveda, 2020; Quiroga et al., 2021; Branje, 2022).

La adolescencia es una etapa de desarrollo biológico, psicológico y social que implica la separación de ciertos aspectos de la vida y la integración de otros nuevos; por ello, se da una revalorización de la autoestima y reformulación de la identidad personal (Papalia, 2021; Lardies y Potes, 2022). Erikson señala que los adolescentes tienen que pasar por un periodo de crisis de identidad y confusión de roles para convertirse en

adultos únicos valorados en la sociedad, proceso que implica integrar las distintas evaluaciones que tienen de sí mismos en un Yo coherente (Erikson, 1950, como se citó en Schwartz et al., 2023). La efectiva resolución de este conflicto permitirá que se desarrolle un sentido de pertenencia o lealtad hacia algo o alguien, como la religión, ideologías políticas o valores. La confusión de roles es natural en todos los seres humanos en esta etapa; sin embargo, el estancamiento en esta puede traer consigo la demora de la obtención de la adultez psicológica; esto se relaciona con actitudes adolescentes como la timidez, la intolerancia a las diferencias y comportamientos caóticos (Erikson, 1968, 1982, como se citó en Papalia, 2021). Si bien las crisis de identidad rara vez se resuelven por completo en la adolescencia, e incluso pueden surgir y resurgir durante la adultez, si el sujeto no logra definir su identidad adecuadamente, podría experimentar una confusión de roles que lo lleve a aislarse y a no sobresalir sobre los pares (Papalia, 2021; Lardies y Potes, 2022).

Siguiendo este último punto, la construcción de la identidad en la adolescencia implica un mayor contacto con los pares y, a su vez, lograr la independencia y diferenciación de los padres; de esta forma el individuo se convertiría en un adulto único y coherente (Sepúlveda, 2020; Quiroga et al., 2021; Peplak et al., 2024). Los pares tienen su mayor punto de influencia en la adolescencia temprana (10 - 14 años); estos brindan un sentido de pertenencia y validación de la identidad del adolescente; es por ello que se vuelven más significativos y cumplen un rol de apoyo psicológico (Gaete, 2015; Lardies y Potes, 2022). En la adolescencia cobra más relevancia la relación con los pares y el entorno social, y esto repercute en la imagen personal que los adolescentes tienen de sí mismos (Stangor, Jhangiani y Tarry, 2014, como se citó en Hards et al., 2024). En esta etapa, en parte gracias a sus nuevas capacidades cognitivas, los individuos empiezan a definir sus características personales basándose en las percepciones que tienen sobre cómo los perciben los otros con mayor fuerza que antes (Harter, 2012, como se citó en Hards et al., 2024). Surge entonces una necesidad de que otros validen las actitudes y comportamientos propios (Tajfel y Turner, 1979, como se citó en Alcover, 2020). El reconocimiento del entorno social a su vez impacta en la autoestima y en la capacidad autónoma del sujeto y, por lo tanto, también en su independencia. La construcción de la identidad se da en interacción con los demás y también con el mundo (Branje, 2022; Lardies y Potes, 2022).

Por su parte, la independencia de los padres implica resignificar la identidad personal que hasta ese momento se había construido; este cuestionamiento o abandono

de ciertos elementos con los que el adolescente se había identificado hasta ahora puede traer consigo una crisis de identidad (Quiroga et al., 2021; Lardies y Potes, 2022). Marcia (1979) reconoce que se favorece el *logro de la identidad* cuando no existe presión por parte de los padres en la toma de decisiones y que, por el contrario, existe apoyo y escucha empática. Esto fomenta que el sujeto tenga mayor autonomía, autoestima, seguridad en sí mismo y se le facilite establecer relaciones sociales, lo que le permitirá desempeñarse exitosamente en situaciones de estrés. Un excesivo involucramiento parental trae consigo actitudes autoritarias, relaciones dependientes y ansiedad por la toma de decisiones (Marcia, 1979, como se citó en Papalia, 2021). Siguiendo con esta idea, revisiones recientes como la de Branje (2022) destacan que un adecuado clima familiar donde exista apoyo y confianza se relaciona con la adecuada consolidación de la identidad, mientras que un entorno de conflictos familiares se vincula con un menor nivel de compromiso con la acción.

En resumen, la adolescencia es una etapa de gran importancia para la construcción de la identidad porque, a partir de aquí, las personas ya no solo se definen por sus roles o su autopercepción, sino también por las evaluaciones que hacen los pares y el entorno de ellos, las cuales pueden contrastar con lo que el individuo pensaba de sí mismo. La capacidad de abstracción del pensamiento hace que el adolescente cuestione sus creencias y que pueda hallar cierto sentido en lo que los demás opinan de él. Si existe incompatibilidad entre ambas percepciones puede producirse una sensación de incoherencia e incertidumbre al momento de definirse; por eso, Erikson (1965) menciona que es un desafío la integración de los múltiples roles y una tarea clave a lograr para seguirse desarrollando (1965, como se citó en Hards et al., 2024). De la misma manera, en esta etapa se da la independencia de los padres, la cual es necesaria para que los adolescentes tomen decisiones autónomas y se conviertan en adultos únicos que tengan confianza en sus elecciones.

### **1.2.3 Redes sociales**

En las últimas décadas ha aparecido un nuevo factor que definirá el proceso de construcción de la identidad de aquí en adelante: las redes sociales. En este espacio, los adolescentes buscan construir su propia narrativa sobre quiénes son o quiénes desean ser, llegando a explorar distintos roles en búsqueda de aceptación social. Aquí, los límites entre la percepción social del individuo y su percepción personal o relación consigo mismo se difuminan; por lo tanto, las redes sociales pueden considerarse un riesgo para

el proceso de identidad del adolescente, ya que este es vulnerable respecto al juicio de los pares y las redes son una fuente de validación donde existen diversas subjetividades (Lardies y Potes, 2022).

En esa misma línea, Cívico et al. (2021) señalan que la tecnología ha sido un proceso trascendental para la sociedad en general y que, a su vez, podría empeorar la percepción de la vida, especialmente en los adolescentes debido a su gran influencia. Por tal razón, en los últimos años, se le ha dado mayor importancia a la investigación de los efectos de las redes sociales en los adolescentes y cómo estas repercuten en el desarrollo de la identidad, afectando las habilidades sociales debido a la dependencia de la tecnología (Ochoa y Barragán, 2022). En este sentido, las redes sociales se han convertido en un aspecto importante para la formación de la identidad de los adolescentes, pues permiten que estos interactúen, se presenten ante otros pares y reciban retroalimentación que refuerza o cuestiona su autoconcepto. De acuerdo con una investigación pospandemia realizada por Pérez-Torres et al. (2024), se encontraron cuatro dimensiones relevantes: *la autopresentación, la comparación social, la influencia de modelos de referencia en línea y la validación de la audiencia digital*, lo que demuestra cómo las plataformas digitales predisponen a la exploración de intereses y valores, aunque también incrementan la exposición a la presión externa. A continuación, se explicará la definición de cada dimensión:

- **Autopresentación:** Se refiere a la manera en que los adolescentes eligen mostrar aspectos de sí mismos en las redes sociales, lo cual incluye estados, publicaciones, fotografías y otros contenidos. A través de estas prácticas recurrentes, construyen una *identidad digital* que puede corresponder a su yo real o, por el contrario, representar una versión idealizada de lo que desean ser o proyectar.
- **Comparación social:** Se refiere al proceso mediante el cual los adolescentes se comparan con sus pares o con figuras que admiran a través de las redes sociales. Esta dinámica de querer igualar actitudes puede convertirse en un estímulo para promover cambios positivos; sin embargo, también puede generar insatisfacción personal o ansiedad cuando perciben que los estándares de los demás resultan difíciles de alcanzar.
- **Modelos de referencia en línea:** Esta dimensión guarda similitud con la anterior, pero se centra en cómo los *influencers* o celebridades se convierten en referentes. Sus estilos de vida, opiniones y valores pasan a

constituir estándares que muchos adolescentes, en pleno proceso de construcción identitaria, tienden a imitar o incorporar.

- Validación de la audiencia digital: Se refiere a la interacción con los demás en redes sociales, expresada a través de seguidores, comentarios y *likes*. Estas dinámicas constituyen una forma de retroalimentación social a la que los adolescentes otorgan gran importancia, pues refuerza su autoestima y fortalece su sentido de pertenencia (Pérez-Torres et al., 2024).

#### **1.2.4 Aislamiento social y su impacto en la identidad adolescente**

El 30 de enero de 2020 la OMS declaró a la salud pública en emergencia de índole internacional por la presencia del nuevo coronavirus, y el 11 de marzo del mismo año la declaró pandemia global (Livia et al., 2021).

En Perú, el Ministerio de Salud (MINSA) confirmó el 06 de marzo de 2020 su primer caso de coronavirus (Presidencia de la República del Perú, 2020). Posteriormente, para detener el contagio, el 15 de marzo el Gobierno declaró el estado de emergencia nacional por 15 días calendario y aislamiento social obligatorio (PCM, 2020a). Esta acción respondió a la necesidad de mitigar los riesgos sanitarios derivados de la propagación del virus, con el objetivo de proteger la salud pública. Como parte de las medidas adoptadas, se suspendieron todas las actividades educativas en el país, lo que implicó la interrupción de las clases presenciales tanto en las escuelas como en las universidades. Como consecuencia, se implementó la modalidad de enseñanza virtual, lo que transformó de manera rápida la forma en que los estudiantes interactuaban habitualmente con sus docentes y el contenido académico (Gonzales et al., 2020). Aunque el aislamiento social estricto no duró de forma continua todo el tiempo, el periodo de cuarentena más rígido y las restricciones importantes se extendieron hasta finales de 2020 (PCM, 2020b); y recién a principios de 2021 los estudiantes retomaron la presencialidad de forma gradual (El Comercio, 2021).

El aislamiento social, como estrategia, busca reducir al máximo la interacción personal y evitar que las personas se concentren en espacios públicos o aglomeraciones. Esta medida se implementó principalmente para disminuir el contacto directo entre individuos, lo que limita las posibilidades de transmisión del virus. El aislamiento social es una respuesta común ante situaciones de emergencia sanitaria, particularmente frente a enfermedades virales altamente contagiosas, con el fin de frenar la propagación masiva

y proteger a la población más vulnerable. Además de su impacto en el ámbito educativo, el aislamiento social afectó diversos sectores económicos y sociales, exigiendo una adaptación de la sociedad a nuevas formas de interacción y trabajo, mientras se trataba de contener la emergencia sanitaria global. Como parte de sus características encontramos el distanciamiento físico que implica mantener una distancia significativa con todas las personas, también la limitación de interacción porque restringe la participación de actividades sociales, otra característica son las medidas gubernamentales como el cierre de espacios públicos, oficinas y escuelas. Finalmente, se menciona la voluntariedad, sujeta al contexto, ya que se basa en la decisión de los individuos, a diferencia de la cuarentena que suele ser obligatoria (Brooks et al., 2020).

El aislamiento social cuenta con tipologías, como el cumplimiento total, el cumplimiento parcial, y el incumplimiento. De igual forma, existen tipos de duración. Por ejemplo, a corto plazo, que puede aplicarse durante epidemias o brotes de salud como el que ocurrió en el año 2020, y su duración depende de la evolución de la situación. Por otro lado, existe a largo plazo porque este brote sanitario puede extenderse (Livia et al., 2021).

De este modo, por todo lo mencionado anteriormente, el periodo vivido durante el aislamiento social puede considerarse como un evento vital significativo en la formación de la identidad en los adolescentes, ya que dicho acontecimiento sirvió para que estos reconsideren y redireccionen quiénes son en el camino que quieren tomar en sus vidas (Quiroga et al., 2021; Branje, 2022).

En cuanto a las consecuencias que tuvo el aislamiento social en la salud mental de los adolescentes, distintos estudios reconocen una correlación entre el aislamiento físico de sus pares, profesores, redes comunitarias y distintas problemáticas de salud mental, como trastornos depresivos y ansiosos, dificultades en la memoria, concentración y atención, así como tendencia al mal comportamiento, la apatía y la irritabilidad (Retamal, 2022; Izquierdo et al., 2023).

Por otro lado, Fraga et al. (2022) también señalan que las medidas de aislamiento obstaculizaron la independencia de los adolescentes respecto a sus padres y limitaron el tiempo compartido con sus pares, ambos son componentes que Sepúlveda (2020) reconoce como necesarios para la consolidación de la identidad. El aislamiento social intensificó la relación de los adolescentes con sus padres, favoreciendo el tiempo de calidad y comunicación familiar que muchas veces se veía frustrado debido a factores como el horario de trabajo de los padres dentro del hogar (Ribot et al., 2022). Una

identidad integrada y sólida parece ser indispensable para que los adolescentes se independicen y logren desenvolverse adecuadamente en roles adultos (Côté, 2018), por lo que surge el cuestionamiento sobre cómo esto pudiera haberles afectado en su desarrollo.

Con el cierre de las escuelas y las medidas de distanciamiento físico, las redes sociales se convirtieron en la principal forma en que los adolescentes podían interactuar con sus compañeros, explorar y expresar sus identidades emergentes (Hamilton et al., 2021, como se citó en Hamilton et al., 2023). Estas les permitieron mantener sus relaciones existentes, construir nuevas y obtener apoyo social. Por lo tanto, estas fueron un recurso para hacerle frente a la adversidad de la pandemia (Charmaran et al., 2022; Cauberghé et al., 2021; Saud et al., 2020, como se citó en Hamilton et al., 2023).

Aunque todavía no está claro hasta qué punto el aumento en el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes ha influido en sus identidades y comportamientos fuera de línea, estas se volvieron más importantes para la comparación social y las métricas pueden haber sido un elemento para la autoevaluación que de alguna forma orientaba a los adolescentes en la manera en que expresaban y forjaban sus identidades (Granice y Morita, 2020, como se citó en Hamilton et al., 2023). En este contexto, los adolescentes pudieron conectarse con nuevas personas y experiencias fuera de su entorno social y cultural, incluso fuera de su área geográfica, lo que permitió que estos experimentaran nuevas formas de expresarse y se identificaran con distintos movimientos sociales (Rimel et al., 2023, como se citó en Hamilton et al., 2023). Sin embargo, investigaciones como las de Fraga et al. (2022) señalaron que, si bien los adolescentes tuvieron mayor interacción con las redes sociales, estos describieron que las relaciones interpersonales por este medio tendieron a ser menos significativas emocionalmente, es decir, superficiales.

Ribot et al. (2022) señalan que es importante que estas herramientas se utilicen con responsabilidad y con un tiempo adecuado debido a que los adolescentes se encuentran en el camino de la adquisición de la madurez psicológica a partir de la formación de su identidad personal; por ende, esta etapa es una de las más susceptibles de sufrir conductas adictivas hacia las nuevas tecnologías. Por ello, se debe priorizar el fomento de conductas prosociales y psicoeducación sobre el uso adecuado de las redes sociales en estos grupos adolescentes. En ese sentido, las redes sociales traen consigo efectos potencialmente negativos para los adolescentes como trastornos de sueño, alimentación, problemas de visión, audición, depresión, ansiedad e inclusive ciberacoso

(Klimenko et al., 2021; Portillo et al., 2021). Asimismo, Farfán y Cedeño (2022) sugieren que a raíz del aislamiento social y la recurrencia en las redes sociales los adolescentes podrían poseer herramientas deficientes de habilidades sociales y depender de esta tecnología para poder tener una interacción satisfactoria con los pares.

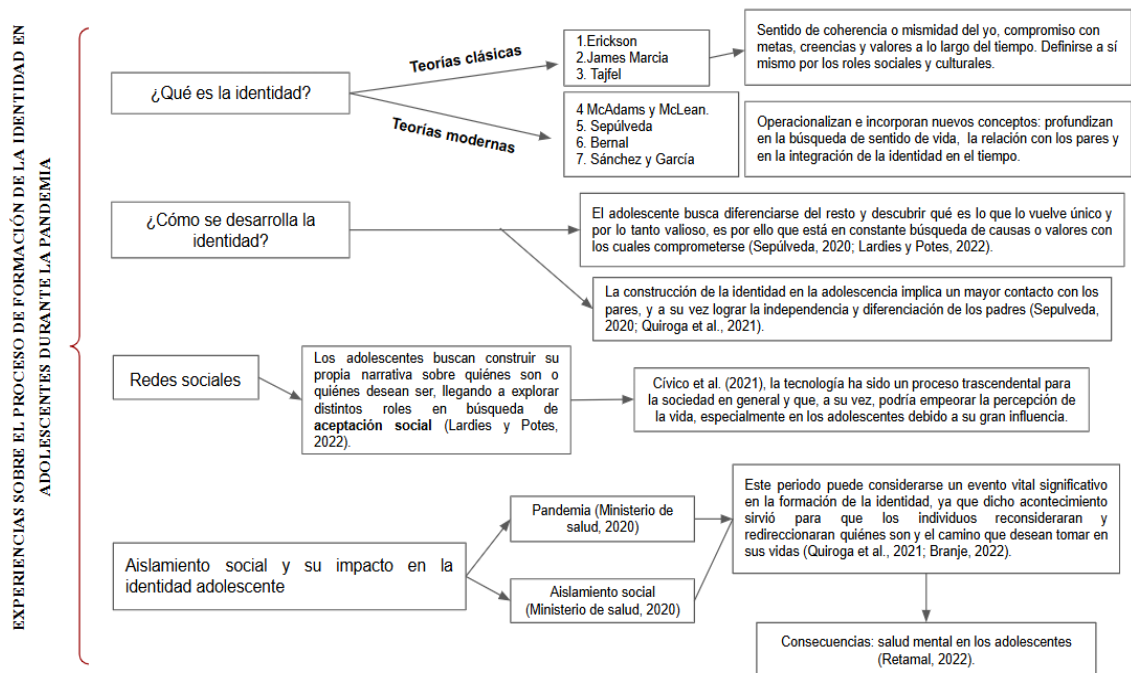
Por otra parte, una investigación realizada por Schwartz et al. (2023) acerca del rol de la identidad personal como recurso de jóvenes adultos frente a la incertidumbre provocada por la pandemia del covid-19, concluyó que una identidad integrada y bajos niveles de confusión podrían asociarse con una mayor satisfacción con la vida, mayor adaptación positiva y menor angustia frente a las preocupaciones generadas por el aislamiento y la pandemia. Esto evidencia una relación entre la integración de la identidad y la adaptación psicológica; esta última es definida como capacitarse para hacer frente a la adversidad y no tanto la desaparición de conflictos, no solo cambiando el entorno, sino también reestructurando la forma de pensar (Albillos, 1979; Kelly, 2001). Algunos factores que facilitan la adaptación son la percepción de apoyo social por parte de la familia y amigos, perseverancia, optimismo, religiosidad, autoeficacia, estilos de crianza positivos que promuevan el desarrollo emocional, variables de personalidad y eventos vitales significativos (Castro, 2011; Gaxiola et al., 2017; Gaxiola y González, 2019). Asimismo, las dificultades para adaptarse al entorno traen consigo estados emocionales negativos como la irritabilidad, tristeza o ansiedad, factores que afectan el bienestar y a su vez dificultan la adaptación (Hayes et al., 2012). Entonces, una identidad integrada se asocia con una menor sensación de incertidumbre ante la vida y el futuro; por ello, podría ser un recurso útil para afrontar los cambios drásticos en la vida como, por ejemplo, una pandemia.

En conclusión, existen distintas teorías sobre la formación de la identidad personal que resaltan la importancia de la etapa adolescente por sobre las otras porque en esta se alcanza un nivel de pensamiento más complejo que permite la identificación con valores e ideologías propias y diferentes al resto, por lo que el adolescente buscará descubrir qué es lo que lo vuelve único. En esta etapa se dan también los primeros signos de independencia de los padres y se pasa mayor tiempo con los pares; de esta forma, la identidad del adolescente recibe validación externa y se reconoce a sí mismo como un ser único con valor propio; así, la identidad adquiere un carácter más expresivo en su interacción con el entorno. Del mismo modo, el desarrollo emocional adquirido trae consigo competencias emocionales como la empatía y la autorregulación emocional que constituyen un tipo de herramientas para interactuar con el medio y lograr el desarrollo

personal. En la actualidad, las redes sociales desempeñan un rol clave en el proceso de construcción de la identidad dado que permiten explorar distintos tipos de roles hasta encontrar la validación social; sin embargo, su gran influencia puede traer consecuencias negativas como la dependencia, ansiedad e incluso depresión por el ciberacoso. Por su parte, las dificultades y un posterior estancamiento en el proceso del desarrollo de la identidad pueden traer consigo un retraso en la obtención de la adultez psicológica, y actitudes como timidez o intolerancia. Actualmente, existen pocas investigaciones que hayan profundizado en los efectos a largo plazo del aislamiento social debido a la pandemia del covid-19 en el proceso de construcción de la identidad personal de los adolescentes, lo que se sabe es que este hecho histórico interfirió con eventos vitales que no se dieron adecuadamente, como la independencia de los padres y pasar mayor tiempo con los pares.

**Figura 1.**

*Resumen de los conceptos abordados en el marco teórico*



*Nota.* Elaboración propia.

## 1.4 Objetivos

Objetivo general:

- Comprender el significado que un grupo de adolescentes limeños entre 15 y 17 años le otorga a la experiencia subjetiva de haber vivido su proceso de formación de la identidad dentro del contexto de aislamiento social a causa de la pandemia del covid-19

Objetivos específicos:

- Conocer la experiencia subjetiva de los adolescentes con relación a sus metas, valores y perspectivas a futuro como parte de la formación de su identidad.
- Conocer la experiencia subjetiva de los adolescentes con relación a la integración de su identidad, es decir, si se identifican como los mismos antes y después de la pandemia.
- Conocer la experiencia subjetiva de los adolescentes con relación a la necesidad de independencia en la formación de su identidad.
- Conocer la experiencia subjetiva de los adolescentes con relación al rol que ellos consideran que ejercen las redes sociales en la formación de su identidad.

## **2. MÉTODO**

### **2.1 Tipo y diseño de investigación**

El presente estudio tuvo un enfoque cualitativo porque buscó la comprensión e interpretación de un fenómeno poco explorado desde la perspectiva de quienes lo vivieron; además, se enfocó en identificar patrones y diferencias en estas experiencias, junto con el significado que cada participante le otorgó (Hernández y Mendoza, 2023). También se exploró en profundidad aquellas conceptualizaciones que los adolescentes tenían sobre la formación de su identidad, de tal manera que permitió organizar los hallazgos obtenidos a lo largo de la investigación (Briones, 1996).

Este enfoque permitió comprender ciertos conocimientos de manera contextual, con un nivel de alcance exploratorio-descriptivo ya que se buscó describir las representaciones subjetivas que surgieron en un grupo humano sobre un fenómeno en particular que difícilmente había sido explorado (Ramos, 2020).

Se empleó un diseño fenomenológico para explorar la experiencia subjetiva de los adolescentes en la formación de su identidad, por lo que se tomaron en consideración sus puntos de vista y la descripción de sus vivencias comunes y distintas (Mieles et al., 2012). En ese sentido, este diseño permitió explorar en la conciencia de la persona, para entender la esencia de la misma, así como el modo de percibir la vida a través de las experiencias y sus significados (Bolio, 2012).

El paradigma utilizado fue el naturalista, puesto que se buscó hallar el conocimiento holístico del adolescente en su manera de sentir, ser y pensar en un tiempo y espacio determinado sin encontrarse expuesto a una situación artificial. Tal y como mencionó Guba (1983), este paradigma se sustenta en criterios de rigor como la credibilidad por el grado de identificación de la realidad con los resultados dados por el estudio al contrastar distintas fuentes de información; la transferibilidad, referida a las conclusiones que surgen de un contexto determinado y que pueden transmitirse a otro desde un análisis de las propias circunstancias; y, por último, la confirmabilidad, la cual permite analizar los resultados obtenidos más allá de las subjetividades.

## 2.2 Participantes

El conjunto de participantes fue conformado por un grupo de 12 adolescentes varones y mujeres entre los 15 y 17 años de Lima Metropolitana.

En cuanto a los requisitos que se solicitaron a este grupo de edad, fue necesario que poseyeran la nacionalidad peruana y cursaran estudios regulares en los últimos años de la educación escolar conocidos en el contexto nacional como cuarto y quinto de secundaria, ya sea en instituciones públicas o privadas. Estos criterios de inclusión se tomaron en consideración debido a que, según la literatura académica, la nacionalidad se considera uno de los factores fundamentales en la formación de la identidad debido a la diversidad cultural existente (Rodríguez, 2013; Kabato, 2020).

La mencionada franja de edad fue seleccionada mediante un criterio temporal. Al momento de realizarse la investigación, los participantes tenían edades comprendidas entre 15 y 17 años, pero al inicio de la pandemia tenían entre 11 y 13 años, una edad en la que comienza la adolescencia según la literatura (Gutgesell, 2004). Resulta pertinente centrar el estudio en participantes de este grupo etario porque ellos experimentaron la transición a esta etapa en medio del contexto de aislamiento social. Por ello, se estableció como criterio de exclusión la repitencia escolar, verificando los años de ingreso y egreso de la institución. Esto con el fin de asegurar una trayectoria académica regular y garantizar que todos los participantes pertenecieran estrictamente a la cohorte generacional que inició su adolescencia durante la pandemia.

Se seleccionaron participantes adolescentes con un desarrollo sensorial, cognitivo y físico acorde a su edad y funcionalidad cotidiana. Esta decisión se tomó con el objetivo de evitar posibles sesgos en los resultados de la investigación, ya que la presencia de alteraciones en las funciones motrices, de lenguaje o en la comunicación podría afectar la capacidad de adaptarse a las demandas del entorno social (Díaz, 2017).

Según el INEI (2024), en Lima Metropolitana se estima que el rango de adolescentes de 13 a 17 años representa aproximadamente el 8-10 % de la población en general.

El enfoque cualitativo no proporciona relevancia probabilística del tamaño de la muestra, puesto que no se pretende generalizar los resultados de los participantes, sino explorar la experiencia de los mismos. Por tal razón, para determinar el número total de participantes, se consideró el principio del poder de la información, el cual plantea que, a mayor información relevante presente en una muestra, será menor la cantidad de

participantes necesarios (Malterud et al., 2016). Para determinar este valor es necesario tomar en cuenta criterios como el objetivo del estudio, la perspectiva teórica, la experiencia de los investigadores, la especificidad de la muestra y la estrategia de análisis. Tomando en cuenta que esta investigación buscó responder objetivos específicos delimitados, partió de una teoría desarrollada como lo es la teoría de la identidad personal, se centró en un grupo etario y geográfico específico, y sobre todo porque buscó describir detalladamente la experiencia de cada participante a través de un diálogo profundo más allá de la guía de preguntas, es que se consideró a un total de 12 participantes como suficientes para lograr el poder de la información.

El tipo de muestreo fue no probabilístico, debido a que se eligió intencionalmente a los participantes que cumplían con ciertas características consideradas relevantes para los fines del estudio, en lugar de realizar una selección aleatoria (Pimienta, 2000). Con respecto al procedimiento, se reclutaron participantes a través del método bola de nieve, ya que los individuos seleccionados podían invitar a nuevos participantes de la misma edad con el objetivo de ampliar el tamaño de la muestra (Hernández y Carpio, 2019).

**Tabla 2.2.1**

*Datos personales de los participantes*

Pseudónimo	Edad	Sexo	Nivel Educativo	Antecedentes Psicológicos
SNVE	15	F	Estudiante	NO
DSOP	15	M	Estudiante	NO
LFCA	16	F	Estudiante	NO
LDC	16	F	Estudiante	NO
FS	16	M	Estudiante	NO
LYT	17	F	Estudiante	NO

MCN	16	M	Estudiante	NO
NC	16	F	Estudiante	NO
JLRM	15	M	Estudiante	NO
GP	15	F	Estudiante	NO
MP	15	F	Estudiante	NO
AC	15	F	Estudiante	NO

### 2.3 Técnicas de recolección de información

En la presente investigación, acorde con el modelo cualitativo, se empleó la entrevista semiestructurada en modalidad presencial con el fin de poder observar de manera natural a los entrevistados, lo que facilitó poder analizar con mayor profundidad lo que expresaban verbalmente, teniendo en consideración las dificultades que pudieran surgir en la oralidad. Asimismo, esta modalidad permitió captar elementos significativos que suelen pasar inadvertidos en la virtualidad (Schettini y Cortazzo, 2016).

La entrevista es una conversación con un propósito más allá del simple hecho de interactuar con el otro, es una forma de construir conocimiento. Mediante ella es posible comprender las experiencias, opiniones, sentimientos y la cosmovisión de los demás (Díaz et al., 2013; Kvale, 2011). Esta técnica permite entender la perspectiva del sujeto en primera persona sobre sus experiencias y los significados que les atribuye a estas. La entrevista difícilmente es una conversación suelta, dado que tiene cierta estructura guía para lograr su propósito específico, también permite conocer la experiencia subjetiva del sujeto acerca de un fenómeno vivenciado, a través de su propio lenguaje común y corriente; por lo tanto, no se busca la cuantificación. Sin embargo, aunque esta se centra en determinados temas y cuenta con una guía de preguntas estandarizadas, no tiene por qué limitarse a estas, la secuencia de temas escogidos puede alternarse y la forma en la que se formulan las preguntas también, su carácter flexible permite que se den respuestas fluidas y espontáneas (Álvarez-Gayou, 2003). Esto permitió guiar la conversación de

forma libre, con énfasis en los temas que los adolescentes consideraban valiosos e introducir preguntas adicionales para profundizar en nuevos temas que los mismos participantes iban mencionando. Esto fue útil para comprender mejor sus vivencias y los significados que construyeron alrededor de estas.

Kvale (1996) reconoce que para realizar una entrevista es necesario el haber construido una guía previamente, además de haber realizado un análisis teórico, tener un manejo claro de conceptos relacionados y una actitud reflexiva del conocimiento que se pretende obtener.

Tomando en cuenta lo revisado, se construyó una guía de preguntas que giró en torno a cinco temas específicos; se procuró que estas tuvieran relación directa con el tema de investigación y que fueran breves y abiertas para generar fluidez en la conversación (Álvarez-Gayou, 2003). En relación a los temas específicos, se tomaron en cuenta los tres componentes de la teoría de la construcción de la identidad de Sepúlveda (2020), es decir, la unidad de la identidad, la integración de la identidad y la integración con los otros. Esta decisión se debe a que, dentro de las diversas teorías revisadas en el marco teórico, se consideró la más cohesionada al integrar distintos aspectos en una menor cantidad de tópicos.

El primer tema de la guía es la unidad de la identidad, la cual implica reconocerse como únicos y diferentes al resto; las preguntas de este tema se orientaron a la independencia del entrevistado en cuanto a pensamiento, decisiones, valores e ideologías, así como a sentimientos de autenticidad y autoestima. El segundo tema es la integración de la identidad, la cual implica el reconocimiento del sujeto como una misma persona a través del tiempo. Asimismo, el tercer tema es la integración con los otros, es decir, la búsqueda de reconocimiento por los pares, pero también la expresión de la propia personalidad misma en presencia de los demás (Sepúlveda, 2020).

Por su parte, el cuarto tema de la guía es la búsqueda de un sentido de vida, componente de la identidad planteado por Bernal (2003), el cual implica la presencia de un propósito o proyecto de vida que deje un legado en la sociedad. Finalmente, el quinto tema es la importancia de las redes sociales en el proceso de desarrollo adolescente, la inclusión de este tema se justifica con las investigaciones de Lardies y Potes (2022) y Ochoa y Barragán (2022), quienes señalan que estas repercuten en el desarrollo de la identidad y en el uso de habilidades sociales de este grupo etario. Asimismo, un tema que se abordó de manera transversal dentro de las secciones anteriormente mencionadas fue cómo los adolescentes vivieron y significaron la pandemia y el aislamiento social en

relación con su desarrollo personal.

Por otra parte, previo al inicio de cada entrevista se entregó a los participantes una ficha de datos de filiación, para poder constatar que cada uno de ellos cumpliera con los criterios de inclusión de la investigación. Algunos de los datos que se pidieron fueron la nacionalidad, edad, antecedentes médicos/psicológicos, año de ingreso y egreso de su institución educativa, esto último para constatar la escolaridad y el criterio de exclusión de repitencia.

Kvale (1996) reconoce que se debe verificar que las preguntas formuladas realmente contesten al propósito de la investigación. Es decir, que se debe hacer una valoración de la credibilidad y dependencia (Plata et al., 2017). Es por ello que, se decidió consultar con 5 expertos en el proceso del desarrollo humano para que revisaran la guía de preguntas construida inicialmente. Los criterios que se tomaron en cuenta para la selección de juicio de expertos fueron: ser psicólogos licenciados y con maestría, contar con experiencia en intervención con adolescentes y, además, tener experiencia en docencia universitaria, esto último con el fin de que las preguntas de la guía fueran lo más claras posibles para el grupo etario objeto de estudio. Por último, en esta investigación se realizó una entrevista piloto con el objetivo de verificar la pertinencia de las preguntas, dado que contribuye a disminuir los posibles sesgos y errores en la recolección de los datos. Asimismo, permitió verificar si los participantes de la investigación comprendían de manera clara las preguntas con el fin de evaluar la congruencia del lenguaje de los adolescentes (Mayorga et al., 2020).

## **2.4 Procedimiento de recolección de información**

En primera instancia, se optó por preguntar a conocidos si contaban con el contacto de un adolescente que cumpliera con los criterios solicitados y que deseara participar en la investigación. Con este paso previo, se logró contactar al primer potencial participante; acto seguido, se inició el contacto respectivo con sus tutores legales a través de mensajes, donde se les explicó sobre la investigación y se les solicitó permiso para que su menor hijo participara en ella. Posteriormente, se les envió el consentimiento informado en el que se describía la investigación, los alcances y los derechos de los participantes. Luego, se coordinó un horario en la semana en el que hubiera disponibilidad para poder realizar la entrevista con el menor de edad.

En el día pactado para la entrevista, se le mostró y explicó al menor el asentimiento informado, donde se hizo énfasis en que la participación era voluntaria y que podía desistir de ella en cualquier momento. También, se mencionó que la entrevista tendría una duración de una hora y se solicitó su autorización para grabar el audio con fines de transcripción académica. Tras su aceptación y firma del asentimiento, se dio inicio a las preguntas de la guía de entrevista.

Durante la realización de cada entrevista se priorizó el cumplimiento de los principios éticos pertinentes al trabajo con menores de edad, como el respeto a la autonomía, la garantía de igualdad de condiciones y el beneficio de los participantes (Fernández, 2020). Para ello, se verificó que tanto el consentimiento de los tutores como el asentimiento de los adolescentes fueran informados, voluntarios y comprendidos plenamente. Antes de iniciar la conversación, se reiteró que podían retirarse en cualquier momento y que las preguntas no buscaban generar malestar. En coherencia con el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2018), se formularon preguntas respetuosas, no invasivas y acordes con su etapa evolutiva. Además, se mantuvo la confidencialidad de las grabaciones y transcripciones, y solo se utilizó la información con fines de investigación.

Para garantizar el rigor metodológico del estudio se consideraron dos criterios fundamentales en investigación cualitativa: la credibilidad y la dependencia. La credibilidad se refiere al grado en que los hallazgos representan de manera fiel las experiencias y significados expresados por los participantes (Castillo y Vásquez, 2003). En esta investigación se promovió mediante la escucha activa y la realización de preguntas de seguimiento cuando era necesario profundizar en los significados expresados por los participantes. Asimismo, las entrevistas fueron registradas y transcritas de manera literal, lo que permitió volver al material cuantas veces fuera necesario para revisar cuidadosamente lo expresado por los adolescentes en su propio lenguaje. Por su parte, la dependencia alude a la coherencia del proceso de análisis, de modo que dos investigadores que recolectan datos similares en el campo, obtienen resultados equivalentes (Rojas y Osorio, 2017). Para lograr esto, los investigadores contrastaron sus análisis, revisando coincidencias y discrepancias, lo que fortaleció la consistencia en la interpretación del fenómeno.

## 2.5 Estrategia de análisis de información

Para el análisis de la información obtenida en las entrevistas se empleó el Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI). La perspectiva fenomenológica plantea que existen múltiples realidades producto de la interacción del ser humano con su entorno, cultura y lenguaje. Estas realidades o maneras de ver el mundo merecen ser estudiadas con procedimientos particulares, en sus contextos naturales y con la perspectiva en primera persona de quien la vive (Duque y Aristizábal, 2019). En esta línea, Smith et al. (2009, como se citó en Duque y Aristizábal, 2019) señalan que el objetivo del AFI es comprender cómo las personas le otorgan significado a sus experiencias; el valor experiencial de los acontecimientos poco frecuentes por los que un ser humano puede pasar requiere de un análisis fenomenológico para poder ser abordado y entendido en su complejidad.

Esta investigación buscó describir cómo los adolescentes de Lima Metropolitana vivieron y significaron su proceso de formación de identidad en un contexto de aislamiento social, en el que las redes sociales tuvieron un papel relevante. Dado que estas vivencias deben comprenderse en su propio contexto, se empleó el AFI por su capacidad para explorar en profundidad el significado que los adolescentes atribuyen a esta experiencia.

Los procedimientos metodológicos del AFI constan de 4 pasos.

1. Se realizó una lectura y relectura de las entrevistas transcritas para registrar comentarios iniciales, anotaciones de aspectos relevantes, primeras interpretaciones y frases con contenido emocional significativo.
2. Se identificaron los temas emergentes, los cuales sintetizaron los comentarios iniciales y los agruparon en un lenguaje técnico que vinculó las expresiones de los participantes con la teoría psicológica de base.
3. Se efectuó el agrupamiento de temas, estableciendo relaciones entre ellos según sus similitudes conceptuales y asignando una etiqueta o tema principal que los englobara.
4. Por último, se elaboró una tabla de temas que presentó de forma ordenada los temas principales, subtemas y comentarios iniciales, asociados a pseudónimos en código de letras, que facilitó la revisión del texto en su contexto original. A partir de esta estructura, se redactaron los resultados en formato narrativo, ilustrados con extractos de las entrevistas e

identificados por dichos códigos. Posteriormente, se realizaron comentarios analíticos y se discutió la relación entre los temas identificados y la literatura existente. Este procedimiento se aplicó a cada entrevista transcrita (Smith y Osborn, 2008; Smith y Shinebourne, 2012; citados en Duque y Aristizábal, 2019).

Finalmente, el análisis de los resultados siguió un tipo de razonamiento inductivo, dado que en la presente investigación se buscó evitar suposiciones preexistentes sobre el proceso de formación de la identidad en adolescentes, lo cual permitió descubrir patrones y temas emergentes directamente de los datos. Además, el objetivo principal del tipo de razonamiento elegido fue explorar y comprender la diversidad de las experiencias de este grupo etario (Abreu, 2014).

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este capítulo, se presentan los resultados del análisis de las experiencias de los adolescentes en el aislamiento social provenientes de las entrevistas realizadas. A partir de este análisis, se identificaron once temas principales; dentro de cada uno de ellos se describen los subtemas emergentes, fundamentados en las respuestas obtenidas de cada participante.

**Tabla 3.1**

*Temas principales y subtemas del análisis de entrevistas a adolescentes*

N°	Temas principales	Subtemas
1	Influencia de los demás sobre la parte expresiva de la identidad	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Autoconcepto basado a la opinión de los demás</li><li>2. Reconocimiento de valores positivos por parte de los demás</li><li>3. Bienestar de los demás influencia su propio bienestar</li><li>4. Dejar de lado las propias necesidades para complacer a los demás</li><li>5. Temor al rechazo social, abandono o a incomodar</li><li>6. Para relacionarse con los demás es necesario caerles bien</li><li>7. Miedo a ser juzgado por expresarse libremente</li><li>8. Actitud defensiva ante la crítica social</li><li>9. Represión de características propias por rechazo social</li><li>10. autoconcepto basado en logros sociales</li><li>11. Comparación social como motor de autoestima y desarrollo</li><li>12. Sentimiento de insuficiencia hacia la falta de reconocimiento social percibido</li></ol>

2	Importancia de los valores prosociales en la vida personal	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poner a los demás por sobre uno mismo. (Valor propio basado en principios, extrínseco)</li> <li>2. Solidaridad y justicia como pilar de vida</li> <li>3. Autoconcepto positivo basado en el cuidado del prójimo</li> <li>4. Autoconcepto positivo basado en su capacidad empática</li> <li>5. Valores prosociales como principio de vida</li> </ol>
3	Unicidad de la identidad: Reconocerse como un ser individual con valor intrínseco	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocimiento de habilidades como valor intrínseco</li> <li>2. Autoestima, reconocimiento de su valor intrínseco</li> <li>3. Cada quién es único e individual</li> <li>4. Desconfianza de las propias habilidades</li> <li>5. Reconocimiento de características negativas como propias. aceptación de sí mismo</li> <li>6. Autoconcepto basado en actividades recreativas</li> </ol>
4	Aceptación de características particulares propias	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aceptación de características particulares</li> <li>2. autopercepción de madurez relacionado a deseos de superación</li> <li>3. Posible crisis de identidad debido a la experimentación de diversos roles</li> <li>4. Inseguridad relacionada a características propias</li> </ol>
5	Influencia de las figuras parentales	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificación con valores de los padres</li> <li>2. Identificación con el carácter paternal</li> </ol>
6	Existencialismo, propósitos de vida y proyección al futuro	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Satisfacción por dejar un legado o marca en los demás</li> <li>2. La familia como proyección a futuro</li> <li>3. Propósito de vida: vivir libremente haciendo lo que se desea y necesidad de libertad y autonomía</li> <li>4. Dejar un buen recuerdo e imagen en los demás</li> </ol>

- |   |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7 | Relación con los pares e importancia de las relaciones sociales                        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Disfrute al interactuar con los demás</li> <li>2. Impacto emocional por el distanciamiento de pares</li> <li>3. Menor necesidad de validación de los pares en pandemia</li> <li>4. Falta de interés por o temor a relacionarse afectivamente</li> <li>5. Deseo de independencia social y diferenciación</li> <li>6. Sensación de retraso social en comparación a generaciones posteriores</li> <li>7. Importancia de conectar con pares que piensen de manera similar</li> <li>8. Dificultad para lograr comunicación asertiva</li> <li>9. Dificultad de comunicación con los pares</li> <li>10. Importancia de la apariencia física para entablar relaciones sociales</li> </ol> |
| 8 | Autonomía y flexibilidad del pensamiento                                               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pensamiento crítico y autonomía, intereses por comprender</li> <li>2. Confianza para expresar disconformidad</li> <li>3. Autonomía para tomar decisiones</li> <li>4. Conciencia sobre las consecuencias de sus decisiones</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 9 | Integración de las experiencias pasadas y sentido de consistencia a través del tiempo. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocimiento de experiencias significativas en la infancia</li> <li>2. Conciencia de su pasado en el presente</li> <li>3. Mantenimiento de los sueños y anhelos de la niñez</li> <li>4. Perseverancia en los ideales y valores del pasado</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

- |    |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10 | Consecuencias de la pandemia y el aislamiento social en la manera de relacionarse y en el autoconcepto                         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La pandemia retrasó o postergó la búsqueda de aprobación social</li> <li>2. Hay que llevarse bien con los demás para recuperar el tiempo perdido</li> <li>3. Durante la pandemia eran escasos los juicios de valor negativos</li> <li>4. Las redes de apoyo previas a la pandemia fueron un factor protector contra la soledad</li> <li>5. El aislamiento social redujo barreras sociales para relacionarse</li> <li>6. La pandemia como evento significativo</li> <li>7. El aislamiento permitió el autodescubrimiento sin temor a la crítica</li> <li>8. El aislamiento permitió escoger mejor a las amistades</li> <li>9. El aislamiento ayudó a consolidar autoestima y seguridad emocional</li> <li>10. Pandemia conllevó a dejar de realizar las actividades recurrentes que solía hacer</li> <li>11. Dificultades para relacionarse presencialmente</li> <li>12. El aislamiento social permitió explorar distintos roles de identidad</li> </ol>                                               |
| 11 | Beneficios y dificultades que trajeron las redes sociales al ser el único medio de comunicación social durante el aislamiento. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las redes sociales fueron un espacio de expresión que permitió el desarrollo social durante el aislamiento</li> <li>2. Redes sociales como factor protector contra la soledad</li> <li>3. Redes sociales como espacio culturizador y fuente de expresión social</li> <li>4. Las redes sociales facilitaron la apertura a relacionarse con los demás</li> <li>5. Existe temor a ser malinterpretado en redes</li> <li>6. Redes sociales como factor protector ante problemas de salud mental severos</li> <li>7. Redes sociales afectan la comunicación presencial</li> <li>8. Las redes nos conectan con personas que piensan igual que nosotros</li> <li>9. Redes sociales permitieron conectar con otros puntos de vista y adoptar nuevos roles con seguridad</li> <li>10. Redes sociales, espacio genera libertad de expresión y aumenta autoestima</li> <li>11. Redes sociales permitió conectar y generar vínculos más sanos</li> <li>12. Redes sociales espacio de superficialidades</li> </ol> |

El análisis de la información se realizó siguiendo la lógica inductiva fenomenológica, complementada con las estrategias operativas de gestión de datos descritas por Urbano (2016). Para la presente investigación se sistematizó el procedimiento en cinco etapas específicas. En primer lugar, se transcribieron los datos con el objetivo de familiarizarse con el contenido recopilado, buscando significados y patrones subyacentes. En segundo lugar, se generaron códigos iniciales basados en características similares, interesantes y significativas en relación con el estudio. Durante esta fase, se optó por codificar la mayor cantidad posible de patrones, abarcando temas diversos. La elección del número de categorías y subcategorías dependerá de la complejidad del esquema analítico, para plantear estas categorías se sugiere trabajar en orden y clasificarlas para identificarlas entre sí (Urbano, 2016).

En tercer lugar, se procedió a agrupar los códigos en posibles temas, clasificando los más relevantes en relación con los temas identificados. La cuarta etapa consistió en verificar que los temas funcionaran adecuadamente en relación con los extractos que habían sido codificados. Luego, se llevó a cabo un análisis adicional para pulir los temas, generando definiciones específicas para cada uno de ellos.

Finalmente, en la quinta etapa, se procedió a seleccionar experiencias similares provenientes de los testimonios, asegurándose de que se integraran de manera coherente y clara a la pregunta de investigación. En este nivel, los investigadores debían indagar y analizar los datos de forma coherente, para alcanzar el resultado deseado. Para esta última fase, fue necesario revisar información bibliográfica relacionada con el tema y realizar la interpretación teórica de las transcripciones (Urbano, 2016).

### **3.1 Influencia de los demás sobre la parte expresiva de la identidad**

Branje (2022) destaca que un adecuado clima familiar donde exista apoyo y confianza se relaciona con la adecuada consolidación de la identidad, mientras que un entorno de conflictos familiares se vincula a un menor nivel de compromiso con la acción. Esto implica que la forma en que una persona se muestra ya sea a través de la apariencia, el comportamiento, o la comunicación, puede ser moldeada o influenciada por las expectativas sociales, las normas culturales, las opiniones de los demás y las interacciones en su entorno. La expresión de la identidad no es simplemente un acto individual, sino que está relacionada a influencias externas que pueden dar forma a cómo una persona elige ser y es percibida por el entorno.

### **3.1.1 Autoconcepto basado en la opinión de los demás**

El autoconcepto basado en la opinión de los demás se refiere a cómo la valoración externa puede moldear la autoimagen de una persona (Tajfel et al., 1979, como se citó en Alcover, 2020; Lardies y Potes, 2022; Branje 2022). Lo cual se ve reflejado en lo descrito por una de las participantes donde menciona: *“A veces me encontraba tratando de cambiar mis pensamientos o comportamientos para agradar a los demás”* (LCA, 16 años). Esto se refiere a que, los adolescentes tienden a formar la manera en cómo se perciben a sí mismos basándose en comentarios externos que pudieron recibir en algún momento. Debido a que son seres altamente sociales y la percepción del entorno podría impactar en la forma en cómo se ven ellos mismos. Otro participante comenta: *“Creo que la percepción que tienen los demás sobre mí demuestran lo que demuestro que soy. Si solo una persona dice que no le caigo no importa, pero si varias lo dicen deben ser por algo”* (FS, 16 años), lo mencionado ilustra que parte de la identidad de los adolescentes se va construyendo basándose en la opinión del entorno cercano.

### **3.1.2 Reconocimiento de valores positivos por parte de los demás**

El reconocimiento de valores positivos por parte de los demás juega un papel importante en la formación de la autoimagen porque, en su mayoría, las personas necesitan de validación social y pertenencia, aún más siendo adolescentes (Gaete, 2015; Lardies y Potes, 2022; Hards et al., 2024). Este punto hace referencia a la aceptación de características propias que son valoradas positivamente por el entorno. *“(¿Cómo te definirías?) También me han dicho que soy bien alegre”* (LP, 16 años). En esta oración, el participante está definiendo su autoconcepto basándose en las cosas positivas que opinan de él, en vez de decir “me considero alegre” responde que “es alegre porque los demás lo consideran así”. Otro participante comenta: *“Siempre he sido muy educada, muy aplicada en los estudios, nunca me gusta tener una mala nota”* (GP, 15 años). Aquí vemos que las principales características que resalta de su persona son las que a juicio de la comunidad son positivas, antes de mencionar características que le gusten de sí mismo. De esta forma, vemos como los juicios de valor positivos influyen el foco o centro desde donde explicamos nuestro autoconcepto.

### **3.1.3 El bienestar de los demás, influencia el propio bienestar**

El bienestar de los demás puede tener un impacto en el bienestar personal, ya que las relaciones y conexiones emocionales pueden afectar la propia felicidad y satisfacción. *“No me gusta ver a nadie triste o pasando por momentos difíciles, siempre pongo a los demás antes que a mí, siento que me afecta mucho”* (LP, 16 años). Aquí podemos ver la preocupación e interés del participante por generar bienestar en el otro. De alguna forma, esto compromete su propio bienestar. Los adolescentes constantemente estarán en la búsqueda del equilibrio personal, es por ello que buscarán formas de sentirse bien consigo mismos. Sentir que los demás a su alrededor están experimentando bienestar crea un entorno social positivo que contribuye al propio sentido de pertenencia y satisfacción, por ello una participante refiere: *“soy una persona sensible, que me importa cómo se sienten los demás”* (AC, 15 años). Esto se refleja en la literatura, donde se encontró que cuando una persona experimenta emociones positivas, su bienestar puede influir en quienes la rodean e impactar en las sensaciones percibidas en el entorno (Lambert et al., 2020).

### **3.1.4 Dejar de lado las propias necesidades para complacer a los demás**

Uno de los participantes refiere: *“La relación conmigo misma es mala, siempre permito muchas cosas y la que sale lastimada soy yo”* (AC, 15 años). Implica sacrificar el autocuidado en favor de las expectativas y deseos de los demás, lo que puede ser perjudicial para la salud emocional y el equilibrio personal. Neff (2021) señala que el hecho de priorizar de manera regular las necesidades del entorno sobre las propias puede generar, con el tiempo, una pérdida de conexión con la identidad e incluso un agotamiento de los recursos emocionales. Esto podría deberse a una fuerte necesidad de aprobación externa, donde la falta de autocuidado impacta y dificulta el desarrollo de una relación positiva con el propio autoconcepto.

Esto se refuerza en la siguiente cita: *“Tengo diferentes cualidades, y siempre trato de ayudar a las personas, así no tenga las herramientas para hacerlo. Siempre trato de ayudar a la gente en sus exámenes”* (JLRM, 15 años). Cuando la conducta de satisfacer el bienestar de los otros antes que la propia se convierte en una conducta continua hay una predisposición a sentir una falta de satisfacción personal, así como la posible dificultad para establecer límites saludables en las relaciones (Neff, 2021).

### **3.1.5 Temor al rechazo social, al abandono o a incomodar**

Se traduce en ansiedad y preocupación por ser rechazado, quedarse solo o causar molestias, lo que a veces lleva a evitar situaciones sociales o a complacer excesivamente a otros, esto se refleja en lo expuesto por los participantes: *“Hablar con gente nueva me ponía nerviosa, y prefería quedarme en mi zona de confort”* (LCA, 16 años), *“En el colegio soy chistoso, pero en el británico no tengo esa confianza. No sé si mis acciones van a chocar ahí o algo. Trato de no hacerlo. No quisiera ofender a nadie, me deja mal a mí. Prefiero agarrar más confianza primero”* (JLRM, 15 años). Podemos ver en nuestros participantes una excesiva preocupación por dar una buena impresión y no ser juzgados negativamente, de esta manera se evidencia la influencia que tienen los pares en la manera en que estos adolescentes se expresan. Según Price et al. (2024), cuando los adolescentes poseen una identidad poco consolidada, se encuentran más predispuestos a experimentar altos niveles de ansiedad social y dificultades para establecer vínculos significativos. En cambio, cuando existe una identidad sólida, tienden a actuar con autenticidad, seleccionar sus relaciones y expresarse sin depender excesivamente de la aprobación de los demás.

### **3.1.6 Para relacionarse con los demás es necesario caerles bien**

Durante la adolescencia, existe la necesidad de caer bien a los demás para establecer relaciones (Gaete, 2015; Lardies y Potes, 2022; Hards et al., 2024). Se manifiesta como resultado de la búsqueda activa de aceptación social: *“No me puedo relacionar con ellos porque puedo caerles mal”* (LP, 16 años) y la construcción de la identidad personal: *“Soy reconocido por mis notas, el deporte y por invitar comida. Siento que es una forma de mostrar aprecio y mi intención es caerles bien, generar buena vibra y que sientan que estoy por si me necesitan”* (FS, 16 años). Tal y como se menciona, esta etapa es caracterizada por una visible sensibilidad a la opinión de los demás, así como la presión del grupo dado que los adolescentes se encuentran en la búsqueda del sentido de pertenencia buscando ser aceptados por sus pares, lo que implica realizar acciones para fortalecer la aceptación social.

### **3.1.7 Miedo a ser juzgado por expresarse libremente**

El temor a ser juzgado por ser auténtico, y una actitud defensiva frente a las

críticas sociales, revelan una preocupación excesiva por la opinión de los demás, lo que puede restringir la expresión personal y generar respuestas defensivas ante juicios negativos: *“Ha habido veces en que no he dicho algo que quisiera decir por el hecho de pensar que de repente los fastidio”* (LP, 16 años). Los factores que pueden intervenir son el juicio social, la búsqueda activa de la identidad, la presión del grupo, las inseguridades personales, entre otros. Por ejemplo, una de las participantes comentaba que el hecho de expresarse libremente estaba acompañado de una serie de emociones negativas, por lo que optaba por evitarlo *“Me afectaba profundamente y me hacía sentir insegura y culpable”* (LCA, 16 años). Esto puede significar una limitación, algo que impide que los adolescentes puedan ser ellos mismos debido a experiencias pasadas que no han sido del todo favorables para fortalecer su valía personal; en tal sentido algunos estudios demuestran que *“tener una autoestima auténtica”* sirve como un amortiguador frente al impacto negativo del juicio social, reduciendo la ansiedad social y promoviendo mayor seguridad (Boulton y Macaulay, 2023).

### **3.1.8 Actitud defensiva ante la crítica social**

Una actitud defensiva ante la crítica social se refiere a la tendencia de una persona a reaccionar de manera protectora o justificativa cuando es objeto de evaluaciones o comentarios negativos por parte de otros, en lugar de considerar la crítica de manera abierta y constructiva: *“Considero que me enojo fácil y me tomo las cosas muy personales”* (LDC, 16 años). Algunos de los participantes mencionaron estar siempre a la defensiva, como el caso de LDC, mencionando pensar que los demás suelen estar en su contra cuando expresa su punto de vista: *“Me anularon al momento de poder expresar mis sentimientos y emociones”* (DSOP, 15 años). Otros casos, como el de DSOP, también mencionan sentirse invalidados o incomprensidos cuando se expresan, tomando las respuestas como agresiones. Durante este periodo, los adolescentes están formando su identidad por lo que hay una tendencia a volverse más vulnerables a la crítica y más propensos a defenderse para salvaguardar el autoconcepto que están construyendo (James et al., 2023).

### **3.1.9 Represión de características propias por rechazo social**

La represión de características personales debido al temor al rechazo social implica ocultar o modificar aspectos de uno mismo para encajar o ser aceptado por los demás. Esto puede deberse a que durante este periodo la evaluación de los otros se

convierte en una de las prioridades de los adolescentes para definirse como seres valiosos y únicos. *“No me gusta expresarme o dar mi opinión porque siento que me van a tomar raro”* (DSOP, 15 años). También, tienden a anticiparse al rechazo debido a experiencias previas, donde han sido juzgados por mostrarse tal cual son, y viven con un constante miedo de mostrarse *“Siento que me van a juzgar por cómo soy”* (DSOP, 15 años). De igual modo, los adolescentes estarán alertas de buscar agradar a su entorno por lo que la superficialidad es una de las opciones para escapar de esa realidad *“No me siento cómodo si una persona piensa algo negativo”* (DSOP, 15 años). Los participantes comentan que, si bien no tuvieron tanto temor al rechazo social durante la pandemia, este reapareció con la vuelta a la presencialidad: *“Dejé los gustos que tenía, porque ya estaba acá, dejé de ver anime porque me juzgaban”* (LYT, 17 años). Según Zheng et al. (2025), experiencias negativas de nivel emocional durante la infancia podrían predisponer a que los adolescentes repriman sus características personales mediante la evitación social. Este mecanismo defensivo está mediado por una baja autoestima y una elevada sensibilidad al rechazo, lo que refuerza la tendencia a modificar o ocultar rasgos auténticos para evitar nuevas heridas emocionales.

### **3.1.10 Autoconcepto basado en logros sociales**

Durante esta etapa de desarrollo, los jóvenes tienden a evaluar su valía personal en función de su desempeño en ámbitos sociales, académicos o deportivos. Las interacciones con sus pares, la obtención de reconocimiento por parte de figuras de autoridad y el logro de metas específicas influyen en la percepción que tienen de sí mismos (Tajfel et al., 1979, como se citó en Alcover, 2020). *“Como dije soy una persona colorida. Me gustan muchas cosas, todo terreno, la música, pero también los deportes, voy al estadio con mi papá a ver el fútbol. Tengo amigos aquí con los que voy a reus, pero también tengo amigos de lejos que conozco de la Pre Agraria y los invito a mi casa”* (LYT, 17 años). En ese sentido, la sociedad, a menudo, refuerza la valoración basada en el éxito, lo que lleva a los adolescentes a internalizar la idea de que su valía está intrínsecamente vinculada a sus logros sociales (Lardies y Potes, 2022; Branje 2022). *“Creo que soy estudioso y tengo varias habilidades, como las deportivas, y solucionar las cosas rápido a pesar de los riesgos. Soy una persona bastante sociable, eso valoro”* (JLRM, 15 años).

### **3.1.11 Comparación social como motor de autoestima y desarrollo**

Implica que las personas evalúan su valía personal y progreso midiendo sus logros y características en relación con los demás, lo que puede ser una fuente de motivación, pero también conducir a la autoevaluación negativa y a la competencia poco saludable. *“Me rindo fácil, si algo no me sale a la primera lo dejo. Me pasó con la guitarra o con un montón de deportes. Dejé el fútbol porque muchas chicas eran mejores que yo”* (LYT, 17 años). Podemos ver en este caso que la autoestima del participante está directamente relacionada con la comparativa social, al punto de dejar las cosas que le gustaban si sentía que no destacaba en ello. *“O, por ejemplo, cuando me siento más que alguien, siento que se me hace más fácil relacionarme o entrar en confianza. Por las habilidades sociales, académicas”* (MCN, 16 años). En este otro caso, podemos ver que MCN siente que tiene más facilidad para ser el mismo cuando se compara con alguien que juzga como inferior a él. En ambos casos, podemos ver cómo la comparación social no solo afecta la autoestima, sino que también influencia las posibilidades de desarrollarse y expresarse libremente de los adolescentes. Para ello, las redes sociales es una de las principales fuentes que refuerza esta idea de comparación social dado que los adolescentes evalúan su valía personal comparando con los demás, lo que contribuye a la autoevaluación negativa y la competencia (Taylor y Armes, 2024).

### **3.1.12 Sentimiento de insuficiencia hacia la falta de reconocimiento social percibido**

En la adolescencia es importante recibir validación del entorno, es decir, que puedan ser reconocidos como seres especiales, únicos, entre otros; estos comentarios fortalecen la valía de estos, haciéndolos sentir suficientes. El sentimiento de insuficiencia hacia la falta de reconocimiento social percibido se relaciona con la sensación de no ser valorado o apreciado por los demás, lo que puede conducir a una disminución de la autoestima y a una búsqueda constante de aprobación externa para compensar esa percepción de falta de reconocimiento (Taylor y Armes, 2024). *“Siento que, si no reconocen mi esfuerzo, es porque realmente no me he esforzado lo suficiente”* (FS, 16 años). Los adolescentes buscan sentirse valiosos con el fin de poder reforzar su identidad personal, en el caso de FS, vemos como se autoexige en búsqueda de reconocimiento. *“considero que tengo un buen gusto musical, pero si alguien tiene uno mejor que yo, entonces no lo digo ”* (LYT, 17 años), en el caso de este otro participante, podemos ver como su autoconcepto, y la aceptación de sus características propias depende mucho en comparación a los pares, como LYT percibe que sus cualidades pueden encontrarse en otras personas, no se siente única o reconocida, y ello le genera malestar.

### **3.2. Importancia de los valores prosociales en la vida personal**

La importancia de los valores prosociales en la vida personal radica en su capacidad para nutrir conexiones significativas y fomentar relaciones saludables. Estos valores, que incluyen la empatía, la generosidad, la cooperación y la solidaridad, no solo contribuyen al bienestar emocional del individuo, sino que también fortalecen los lazos sociales y comunitarios. La práctica de valores prosociales promueve un sentido de responsabilidad hacia los demás y la sociedad en general, cultivando un entorno en el que la colaboración y el apoyo mutuo son fundamentales. En el nivel personal, los adolescentes buscan adoptar valores prosociales para impulsar el crecimiento emocional y la satisfacción al contribuir positivamente al bienestar de los demás. Estos valores como la empatía, la cooperación, solidaridad y la generosidad no solo generan conexiones significativas, sino que se asocia con un mayor optimismo frente a la vida en los adolescentes (Oberle et al., 2023).

#### **3.2.1 Solidaridad y justicia como pilar de vida**

La solidaridad implica el cuidado, procurar el bienestar del prójimo, la justicia, promover la equidad y la igualdad. Este apartado recolecta los comentarios dichos por los participantes, que prácticamente en su totalidad mencionaron guiarse por ambos valores como sus principios de vida. “*Mi sentido de justicia, que todos obtengan lo que merecen*” (LDC, 16 años), por ejemplo, en este caso, LDC menciona algo que la caracteriza o la vuelve especial es su sentido de justicia. Durante su entrevista se pudo inferir que había sentido la falta de justicia en su vida, pues comentó que había sido víctima de *bullying* en su infancia y que actualmente siente que no puede expresarse libremente en su colegio. Por su parte (NC, 16 años) comenta lo siguiente: “*Ayudar a las personas, entenderlas, esos son mis valores*” . En este otro caso, también vemos la importancia que el participante le da a la solidaridad, pero dándole un sentido diferente; en su entrevista comentó sentirse incomprendida por los demás. Tras revisar ambos ejemplos, sumado a tantos otros, podemos ver que para los adolescentes del estudio es bastante importante ser empáticos con los demás, lo cual podría estar relacionado a las situaciones difíciles vividas por cada uno, las cuales podrían relacionarse al contexto pandémico en el que se desarrollaron. En ese sentido, Oberle et al. (2023), refieren que el comportamiento prosocial se relaciona con una mejor salud emocional.

### **3.2.2 Autoconcepto positivo basado en el cuidado del prójimo**

Este apartado hace referencia a la autopercepción positiva que los participantes tienen de sí mismos en cuanto son útiles para los demás. *“Quiero que me recuerden por ser una persona feliz y generosa. Que estuvo para los demás”* (FS, 16 años). Tal cual, menciona este participante, es importante para él brindar apoyo al prójimo, con el fin de crecer como persona a través de su capacidad empática. *“Una persona solidaria, que busca ayudar y hablarle a la gente. Me cuentan sus problemas, y aunque no pueda ayudar soy mi opinión sobre ellos”* (LP, 16 años). De ese modo, podemos ver que la formación del autoconcepto positivo en estos adolescentes está asociada con el cuidado del otro, que a su vez cumple el rol de propósito. Según Chui et al. (2025), estos comportamientos prosociales como cooperar, donar y ayudar están fuertemente relacionados con una identidad sólida y orientada a una visión positiva del futuro.

### **3.2.3 Autoconcepto positivo basado en su capacidad empática**

De la misma manera que el apartado anterior, este apartado hace referencia a la autopercepción positiva que los participantes tienen de sí mismos en cuanto son capaces de comprender las emociones y sentimientos de los demás. La capacidad empática de los adolescentes contribuye significativamente a la formación de un autoconcepto positivo al alinearse con valores éticos y morales que consideran valiosos. *“Entendí que cada persona tiene sus propios tiempos y sus propias luchas, y que ser amable y empática puede hacer una gran diferencia en la vida de alguien”* (LCA, 16 años). Como los adolescentes participantes de este estudio buscan fortalecer sus relaciones interpersonales, y esto se logra a través de la empatía, dado que este es fundamental para construir relaciones saludables, *“también soy bastante empático, no juzgo primero, sino que le pongo en su posición”* *“creo que la sinceridad y mi empatía es lo que me hace diferente a los demás,”* (MCN, 16 años), además porque experimentan un incremento en la satisfacción frente a sus amistades, lo que contribuye al sentido positivo. *“Para mí, la capacidad de escuchar y ser empático es realmente importante, y a veces, puedo sentir que las cosas me afectan profundamente”* (LCA, 16 años). Por su parte Sánchez y García (2020) concluyen que el desarrollo de competencias emocionales, como la empatía, la expresión y regulación emocional facilitan un adecuado desarrollo de la identidad personal, puesto que lo vuelve sensible consigo mismo y con la sociedad, esto se relaciona directamente con la interacción con otros y la percepción social.

### **3.2.4 Valores prosociales como principio de vida**

Se refiere a la adhesión a principios que promueven el bienestar y la ayuda a los demás como un enfoque fundamental en la toma de decisiones y el comportamiento personal. Cuando se les preguntó directamente a los participantes sobre los principios o valores que guían sus vidas, en su mayoría estos respondieron que eran la empatía, el respeto y la honestidad: *“También siento que soy respetuoso, me gusta que me traten como trato a los demás. A mí también me gustaría que le escuchen cuando digo algo”* (FS, 16 años). En este caso, los adolescentes se vuelven más conscientes de los desafíos y problemas que puede presentar la sociedad, por ello la adopción de valores prosociales pueden ser una manifestación clave para el sentido de responsabilidad, lo cual se ve reflejado en el siguiente comentario donde se expone un deseo por actuar con justicia para una sociedad mejor (Chui et al., 2025), *“Empatía, ser amable... uno merece ser tratado con respeto a pesar de todo. Así como no discriminar tampoco”* (LYT, 17 años).

### **3.3 Unicidad de la identidad: Reconocerse como un ser individual con valor intrínseco**

Durante esta etapa, los adolescentes experimentan la formación del desarrollo de la identidad, donde buscan entender quiénes son y cómo se diferencian de los demás. Este proceso involucra la exploración de sus propias emociones, valores, metas e intereses. Cuando se reconocen como individuos valiosos, tienen mayores herramientas para construir una autoimagen positiva y desarrollar una autoestima saludable. Este apartado recolecta las respuestas de los participantes que están ligadas a su autoconcepto, autoestima y a la percepción que tienen de sus habilidades. De acuerdo con Castellanos et al. (2024) refieren que la autoestima se construye a través de la interacción biopsicosocial con el entorno, esto puede darse en contextos familiares, relaciones sociales y creencias de su propia cultura.

#### **3.3.1 Reconocimiento de habilidades como valor intrínseco**

En este periodo los adolescentes se encuentran en un proceso de descubrimiento de sus propias habilidades, éstas pueden ser artísticas, académicas, deportivas, entre otras. *“He sido bastante deportista, creo que eso es algo que valoro de mí”* (LP, 16 años). Por ejemplo, en este caso, LP se define a sí misma como deportista, es parte de su autoconcepto, pero también reconoce que es algo que la caracteriza y, por lo tanto, que

la hace especial. De esta forma, su autoestima se basa en el reconocimiento de su capacidad. Otra participante también comenta *“La creatividad es algo que siempre se ha mantenido en mí”* (NC, 16 años). NC mencionaba sentir que su valor no era reconocido como debería; sin embargo, ella reconocía su propio valor y tenía un autoconcepto positivo basado en sus habilidades. Castellanos et al. (2024) coinciden en que la autoestima de los adolescentes se construye mediante la interacción condicionada por logros personales y el reconocimiento de sus fortalezas, lo cual les permite consolidar un autoconcepto positivo y fortalecido: *“Soy bondadosa y no soy una persona mentirosa”* (SNVE, 15 años).

### **3.3.2 Autoestima, reconocimiento de su valor intrínseco**

La autoestima implica el reconocimiento del valor intrínseco por parte del mismo individuo, ya que cada persona es única y singular en sus habilidades y características. En este apartado están los comentarios hechos por los participantes sobre su autoestima, cómo se perciben y qué tanto se aprecian a sí mismos. En general, los participantes de este estudio presentaron una autoestima sólida, reconociéndose a sí mismos como seres valiosos, a pesar de las inseguridades propias de la edad *“Pero igual me considero muy feliz por cómo soy, y creo que me gusta cómo soy”* (FS, 16 años) *“Lo que más me gusta es mi forma de ser”* (LP, 16 años). Resulta interesante relacionar esto con las redes de apoyo percibidas durante su ingreso a la adolescencia y, por consiguiente, también durante el aislamiento social. Los adolescentes rodeados de una crianza positiva con validación tienden a tener un autoconcepto positivo lo que les permite desarrollarse de manera más favorable frente a cualquier situación que se genere en el entorno (Castellanos et al., 2024). *“Ya no me importa mucho la opinión del resto, y ya no soy tan exigente conmigo misma”* (LDC, 16 años). De igual forma, los adolescentes con una autoestima positiva suelen tener un autoconcepto positivo de sí mismos, tal cual menciona una de las participantes *“yo soy graciosa, divertida, no puedo decir que soy extrovertida, pero soy una persona alegre”* (SNVE, 15 años). Así como resaltar aspectos en los cuales son buenos *“En alemán soy la mejor”* (SNVE, 15 años).

### **3.3.3 Cada quién es único e individual**

Como parte del proceso de formación de la identidad, así como del desarrollo emocional y cognitivo, las interacciones sociales también contribuyen a la percepción de que cada ser es único e irrepetible. Este apartado se relaciona a la percepción que tienen

los adolescentes sobre su individualidad y, por lo tanto, lo que los hace únicos: *“El asunto es que todos somos diferentes, tenemos nuestras propias opiniones, experiencias y perspectivas de la vida”* (LCA, 16 años). En general, los participantes mencionan que consideran que lo que los hace únicos es su forma de pensar y manera de actuar: *“Me considero perseverante, pero siento que mi empatía es lo que me hace especial, no es igual a la empatía que tienes tú o alguien más. Siento que lo llevó un poco más allá”* (JLRM, 15 años). Sin embargo, como hemos visto en apartados anteriores, esto se contrapone con la comparativa social (Taylor y Armes, 2024). *“Lo que me hace única es mi personalidad empática y mis valores. Creo que eso resalta mucho en mí y creo que no mucha gente lo tiene”* (LYT, 17 años). Por ejemplo, LYT manifiesta sentir que lo que la hace única son sus valores, pero en apartados anteriores también mencionó desconfiar de sus habilidades debido a que las percibía en otros.

### **3.3.4 Desconfianza de las propias habilidades**

Este apartado se centra en la confianza que los participantes tienen en sí mismos para lograr sus objetivos. Algunos de los adolescentes sienten desconfianza de sus habilidades, debido a que no se sienten valorados como únicos y singulares en comparación al resto. Por ello, están sumergidos de ideas que los autosabotean *“Hay como una vocecita en mi cabeza, que me autosabotea”* (SNVE, 15 años). Asimismo, algunos no creen ser capaces de realizar las cosas y hacerlas bien, esto se evidencia en la respuesta de uno de los participantes *“No tengo tanta facilidad para hablar en público”* (MCN, 16 años). La desconfianza es un sentimiento que se alimenta del fracaso y de la falta de validación durante los primeros años de vida. Por ello, la primera infancia es una etapa crucial para el autodescubrimiento y para el desarrollo de la confianza, la cual surge gracias al vínculo de los cuidadores, responsables de brindar protección y satisfacer las necesidades más básicas del infante. Cuando no se ofrece este cuidado, el niño podría desarrollar una predisposición a experimentar duda y vergüenza respecto a sus capacidades (Erskine, 2020).

### **3.3.5 Reconocimiento de características negativas como propias. aceptación de sí mismo**

Los adolescentes enfrentan el reto de integrar diversas facetas de su personalidad, incluidos aspectos que pueden percibirse como negativos o desafiantes. Este proceso implica una reflexión sobre las propias debilidades y fortalezas de los adolescentes. La

madurez emocional en este periodo implica aprender a afrontar con las imperfecciones reconociendo que éstas forman parte de la experiencia humana. La madurez y la aceptación forman parte del engranaje para aceptarse *“Siento que todos estos eventos pasaron por algo, no me considero una mala persona, no me desagrado a mí misma. Hay errores que cometo, pero veo gente que es una mierda, y desde ese lado, todo lo que he aprendido me ha hecho bien”* (LYT, 17 años). La aceptación de uno mismo, incluso con características negativas, es crucial para construir una autoimagen saludable, *“Siempre he sido un poco despistada, me cuesta analizar las cosas y después de 5 segundos me doy cuenta”* (SNVE, 15 años). En ambos casos, podemos ver que nuestros participantes presentan un Yo integrado, pues muestran aceptación de sus características tanto positivas como negativas, brindándoles un sentido de coherencia y compatibilidad (Erikson, 1978; Sepúlveda, 2020)

### **3.3.6 Autoconcepto basado en actividades recreativas**

Las actividades recreativas, que incluyen pasatiempos, deportes, arte o cualquier forma de entretenimiento, desempeñan un papel importante en la formación de la identidad personal. *“Por mi pared de mi cuarto puedes definir quién soy. Tengo posters de música de películas, que son dos de mis grandes pasiones. También colecciono ranas, creo que soy una persona colorida”* (LYT, 17 años). En este caso, vemos cómo la participante se define a sí misma, en primera instancia, por sus gustos antes que por sus habilidades o características. Resulta interesante el valor que los adolescentes hoy en día brindan a estas cosas como un pilar de su identidad. Un autoconcepto positivo basado en actividades recreativas implica una apreciación de las habilidades y disfrute personal, logros que surgen de estas experiencias (Tajfel et al., 1986; como se citó en Alcover, 2020). *“Antes solía hacer más manualidades, como pintar, dibujar, me gusta esas cositas donde podía utilizar mis manos. Es mi pasión, aparte de que soy muy buena haciéndolo”* (MP, 15 años).

### **3.4 Aceptación de características particulares**

Este apartado se relaciona con distintos temas vinculados a la aceptación de sí mismos de los adolescentes. Algunos de estos temas son la integración de su pasado con el presente, la experimentación de diversos roles sin temor a la crítica y los deseos de desarrollo personal. Se decidió juntar dichos temas en un mismo apartado debido a su relación con la resiliencia y la manera en cómo los participantes gestionan su identidad,

es decir, qué hacen con ella y cómo voluntariamente tratan de moldearla. Durante la adolescencia, los jóvenes se encuentran en un periodo de integración del pasado con su presente, explorando roles y configurando conscientemente su identidad con un fuerte componente de resiliencia (Branje, 2022).

#### **3.4.1 Aceptación de características particulares propias**

Implica la disposición a reconocer y valorar aspectos específicos de su persona, incluso si son inusuales o distintos de la norma social. Esta etapa se caracteriza por una mayor relación con los pares y, por lo tanto, también mayor presencia de la crítica social (Quiroga et al., 2021). Por lo tanto, este apartado busca recoger las experiencias de aceptación personal pese a ese contexto adverso. *“Pero con el tiempo, aprendí a aceptarme tal como soy y a no dejar que las opiniones de los demás dictaran mi autoestima”* (LCA, 16 años). En este caso, podemos ver cómo a pesar de las críticas, LCA pudo construir una autoestima sólida y aceptarse. Cuando un adolescente se acepta tal cual es, deja de darle prioridad a los comentarios de los demás, debido a que se siente seguro de sí mismo, *“Con respecto a mi cuerpo, no tengo ningún problema”* (SNVE, 15 años). Para poder lograr ello, es importante que las personas de su entorno validen cada una de sus cualidades, *“Estas cualidades negativas hacen que yo sea yo, las cosas buenas y malas te hacen ser tú”* (GP, 15 años). Si esto se logra, es probable que en la formación de su identidad interiorice cualidades positivas y negativas (Erikson, 1978; Sepúlveda, 2020), *“nuestra forma de ser, gustos, valores y creencias, así como la aceptación de nuestras características”* (GP, 15 años).

#### **3.4.2 Autopercepción de madurez relacionado a deseos de superación**

Se refiere a la creencia de que uno ha alcanzado un nivel de desarrollo personal que está vinculado a la motivación constante de mejorar y crecer en la vida. Durante las entrevistas, se les preguntó a los participantes si sentían que eran las mismas personas antes y después del aislamiento social. En su mayoría los adolescentes comentaron tener la percepción de haber madurado y centrarse ahora en cosas más importantes como los valores. De esta forma, podemos ver la influencia del aislamiento como evento significativo en la formación de la identidad: *“Cuando me pasó algo difícil, mi vida cambió un poco. Porque mi forma de ser cambió, dejó de ser cómo la AC de antes. Tuve que madurar”* (AC, 15 años). Durante esta etapa, los adolescentes experimentan el deseo de superarse a sí mismos, en cualquier ámbito, ya sea en el área académico, deportivo,

artístico o en otras áreas de su vida: *“En el ámbito del deporte, haber sido arquero. Fue algo en lo que me especialicé en la pandemia. Me hice heridas en la loza, pero me ayudó a crecer”* (JLRM, 15 años). Según Zambelli (2024), las habilidades como la capacidad de construir significado, permiten a los adolescentes la posibilidad de encontrar motivación y un propósito claro para desarrollarse en situaciones difíciles.

### **3.4.3 Posible crisis de identidad debido a la experimentación de diversos roles**

Erikson señala que los adolescentes tienen que pasar por un periodo de crisis de identidad y confusión de roles para convertirse en un adulto único valorado en la sociedad. La confusión de roles es natural en todos los seres humanos en esta etapa; sin embargo, el estancamiento en ello puede traer consigo la demora de la obtención de la adultez psicológica; esto se relaciona con actitudes adolescentes como la timidez, la intolerancia a las diferencias y comportamientos caóticos (Erikson, 1968, 1982, como se citó en Papalia, 2021). Uno de los participantes comentó sentir confusión de roles, es decir, hay dificultad en el descubrimiento de quién es realmente, *“Siento que he cambiado tanto que a veces no sé quién soy. Y hay cosas mías que se contradicen, dependiendo de cada persona”* (LDC, 16 años). En este caso, la participante comentaba que gracias al aislamiento pudo experimentar distintos roles y actitudes sin temor a la crítica; sin embargo, eso la hizo cuestionarse sobre qué aspectos recogía como propios en la actualidad, llegando a pensar que algunos de estos se contradicen entre sí. Si bien es cierto, la experimentación de roles puede ser una parte normativa del desarrollo, algunos adolescentes pueden enfrentar una crisis de identidad si atraviesan por dificultades para integrar aspectos personales. De igual manera, este periodo de exploración es esencial para que los adolescentes tengan una identidad sólida y auténtica. Ya hemos mencionado que el aislamiento pudo generar una confusión de roles en algunos adolescentes debido a que las barreras sociales se diluyeron, pero otros participantes también mencionaron tener este tipo de crisis debido al choque contextual que se dio al volver a la presencialidad. *“En la pandemia pude tener una enamorada, y explorar mi sexualidad libremente sin que me juzgaran. Fue un choque volver, y darme cuenta de que mi mundo no es así y tendré que vivir en ella un largo tiempo porque así es el Perú”* (LYT, 17 años). En este caso, LYT menciona que el volver a la presencialidad le afectó, pues características suyas, como su orientación sexual, no eran aceptadas en este nuevo contexto y de alguna manera esto se convirtió en una etapa que dejó atrás.

### **3.4.4 Inseguridad relacionada a características propias**

Se refiere a la falta de confianza en uno mismo debido a la percepción negativa de ciertos aspectos de la propia personalidad, apariencia o habilidades. Durante la adolescencia, el sentimiento de inseguridad puede intensificarse debido a cambios físicos, sociales y emocionales: *“En la altura, el peso, la capacidad mental, lo inteligente”* (DSOP, 15 años), por ejemplo, los adolescentes se encuentran constantemente comparándose con el resto en diversos aspectos: *“No me gusta ser muy llorona, a veces no lo puedo controlar y hago un escándalo”*. *“Soy muy insegura, me gusta ir por el camino fácil. No busco ayuda y ahí es cuando me frustró. Sé que puedo reconocer cosas buenas en mí, pero igual me cuesta”* (LYT, 17 años), la búsqueda de identidad y la necesidad de ser aceptado por los demás pueden contribuir a la inseguridad emocional. En ese sentido, este sentimiento se intensifica cuando los adolescentes comienzan a experimentar cambios sociales, emocionales y, sobre todo, físicos. Es en este proceso donde surgen comparaciones constantes con los demás, guiadas por los estándares del entorno al que pertenecen o desean pertenecer. Por lo que, se reafirma que un bajo nivel de autoaceptación se asocia con niveles elevados de ansiedad y depresión en la adolescencia (Ruan et al., 2023).

### **3.5 Influencia de las figuras parentales**

Durante la adolescencia la influencia de las figuras parentales es importante, debido a que representan agentes clave para el desarrollo integral del adolescente en diversos ámbitos. En esta investigación, se ha recogido información sobre la influencia del rol de los padres en la formación de la identidad de los adolescentes, en la forma cómo estos se perciben a sí mismos, cómo piensan y cómo se desenvuelven en distintos contextos. Si bien varios de los adolescentes marcaban distancia de la forma de ser de sus padres y, por lo tanto, mostraban su individualidad e independencia de ellos, también mencionaron que se identificaban con sus valores y que reconocen su influencia en su forma de ver la vida. Asimismo, encontrar similitudes con los progenitores representó una fuente de validación y autoestima para algunos de ellos (Marcia, 2002).

#### **3.5.1 Identificación con valores de los padres**

Este apartado recoge la percepción de los participantes sobre la influencia que sus padres tienen en su manera de pensar y ver el mundo. Sepúlveda (2020), señala que uno

de los pasos en la construcción de la identidad es la independencia de las figuras parentales, por ejemplo, en la manera de pensar de los individuos, por lo tanto, esta sección cumple el rol de registrar qué tan independientes son los adolescentes encuestados de sus padres. A pesar de ello, los padres representan un modelo a seguir, es importante como su comportamiento influye en la formación de creencias y actitudes en los hijos, *“Mi mamá siempre me enseñó desde muy pequeña que todas las formas de pensar son válidas”* (LP, 16 años), *“En política creo que sí pensamos igual, todos somos de derecha. Cuando hablamos de Fujimori por ejemplo”* (LDC, 16 años). Aquí podemos ver que los participantes manifiestan tener bastante presente la influencia de sus padres, por ejemplo, en lo que respecta a valores y orientación política; sin embargo, esto no representa, al menos en estos casos, una identidad inmadura.

### **3.5.2 Identificación con el carácter paternal**

Este apartado hace referencia a la identificación con la personalidad o forma de ser de los padres. A diferencia del punto anterior, aquí no hablamos de la influencia que estos ejercen sobre el desarrollo del adolescente, sino en cómo las similitudes entre padre e hijo son una fuente de validación y autoestima. Esta comparativa genera un sentido de pertenencia, esto se ve reflejado en lo que menciona uno de los participantes al mencionar *“Mi papá es uno de los mejores ejemplos a seguir. En toda mi vida solo me gritó una vez cuando por accidente le tiré una pelota, siempre nos ha dicho que tenemos que ser mejores, cuando sea grande quiero superarlo a él”* (FS, 16 años), *“mi mamá es inteligente, muy inteligente, eso es algo que tenemos en común”* (SNVE, 15 años). En ambos casos, hemos visto como esta comparativa ha sido algo positivo para los participantes y parte de su autoconcepto. Los rasgos de la personalidad de los progenitores podrían predecir resultados en los hijos adolescentes por encima de los rasgos individuales de estos, por lo que identificarse con el carácter paternal permite fortalecer la autoestima, así como la visión que tienen de sí mismos (Wright y Jackson, 2024).

### **3.6 Existencialismo, propósitos de vida y proyección al futuro**

Bernal (2003) señala que otro de los componentes de la identidad es la adopción de un propósito o sentido de vida. En ese sentido, como parte de la formación de la identidad, los adolescentes son impulsados a cuestionarse el sentido de vida, a tomarle importancia a la autenticidad de sus elecciones y a proyectarse con un significado o

dirección. Resulta aún más importante este apartado si lo relacionamos con el contexto adverso de haber pasado su adolescencia en aislamiento social, lo cual puede haber despertado en ellos distintas perspectivas sobre el sentido de la vida. Este apartado se encarga de recolectar las percepciones de los participantes en dicho ámbito.

### **3.6.1 Satisfacción por dejar un legado o marca en los demás**

Después del contexto del aislamiento social, los adolescentes tomaron mayor conciencia sobre la muerte, por lo que se orientaron en aspirar ir más allá de sus experiencias individuales, *“Quisiera que me recuerden como alguien que quería hacer feliz a los demás”* (LCA, 16 años), *“Que me recuerden como una persona famosa, alguien super sociable y que podías confiar en algún momento”* (LCA, 16 años) En ambos casos, el propósito de vida de los participantes está ligado al prójimo, ya sea ser recordado como alguien que generaba bienestar o que era agradable, quizás esto pueda relacionarse con el deseo de aceptación social que surgió de manera tardía con la vuelta a la presencialidad. Esto sería coherente con la investigación de Barendse et al. (2022) que plantea que la reducción de situaciones sociales en el entorno escolar durante la pandemia pudo haber reducido temporalmente la ansiedad y búsqueda de aprobación social de sus participantes.

### **3.6.2 La familia como proyección a futuro**

Algunos de los participantes mencionaron que dejar una familia es de alguna manera un propósito de vida *“Bueno, la familia es un legado. Siempre me ha gustado pensar en tener muchos hijos. Nosotros somos 4, pero yo siento que eso es poco y, a veces, la casa se siente vacía. Por eso he pensado en tener 6 hijos”* (LP, 16 años) La proyección de la familia hacia el futuro puede reflejar la integración de valores, experiencias y aspiraciones, desempeñando un papel crucial en la visión que los adolescentes tienen de su vida adulta. *“Que tenga un futuro para darle su esfuerzo a mi padre y mi madre”* (DSOP, 15 años)

Los adolescentes en su mayoría tienden a proyectar su propósito de vida en torno a la construcción o continuidad de una familia, como una forma de integrar valores, experiencias y aspiraciones personales (Zhu, 2024).

### **3.6.3 Propósito de vida: vivir libremente haciendo lo que se desea y necesidad de libertad y autonomía**

Esta fase se distingue por un deseo de autonomía, donde los adolescentes buscan independencia para tomar decisiones según sus creencias y reflejar su individualidad, por ejemplo, uno de los participantes comenta sentir la necesidad de valerse por sí mismo: *“Tener la libertad de tener tus propios pensamientos y expresarlos es como un regalo”* (LCA, 16 años), asimismo nos mencionan lo vital que es prevalecer sus metas *“me gustaría estudiar algo relacionado con la medicina. Es lo que siempre he querido de niña”* (MP, 15 años), según sus pasiones y lo que les hace sentido seguir. Según la literatura, en este periodo es donde desarrollan la confianza en sí mismos, su autonomía, su laboriosidad y su predisposición a la iniciativa; elementos que permitirán más adelante brindar un sentido de integridad al sí mismo de manera saludable y afrontar los desafíos de la adultez (Papalia, 2021; Quiroga et al., 2021). Es llamativa la importancia que los participantes le brindan a la libertad, es posible que esto esté vinculado a las restricciones que tuvieron que vivir por el aislamiento.

### **3.6.4 Dejar un buen recuerdo e imagen en los demás**

Este apartado hace referencia al deseo de ser recordado de manera positiva y tener un impacto significativo en la vida de las personas que uno ha conocido. *“Me gusta que me recuerden, me gustaría caerle bien a todas las promociones del colegio para que se queden con un buen recuerdo de mí”*(FS, 16 años), esta motivación podría deberse al deseo de la conexión social; es decir, sentirse apreciado por su entorno, tal como y lo menciona otro de los participantes al referir que desea que lo recuerden por su amabilidad de preocuparse en los demás, *“Que me recuerden por ayudar a los demás”* (AC, 15 años), es una manera de reafirmar su propia identidad a través de un autoconcepto positivo, *“Como que AC era una hija buena, educada, aplicada. Esforzada y resiliente. Valiente”* (AC, 15 años). En estos casos, vemos una excesiva preocupación por dejar una buena imagen en los demás, incluso de manera póstuma, esto podría estar relacionado con inseguridades y una autoestima frágil, debido a un autoconcepto basado en las opiniones de los demás (Waggoner, 2023).

## **3.7 Relación con los pares e importancia de las relaciones sociales**

En la adolescencia se da un incremento de tiempo y cercanía con los pares. Ellos son una fuente de validación de la individualidad adolescente y de su autoestima. Por eso mismo, también pueden vulnerar nuestra seguridad emocional, en esta etapa los esfuerzos por agradar al resto se intensifican (Major, 2024). En el contexto de pandemia, las condiciones de aislamiento social redujeron al mínimo las interacciones entre pares; de esta manera, se da un cambio en la dinámica de busca de reconocimiento social por parte de los adolescentes. Es así que surge la pregunta de cómo les afecta a los adolescentes la falta de interacción con pares y la importancia que le dan a sus relaciones sociales.

### **3.7.1 Disfrute al interactuar con los demás**

El disfrute al interactuar con los demás refleja la satisfacción y placer que una persona experimenta al socializar, conectarse y compartir experiencias con otros (Major, 2024). Este llega a su mayor punto en la adolescencia y los jóvenes que entraron a esta etapa en ese periodo no pudieron pasar tanto tiempo con estos como las generaciones pasadas. Ese contexto de separación de pares podría haber generado falta de interés por hacerlo; sin embargo, los participantes de este estudio señalan disfrutar las interacciones con los pares, nombrándolas como algo positivo. *“El simple hecho de estar conversando con mis amigos me hace muy feliz”* (LP, 16 años). Este deseo y la posibilidad de interactuar se mantuvo gracias a las redes sociales, ya que el vínculo se conservaba. *“Tenía a mi mejor amigo, y creo que hablar por chat fue bueno”* (AC, 15 años).

### **3.7.2 Impacto emocional por el distanciamiento de pares**

Este punto se refiere a las emociones y sentimientos que una persona experimenta como resultado de alejarse o perder contacto con amigos, compañeros o seres queridos, lo que puede causar tristeza, soledad o ansiedad. A pesar de que los vínculos podían mantenerse a través de redes, en algunos casos, este distanciamiento también llevó a la desconexión de amistades y se generó la sensación de haber perdido el tiempo o experiencias vitales. *“Era uno de los mejores amigos, y me chocó bastante perder un amigo”* (LP, 16 años). Por ejemplo, esta cita de LP nos cuenta la experiencia de un amigo suyo que, debido a la pandemia, la educación virtual y el aislamiento, decidió mudarse al extranjero, lo cual hizo que cambiará de vida y se distanciara de LP, ya que los pares representan una fuente importante de validación de quienes somos y las cosas que hacemos, el separarnos de vínculos ya consolidados, y que son parte de nuestra vida también representa un cambio en nuestra identidad (Bernasco et al., 2021). Por otra parte,

la pérdida de vínculos también puede haber generado cambios en la autoestima de los adolescentes, cuestionándose su valía, como en el caso de la siguiente cita: *“me gustaba que mis compañeros me dijeran muy bien. O cuando era mi cumpleaños que todos me saluden, todo eso desapareció. Dos años sin ver a mi grupo de amigos, me hizo sentir triste (....) Al principio sí fue frustración porque dije que todos a esta edad tienen novio y novia, tuve una frustración, y me replanteé si era importante eso. Siento que a nadie le importe como para ese vínculo”* (DSOP, 15 años)

### **3.7.3 Menor necesidad de validación de los pares en pandemia**

En la adolescencia se vuelve más importante el vínculo de los pares como fuente de validación que nos permite llegar a consolidar nuestra identidad y valía como seres independientes (Branje, 2022). Por ello, se podría pensar que el distanciamiento de estos sería crítico, pero parece ser que, en los casos de estudio, la falta de contacto de los pares implicó también la falta de cuestionamiento de estos y, por lo tanto, provocó una disminución en la búsqueda de validación externa. Durante la pandemia, algunas personas experimentaron una menor necesidad de validación de sus pares, lo que indica que la crisis de salud pública influyó en la importancia relativa de la aprobación social en sus vidas, posiblemente debido a una mayor reflexión sobre prioridades personales o al distanciamiento social. Esto se relaciona bastante a que el mayor contacto que tenían eran con pares que eran sus amigos desde antes, por lo tanto, no había mucha comparativa social en dicho momento de entrada a la adolescencia y no se buscaba tanto la validación externa. *“no necesité la validación social, porque de igual manera ya la tenía”* (MP, 15 años). *“‘Hiciste o esa acción fue muy buena’, me gusta que la reconozcan. Pero dentro de la pandemia no sentí que me faltó”* (LP, 16 años). A pesar de ello, también hubo otros testimonios, que sugieren que la falta de validación externa sí fue un factor que les afectó considerablemente, aunque esto se relaciona a la falta de apoyo social percibido de manera general, y no por el aislamiento social necesariamente, pero de igual forma este pudo haberlos incrementado. *“Sí, me afectó porque estaba muy acostumbrada a conocer bastantes tipos de personas, y cuando ya no, me hizo falta”* (GP, 15 años).

### **3.7.4 Falta de interés por o temor a relacionarse afectivamente**

La adolescencia suele ser la etapa en la que se dan las primeras relaciones afectivas en el ámbito amoroso. La falta de interés por relacionarse afectivamente indica la falta de motivación para establecer conexiones emocionales profundas con otros. Por

su parte, el temor a relacionarse representa la inseguridad que la persona siente sobre sus propias capacidades para hacerlo o también el temor a ser lastimado emocionalmente (Anaya, 2025). En la presente investigación, los participantes manifestaron no haberse sentido muy interesados en relacionarse de esa manera, sobre todo en la época del aislamiento social más profundo, otros manifestaron sentir temor a relacionarse así por la posibilidad de ser lastimados, a pesar de desear hacerlo. *“Ummm, siento que nunca me he dejado sentir algo por alguien porque siento que o se va a terminar o me van a traicionar. Me gustaría, pero me da miedo.* (MCN, 16 años)

Un último grupo mencionó haber tenido relaciones sentimentales, esto más que nada en los participantes que ya estaban en secundaria cuando comenzó la pandemia, frente a los que la iban a comenzar cuando inició el aislamiento. En general, los participantes no mencionan haber sentido frustración por querer relacionarse afectivamente y no poder hacerlo, sino más bien falta de interés en hacerlo. *“No, creo que nunca estuve muy interesada en las relaciones. Creo que puede haber afectado mi manera de ver las cosas”* (LDC, 16 años). *“Durante la pandemia no sentía la necesidad de relacionarme ni de esa forma ni con amigos. Con mi familia estaba bien. Diría que no me afectó la falta de contacto presencial”* (LP, 16 años).

### **3.7.5 Deseo de independencia social y diferenciación**

Se refiere a la aspiración de tener libertad y autonomía en las relaciones y la interacción con otros, buscando una mayor autosuficiencia en la vida social y una menor dependencia de los demás. La autonomía en la adolescencia se consolida con el distanciamiento de los padres y pasar mayor tiempo con los pares (Sepúlveda, 2020), lo cual no se dio adecuadamente debido al aislamiento social (Fraga et al., 2022). Algunos de los participantes manifiestan que el haberse distanciado de los pares fue significativo porque les permitió dejar de sentir la influencia social de estos. *“Fue significativo porque me hizo dejar de depender tanto de las personas”* (LDC, 16 años). Esto es coherente con investigaciones actuales que plantean que la reducción de las situaciones sociales durante la pandemia también redujo el estrés de los adolescentes con ansiedad social (Hawes et al., 2021). De esta forma podría plantearse que la independencia e individualización de algunos de los adolescentes de la presente investigación pudo lograrse, más bien al distanciarse del entorno social. Otro grupo señala tener en el presente deseos por diferenciarse de su familia, es decir, que en la actualidad se está dando ese proceso de separación. Esto a través de identificarse con cosas opuestas o diferentes a las de la

familia, de esta manera buscan sentirse únicos. *“Y mi hermana es muy sociable y yo no soy así. Ella usó mucho maquillaje y a mí no le gusta para nada”* (NC, 16 años)

### **3.7.6 Sensación de retraso social en comparación a generaciones posteriores**

Se refiere a la percepción de que uno no ha alcanzado ciertos logros o estándares sociales en el mismo grado que las generaciones más jóvenes, lo que puede generar sentimientos de insuficiencia o falta de éxito. Algunos de los participantes manifestaron sentir que eran inmaduros para su edad o tener la sensación de que tuvieran dos años menos debido al aislamiento. *“Siento que no somos suficientemente maduros para la edad que tenemos. Siento que la pandemia ha desorganizado o desorientado a las personas. Cómo si me hubiera saltado una etapa, creo que la fase chonguera de los 14 recién la estuviera viviendo ahora”*. *“Creo que en esa época hubiera empezado a pensar qué quería ser de grande, pero por eso no pasó. Quizás tener un buen empleo, estar tranquilo”* (MCN, 16 años).

*“Creo que las nuevas generaciones empiezan mucho antes, o a mi edad ya no son vírgenes. Siento que para esta época 15 años es ser muy vieja para ello. En esa época me daba algo de inseguridad hablar de eso, cambiaba de tema, pero ahora no me importa”* (LDC, 16 años). Magro Lazo et al. (2024) evidencian que la soledad y la victimización experimentadas en ese contexto mediaron significativamente síntomas de trauma en adolescentes; este malestar interior puede fortalecer la sensación de estar desfasado emocionalmente y de haberse saltado etapas clave en el desarrollo personal.

### **3.7.7 Importancia de conectar con pares que piensen de manera similar**

Se refiere a la valoración de relacionarse con personas que comparten creencias, valores o intereses similares, lo que puede fortalecer la identidad y el sentido de pertenencia. Lo cual es respaldado por Marcia (1980) en donde explica que los adolescentes buscan relacionarse con otros que compartan sus intereses y sus valores con el fin de fortalecer su sentido del Yo. Algunos de los participantes del estudio manifestaron estar en búsqueda de comprensión por parte de los pares. Esto de alguna forma representa un sentimiento presente de incomprensión, lo cual podría relacionarse con la vuelta a la presencialidad, y el reciente cuestionamiento de su identidad, ahora que las relaciones sociales se están dando como antes. *“También tener un montón de gente a mi alrededor que me entienda”* (LDC, 16 años). *“Quisiera tener más amigas”* (LCA, 16 años).

### **3.7.8 Dificultad para lograr comunicación asertiva**

La dificultad para lograr comunicación asertiva se refiere a la lucha de una persona para expresar sus pensamientos, necesidades y deseos de manera clara y respetuosa, lo que a menudo resulta en dificultades en las interacciones interpersonales. Los participantes de este estudio manifestaron tener dificultades con el uso de habilidades sociales con los pares, como resolver conflictos o comunicarles sus emociones asertivamente. *“Siento que la gente de mi edad puede ser muy sensible. Y se ofenden si les digo lo que pienso”* (LDC, 16 años)

Esto puede relacionarse a que al no tener que convivir en sociedad durante el aislamiento, no desarrollaron las herramientas necesarias para poder mantener una sana convivencia o resolver conflictos, lo cual también se ha representado en el temor a perder sus vínculos. *“Y no sé qué pensar o no sé a dónde irme, estoy entre la espada y la pared”* *“Prefiero no meterme...”* (LYT, 17 años). Por ejemplo, en el caso de “LYT”, ella nos cuenta de una situación donde dos amigas suyas se han peleado, y ella no sabe a cuál apoyar, o cómo debe sentirse, porque quiere seguir siendo amiga de las dos, pero no quiere realizar una acción que le traiga problemas (Cadillo et al., 2022).

Otros también manifiestan tratar de evitar las discusiones y los conflictos. *“En el colegio hablo normal con los chicos, pero me limito un poco con algunas chicas populares, porque están muy subidas y esa discusión no me va a sumar”* (FS, 16 años).

### **3.7.9 Dificultad de comunicación con los pares**

Esta implica desafíos en la interacción efectiva y comprensión mutua entre personas de la misma edad o nivel social, lo que puede llevar a conflictos o malentendidos. Los participantes mencionan tener dificultades para poder comunicarse con sus pares; esto de alguna manera se relaciona con el tiempo transcurrido en la comunicación virtual donde los mensajes se dan de manera premeditada. *“Empecé a chatear con chicas. Pero a la vuelta de la presencialidad me costó. Y empecé a hablar con full hombres”* (FS, 16 años. *“Había gente que me parecía interesante, con mis mismos gustos, pero se me hacía difícil por la virtualidad acercarme (...) me sentía impotente por no poder socializar.”* (NC, 16 años). En el primer caso se hace referencia a la dificultad para entablar relaciones tras el regreso a la presencialidad, mientras que en el segundo se habla de dificultades durante la época del aislamiento para poder

relacionarse con otros. En ambos relatos, se resalta el papel que tuvieron las redes para facilitar o dificultar la comunicación con los pares.

### **3.7.10 Importancia de la apariencia física para entablar relaciones sociales**

La importancia del aspecto físico para entablar relaciones sociales implica que la apariencia personal tiene un peso significativo en la forma en que una persona establece y mantiene relaciones con los demás, a menudo basándose en la atracción física (Kowalska-Dąbrowska et al., 2010): *“No me considero guapo, estoy en un colegio donde tú eres un poquito moreno y ya te agarran de negro.”* (MCN, 16 años). Esto denota la influencia social que tienen los pares en la autoestima de los participantes. Resulta curioso que en varios de ellos comentaron que en la época de la pandemia se sentían seguros a través de los medios virtuales, pues la apariencia no era algo determinante. Si relacionamos ambas afirmaciones, podríamos decir que la importancia que ellos le dan a su apariencia física es algo que se vincula con el aumento de la interacción social: *“Lo primero que ve la persona es el físico, si es tu alma gemela no la vas a conocer si es que no se ve tan bien”* (FS, 16 años).

## **3.8 Autonomía y flexibilidad de pensamiento**

Como se ha mencionado anteriormente, la adolescencia es una etapa donde suele darse mayor independencia de los padres, el sujeto empieza a reconocerse como individual y valioso y busca diferenciarse de su familia en su forma de pensar y actuar (Sepúlveda, 2020; Quiroga et al., 2021; Peplak et al., 2024). Durante la pandemia, el menor contacto con pares y las medidas de aislamiento no permitieron que los jóvenes que entraban a la adolescencia se separaran tanto de las figuras paternas, por lo tanto, tampoco hubo muchas oportunidades para contrastar ideas o puntos de vista. Surge entonces la pregunta, de qué tanto se diferencian estos jóvenes de sus padres y su forma de pensar y actuar.

### **3.8.1 pensamiento crítico y autonomía, intereses por comprender**

Este apartado hace referencia a la capacidad de formar una postura propia, crítica e independiente a la del grupo social. Los participantes del estudio en su mayoría sí presentaron tener un pensamiento crítico con las posturas de sus padres o pares, pero al mismo tiempo, interés por comprenderlas y no simplemente contradecirlas: *“Por*

*ejemplo, en un consejo de aula, el salón se dividió en dos. Me considero más de los chéveres, pero me puse a apoyar al otro grupo” (LYT, 17 años).*

Los temas más comunes fueron política, religión, racismo y sexualidad. *“En cambio a mí si algo no me parece me gusta debatirlo, no sé si dar la contra, pero sí tener mi propio punto de vista.” (LDC, 16 años). “Me diferencio de mi papá en que él critica mucho algunas cosas, dice que hay maricas y cosas con la que no estoy de acuerdo” (NC, 16 años)*

De la misma forma, se manifiesta el respeto por el punto de vista del otro, aunque no se comparta *“Yo salí como de izquierda en test, creo que por eso me voy a la cato jaja. Yo entendía a la gente que contaba por Keiko y Castillo, y ellos también, pero votaron por Keiko” (LYT, 17 años).*

*“Nos han inculcado que si el punto de vista de alguien no te parece está bien, pero debes respetarlo” (LP, 16 años).*

### **3.8.2 Confianza para expresar su disconformidad**

Este punto se refiere a la facilidad para poder expresar su punto de vista, aunque esté no vaya acorde al de la mayoría. Algunos de los participantes manifestaron no tener problemas en expresar su disconformidad con una postura y sentir la confianza para decirlo: *“El coordinador no nos dejó tomar ese tema. Y fui con otros compañeros a su oficina a preguntarle por qué no se puede” (LP, 16 años).* Sin embargo, en otros casos los participantes manifestaron tener dificultades para ir en contra de las posturas que se les imponen, aunque podría vincularse más bien a las redes de apoyo social percibidas (Branje, 2022). Esta inseguridad en expresar su propio punto de vista podría traducirse también en inseguridad para tomar sus propias decisiones: *“A veces no sé con qué vestirme. Elijo algo, pero mi mamá me hace cambiarme. Y eso me hace sentir mal. Aunque yo no tenga un estilo definido. A veces me visto como más neutro. Y me dicen 'te van a confundir con hombre'” (NC, 16 años).*

### **3.8.3 Autonomía para tomar decisiones**

Este punto hace referencia a la confianza en sus propias decisiones y la facilidad para hacer una elección sin tener que pedir apoyo. La mayoría de los participantes manifiesta no pedir consejos sobre sus decisiones la mayoría de las veces, solo en ocasiones a algún amigo cercano, hermano o familiar: *“Yo tengo mi propio camino en decidir lo que deseo o cómo pensar” (SNVE, 15 años).* Algunos refieren incluso tratar

de no pedir consejos, aun dudando de las consecuencias de sus actos. *Muy pocas veces hago eso, alguna vez lo he hecho, pero yo tomo la decisión*” (MP, 15 años).

Sin embargo, otro grupo también manifiesta depender del punto de vista de los demás y guiarse por ello: *“mis padres me dan opciones y yo decido”* (GP, 15 años). *Yo creo que no, siento que siempre debo de tener a alguien que me guíe. Si algo me angustia bastante le pido ayuda a mis papás, pero si es un tema más de pareja por ejemplo a mis amigos.*” (MCN, 16 años).

#### **3.8.4 Conciencia sobre las consecuencias de sus decisiones**

Este punto se relaciona a tomar responsabilidad sobre las propias acciones, sin tratar de excusarse. Algunos de los participantes manifestaron darle importancia a la toma consciente de decisiones y a su capacidad de control de impulsos: *“Mis decisiones no son tan impulsivas. Tomó decisiones que me afectan positivamente en lugar de lo que quiero en ese instante”* (LP, 16 años) *“Sí, yo analizo y no sigo la corriente de quién esté haciendo mal, sin razonar. Es preferible prevenir que caer en eso. Cuando hay decisiones importantes suelo consultarle a mi hermana”* (JLRM, 15 años).

### **3.9 Integración de las experiencias pasadas y sentido de consistencia a través del tiempo**

Sepúlveda (2020) señala que uno de los componentes de la identidad es su integración, es decir, reconocerse como un mismo ser a través del tiempo a pesar de los cambios. La conciencia y aceptación del pasado es una parte crucial, pues reconocemos que, aunque elementos que hayan variado en nosotros y ya no los reconozcamos como propios, son parte de nuestra historia. Esto vendría a ser lo contrario a una crisis de identidad (Erikson, 1950 como se citó en Schwartz et al, 2023), que representa tener confusión sobre los roles que representan a uno y que reconocer o no como propio.

#### **3.9.1 Reconocimiento de experiencias significativas en la infancia**

Implica tener una percepción de sí mismo como una misma persona a lo largo del tiempo. Esto representa una identidad integrada (Marcia, 2002), pues después de haber pasado por un evento significativo como la pandemia y el aislamiento social, los jóvenes podrían haber cambiado y sentir que son personas distintas a lo que eran antes. La mayoría de los participantes recordaba su infancia como llena de momentos significativos que los hacían quienes eran hoy en día; otros cuantos, empezaban a hablar de su vida a

partir de la pandemia o poco antes de ella, esto también podría representar la magnitud o impacto que tuvo está en sus vidas. *“Bueno, cuando estaba en el nido, nació mi amor por el deporte. En esa época nos daban clases de ballet”* (LP, 16 años).

### **3.9.2 Conciencia de su pasado en el presente**

Se relaciona a la influencia de hechos del pasado en la actualidad, es decir, reconocer que aún son importantes y que los hicieron quienes son hoy día, no se separa o niega el pasado. Para Sepúlveda (2020) este es un elemento que forma parte de una identidad integrada: *“Antes era una chibola, que estaba con el TCA, con otro grupo de amigas y ahora es diferente. Siento que he mejorado como persona. Siento igual siempre somos los mismos”*. (LYT, 17 años). *“Pero aun así siento que sigo siendo el mismo de cierta forma, sigo siendo la misma persona feliz que era antes”* (FS, 16 años).

Sin embargo, algunos de los participantes si marcaron distancia entre su identidad actual y quiénes eran antes de la pandemia: *“Antes era más tímido, siento que no soy ese JL ahora. He crecido mucho física y mentalmente. Volver a la presencialidad me ayudó mucho a abrirme socialmente.”* (JLRM, 15 años).

### **3.9.3 Mantenimiento de los sueños y anhelos de la niñez**

Percepción de consistencia a lo largo del tiempo de las metas de vida formadas en la infancia. Resulta interesante analizar cómo en varios de los casos analizados, los participantes mantenían los mismos sueños y anhelos que tenían desde niños, a pesar de la reestructuración de la identidad que implica entrar a la adolescencia en pandemia y dejar de lado las actividades que uno hace. Esto de alguna forma representa una identidad consolidada (Sepúlveda, 2020): *“Siempre tuve ese interés por el diseño y las edificaciones. Por eso siempre pensaba en la arquitectura”* (JLRM, 15 años). *“La idea de estudiar algo que realmente me apasiona y completar una carrera que me llena de satisfacción es algo que mucha gente busca en la vida”* (LCA, 16 años).

### **3.9.4 Perseverancia en los ideales y valores del pasado**

Hace alusión a la consistencia en sus ideales de vida o valores a lo largo del tiempo, incluso tras haber pasado por un evento significativo como la pandemia. Los participantes han manifestado en su mayoría conservar sus valores e incluso sueños a futuro *“El respeto, el amor a Dios, la tolerancia y no mentir”* (MP, 15 años). *“Lo extrovertido con mis amigos de confianza. También se ha mantenido mi gusto por el*

*baile, desde que era pequeño”* (MCN, 16 años). Distintos autores reconocen la elección de valores con los cuales comprometerse como un elemento clave de la identidad, y mantenerlos a lo largo del tiempo también implica un sentido de coherencia del Yo (Erikson, 1978; Sepúlveda, 2020; Lardies y Potes, 2022)

### **3.10 Consecuencias de la pandemia y el aislamiento social en la manera de relacionarse y en el autoconcepto**

Esta sección está orientada directamente a las consecuencias del aislamiento social percibidas por los mismos participantes. La gran mayoría hizo referencia a la manera en cómo se relacionan con sus pares, pero también a la relación que tienen con ellos mismos. En algunos casos, se habló de un aumento en la seguridad emocional y, en otros, lo contrario. Se debe tomar en cuenta no solo que el aislamiento social por covid-19 fue un suceso normativo que cambió la vida de las personas, sino que los participantes estaban entrando a la adolescencia, etapa donde se resignifica la identidad. (Erikson, 1978; Sepúlveda, 2020; Quiroga et al., 2021; Branje, 2022)

#### **3.10.1 La pandemia retrasó o postergó la búsqueda de aprobación social**

La búsqueda de aprobación social es una parte natural del desarrollo que se da con mayor intensidad en la adolescencia (Gaete, 2015; Lardies y Potes, 2022; Hards et al., 2024). Los participantes de este estudio más bien tuvieron una disminución al máximo de ese contacto social, según mencionan la mayoría de los estos, el deseo de agradarle a los demás apareció a una edad más tardía de la usual, o también, si es que ya había aparecido, se extinguió en pandemia y volvió a aparecer con el retorno a la presencialidad, pues durante el aislamiento los juicios de valor también disminuyeron: *“Yo siento que hubiera sido en la etapa de 15 o 14 años, pero por la pandemia eso no pasó. En esa etapa todos tenían pelos enormes y no les importaba la imagen personal porque estaban en sus casas”* (LP, 16 años). Argumentan que recién empezaron a sentirla en la adolescencia tardía, como si se hubiera postergado. Otros casos, sobre todo los adolescentes que ya estaban en secundaria, mencionaron aunque ya habían empezado a sentir esa necesidad de aprobación social, luego en pandemia la perdieron, y al volver a la presencialidad volvió otra vez, como si se hubiera pausado o congelado ese deseo: *“No me juzgaron por ello (por ver anime), por qué nadie me podía ver. Pero siento que después sí un poco. Ya no veo tanto esas series, ya no me llaman tanto la atención. Quizás solo Hiku, aunque la vez pasada que fui a una reu me quité mi llavero porque me daba vergüenza. Volver a*

*ver a los populares también”* (LYT, 17 años). Por ejemplo, en este caso el adolescente cuenta que dejó de importarle lo que opinaran los demás de sus gustos, pero que, al volver a la presencialidad, también volvieron los grupos sociales, por lo que volvió a sentirse juzgado y a sentir vergüenza de sus gustos.

Otra visión interesante es la siguiente: *“No sentí que tuviera que replantear mi identidad tampoco, porque aún no estaba del todo tan definido. Me quedaba en mi cama todo el día y estaba tranquilo con eso”* (FS, 16 años). En este caso, el adolescente nos cuenta que no sintió frustración al dejar de ver a sus amigos y sus actividades, estaba tranquilo con su vida, aunque no hiciera nada, esto podría vincularse a que recién estaba por entrar a la adolescencia, comenzando primero de secundaria, y desde su visión estaba tranquilo, pues aún no había empezado a compararse con los demás, ni forjar sus aspiraciones.

### **3.10.2 Es necesario llevarse bien con los demás para recuperar el tiempo perdido**

Hace referencia al sentimiento de querer aprovechar los vínculos sociales debido a la sensación de haber perdido experiencias significativas que debieron darse en la adolescencia. Algunos de los adolescentes manifestaron tratar de mantener sus vínculos o dejar pasar algunos conflictos por sentir que han perdido tiempo o experiencias de sus vidas, y cierta melancolía detrás de eso: *“Pero creo que si no hubiera habido pandemia hubiera ido a más reuniones. Voy a algunas y me gusta, pero siento que hubiera ido a más”* (FS, 16 años). *“Son los últimos años y tengo que relacionarme con mi promoción y para relacionarme con ellos tengo que agradecerles”* (LP, 16 años). Meca et al. (2023) refuerza la idea de que la pandemia trajo consigo la sensación de que se perdieron experiencias vitales significativas, por lo cual esta búsqueda de recuperar el tiempo, presente en nuestros entrevistados, podría encontrarse en otros jóvenes del mismo grupo etario.

### **3.10.3 Durante la pandemia eran escasos los juicios de valor negativos**

Los adolescentes mencionan que durante este periodo los comentarios negativos sobre la forma de ser de los demás eran escasos, que se sintieron menos criticados y más seguros de sí mismos, y eso les permitió sentir confianza para interactuar con otras personas sin temor a la crítica, incluso desconocidos: *“Creo que no (me faltó validación en esa época). Empecé a hablar con más gente. Y ahí no había mucha gente que cuestionara mi punto de vista, sentía que respetaban mi punto de vista”* (FS, 16

años). *“Podía expresarme libremente cuando lo hacía en grupo. Cuando stremeaba sola solía hacerlo con el micrófono apagado, pero nunca recibía ningún comentario negativo de algún desconocido”* (LP, 16 años). En este último caso por ejemplo, el participante mencionó sentirse seguro para poder expresarse con libertad en las redes sociales e incluso poder interactuar con desconocidos, sintiendo que el espacio era seguro para hacerlo. Siguiendo estas ideas, podríamos inferir que en el contexto de aislamiento social la influencia de los pares sobre la expresión de la identidad disminuyó.

#### **3.10.4 Las redes de apoyo previas a la pandemia fueron un factor protector contra la soledad**

Como se ha mencionado anteriormente, las redes de apoyo social percibido, ya sea por parte de los pares o los padres, fueron un factor protector contra la soledad en el periodo de aislamiento social pues, aunque el contacto con los demás fuera menor, los adolescentes no se sentían abandonados. Tener un grupo de amigos sólido y saludable ayudó a disminuir los sentimientos de soledad producidos por el aislamiento social. Algunos incluso llegan a afirmar que no les afectaba no verlos, pues la comunicación persistía por la virtualidad: *“Por otro lado, siento que no ver a mis amigos no me afectó tanto, ya que cuando ellos venían a mi casa jugábamos videojuegos. Algo que pudimos seguir haciendo de manera virtual”* (FS, 16 años). *“La falta de relación presencial nunca me afectó porque seguía relacionándome con todos ellos virtualmente. Sí los extrañaba, y me imaginaba cómo sería verlos en persona de nuevo y en las experiencias que estábamos perdiendo, pero no me sentí sola nunca”* (LP, 16 años).

De la misma manera, la presencia de redes de apoyo sólidas contribuyó a que los adolescentes buscaran menos validación en agentes externos, no solo no eran criticados por estos, sino que recibían validación constante, lo cual repercutió favorablemente en su autoestima: *“Siento que no buscaba mucha validación porque mis amigas cercanas me lo daban. Aunque a veces me sintiera la última rueda”* (LYT, 17 años). Por el contrario, la falta de apoyo percibido se relaciona con dificultades emocionales: *“Mi mamá no siempre está presente, casi no nos vemos. Cuando era pequeña nunca veía a mi mamá. Siempre paraba trabajando. Siempre quería buscarla, tenía una niñera”* (NC, 16 años). Distintos estudios actuales reconocen el papel de una red de apoyo de pares como factor protector contra la soledad y problemas emocionales diarios durante la pandemia. Una mayor conectividad con estos se asoció a una mayor percepción de bienestar mental. (Houghton et al., 2022; Oberle et al., 2024; Wang et al., 2024). Los estudios realizados

por Yang et al. (2022) y Oberle et al. (2024) sugieren que una relación positiva con los padres se asoció con una menor sintomatología ansiosa y depresiva en adolescentes durante el inicio de la pandemia del covid-19. Por el contrario, una investigación de Cheong et al. (2023) encontró que la crianza autoritaria era un predictor significativo de dificultades de salud mental en los adolescentes, dentro del contexto de pandemia.

### **3.10.5 El aislamiento social redujo barreras sociales para relacionarse**

Este punto hace referencia a la percepción de los participantes sobre las dificultades que tenían para vincularse con ciertos grupos, antes, durante y después del aislamiento. Los grupos sociales o *crowds* son un fenómeno escolar conformado por conjuntos medianos de adolescentes identificados por sus intereses, actitudes, habilidades y/o características personales como la apariencia, nivel socioeconómico y desempeño académico. Algunas de estas clasificaciones están basadas en la reputación, como por ejemplo los estudiosos o *nerds* mientras que otros se rigen más por la interacción, como los deportistas, de esta forma fomentan el desarrollo de la identidad y estructuran las interacciones sociales, aunque los miembros de estos grupos pueden o no pasar mucho tiempo juntos. (Brown, 1990; Urberg, 1992; Brown et al., 1994 como se citó en Cross & Fletcher, 2009). La pertenencia a un grupo u otro puede ser un predictor de aspectos de salud mental y estatus social, mostrando la existencia de jerarquías con niveles de aceptación diferenciados. La transición a secundaria implica la aparición de una *categorización reputacional* vinculada a comportamientos específicos como pueden ser la prosocialidad o la agresión. De esta forma, algunos grupos sociales cuentan con mayor aceptación y estatus que otros. (Pivnick, Gordon y Crosnoe, 2020; Brass y Ryan, 2021).

Las jerarquías y grupos sociales, que suelen aparecer en la adolescencia, de alguna manera se difuminaron. Por lo que personas que pertenecían a diferentes grupos pudieron formar vínculos sin preocuparse por el qué dirán. La gran mayoría comenta que al retorno a la presencialidad podían relacionarse con mayor libertad con personas con las que antes sentían que nunca hubieran podido: *“Creo que fue más fácil más bien (relacionarse con los demás después de la pandemia). Por qué todo el mundo estaba contento de volver a verse. ¡¡Todo el mundo estaba en modo ‘hace un montón que no te veo!’, que has hecho!!, que ha sido de ti’. Gente con la que no hablaba nada que luego los veía y nos abrazábamos”* (LP, 16 años). *“Quizás sin la pandemia me seguiría costando socializar más, y no tendría amigos de diferentes lados. El comunicarme por discord hizo que me conectaré con gente de mi prom con la que no me hablaba. Me permitió conectar con*

*personas con las que quizás no hubiera conectado” (JLRM, 15 años) “Creo que volver a la presencialidad ayudó a que me volviera más sociable. Creo que se me hizo más fácil interactuar con otros grupos con quiénes antes no hubiera interactuado” (MCN, 16 años).*

### **3.10.6 La pandemia como evento significativo**

Esta sección hace referencia a la percepción que tienen los adolescentes sobre cómo los afectó la pandemia en sí, el significado o importancia que se le da a la experiencia. La pandemia es un suceso normativo de la historia (Papalia, 2021) que cambió la forma de ser de los jóvenes, no puede considerarse un hecho no significativo y sin influencia. *“los dos eventos más significativos de mi vida han sido la mudanza de Arequipa a Lima y la pandemia” (SNVE, 15 años) “Siento que en pandemia perdí ambición, no quería hacer nada y no me importaba qué iba a ser de mayor” (MCN, 16 años).*

### **3.10.7 El aislamiento permitió el autodescubrimiento sin temor a la crítica**

Como se ha mencionado en los apartados anteriores, los adolescentes comentan que durante la pandemia se sintieron menos criticados por parte de los pares y, por eso mismo se sintieron más confiados para expresarse y explorar aspectos de sí mismos. La falta de comparaciones sociales durante la pandemia permitió que los adolescentes pudieran expresarse cómodamente sin temor a ser juzgados y, por ello formar su identidad sólidamente. La mayoría menciona que pudieron realizar actividades que antes no se habían atrevido por temor a ser juzgados, o que pudieron explorar su sexualidad más libremente, sobre todo con personas de su mismo sexo, sentían que podían ser ellos mismos: *“Mis gustos también cambiaron, empecé a enfocarme más en mí misma, y en las cosas que me gustaban. Ahora descubrí que, si me puede gustar más el reguetón, e incluso pedir una canción. Como no había gente que opinara o me inculcaron sus gustos pude probar otros” (LDC, 16 años). “Creo que si no hubiera habido pandemia no hubiera podido permitirme tener esa relación (homosexual). Quizás desde chiquita pensaba en eso de sentirme atraída a cualquier género. Influenciaron mucho en mí, el anime, la bisexualidad, era mi propio mundo (LYT, 17 años). “Siento que cuando estaba encerrada en mi cuarto podía ser yo misma. Podía jugar videojuegos sola, ver series. Podía buscar como que estilos para vestirme quizás” (NC, 16 años).*

### **3.10.8 El aislamiento permitió escoger mejor a las amistades**

La presión de los grupos sociales en la adolescencia es muy fuerte, muchas veces, estos eligen sus decisiones con base en el qué dirán más que porque lo desean (Laursen y Veenstra, 2021). Varios de los entrevistados señalan que el aislarse de las personas permitió centrarse en los vínculos más significativos y tomar distancia de los superficiales: *“Con mi grupo de amigas podíamos hablar de anime. La virtualidad me permitió separarme más de mi grupo y conectar con otro tipo de amistades, definitivamente”* (LYT, 17 años). De esta forma, el aislamiento les dio la seguridad a estos adolescentes para poder cortar relaciones con las que no se sentían cómodos, sabiendo que podrían conectar con alguien más, lo cual generó un aumento de la autoestima y confianza en sus decisiones: *“A comparación de antes me afecta mucho menos. Como me he llenado de amistades positivas lo que digan las negativas le importa poco”*. (LDC, 16 años). Esto es coherente con investigaciones como las de Liang et al. (2023).

### **3.10.9 El aislamiento ayudó a consolidar autoestima y seguridad emocional**

Como se mencionó en el punto anterior la falta de juicios negativos por parte de los pares permitió consolidar el amor propio y seguridad emocional. Los adolescentes pudieron sentir mayor confianza en sus decisiones, pero no solo por la falta de críticas, sino también porque las amistades con las que se quedaron eran las más significativas: *“Antes de la Pandemia me consideraba más introvertida, pero ahora que salí al mundo real soy más extrovertida. Creo que me ayudó las amistades que hice pospandemia, también el haber estado en el CT. Se me terminó pegando”* (LYT, 17 años). (el CT es un curso taller de liderazgo para el cual la entrevistada fue escogida por su propia institución para formar parte)

Otro punto interesante es el caso narrado por el siguiente participante: *“Además agradezco que pude estar más tiempo con mi familia, mi cumple fue en abril y la pasamos juntos, mis papás trataron de hacer una torta y salió mal jajaj, pero nos reíamos. Hacíamos clase de zumba juntos. Siento que el primer año de pandemia no me frustró porque pasaba más tiempo con mi familia, antes mi mamá llegaba muy tarde a casa.”* (JLRM, 15 años). Este menciona que el aislamiento le permitió pasar más tiempo con su familia, y eso le ayudó a sobrellevar los primeros doce meses de la pandemia, le hizo sentir que tenía vínculos seguros apoyándolo y lo ayudó a reducir su ansiedad y aumentar

su seguridad emocional. Esto es coherente con la investigación de Peplak et al. (2024) en la que jóvenes resaltaron que un aspecto positivo del confinamiento fue el poder pasar mayor tiempo con la familia y fortalecer dichos vínculos. Esto es coherente con la investigación de Cortés-García et al. (2022), cuyos resultados muestran que el confinamiento en casa ofreció una buena oportunidad para mejorar la interacción entre padres y adolescentes.

### **3.10.10 Pandemia conllevó a dejar de realizar las actividades recurrentes que solía hacer**

El cambio en el estilo de vida de las personas provocó que actividades que eran parte de su identidad tuvieran que ser dejadas, como ir a fiestas, al gimnasio o actividades extracurriculares (Fraga et al., 2022). Este apartado busca retratar la experiencia de los adolescentes sobre cómo les afectó dejar sus actividades debido al aislamiento. La gran mayoría menciona que no tuvo mayores problemas con ello pues sabían que en algún momento lo volverían a retomar, pero también hubo casos donde esas actividades se dejaron completamente: *“Recuerdo que hubo momentos en los que me rendí ante algunas cosas que me apasionaban, como el arte, por ejemplo, ahora paso más tiempo jugando videojuegos con mis amigos en mi cuarto”* (LCA, 16 años).

### **3.10.11 Dificultades para relacionarse presencialmente**

El haber pasado dos años relacionándose únicamente de manera virtual hizo que los adolescentes se acostumbren a la comunicación indirecta y, por ello, se les puede dificultar hacerlo directamente de forma presencial: *“era muy incómodo, no me sentía bien de estar teniendo un contacto físico. Después de 2 años de haber estado aislado. cuando todos se quitaron las máscaras fue raro verles el rostro”* (LP, 16 años). Varios de los entrevistados mencionan tener dificultades para comunicarse presencialmente con el sexo opuesto, debido a que aprendieron a hacerlo más de forma virtual, donde los mensajes se envían premeditadamente: *“La virtualidad me dio confianza para poder hablarle a la chica que me gustaba. Aunque dejé de hablarle cuando volví a la presencialidad (...) Creo que me acostumbré mucho a poder tener el tiempo para pensar que escribir, que cuando volvimos a la presencial no sabía cómo manejarlo en el momento”* (FS, 16 años). Estudios como los de Orben et al. (2021) advertían que la reducción de la comunicación sincrónica debido a la pandemia podría traer consigo dificultades sociales para los adolescentes al momento de regresar a la presencialidad.

### **3.10.12 El aislamiento social permitió explorar distintos roles de identidad**

Varios de los participantes comentan que, al no haber presión social o temor a ser juzgados, el espacio de aislamiento social les dio seguridad a los adolescentes para probar roles y actividades que de otra forma no se hubieran permitido, las cuales terminaron formando parte de su identidad. Esto en cuanto a apariencia o la adopción de elementos culturales. *“En la pandemia, empecé a ver anime, fui otaku y me pinté el pelo de rubio, noooo que horribleee. No me juzgaron por ello, porque nadie me podía ver. Pero siento que después sí un poco”* (LYT, 17 años). *“Primero mi apariencia, era rubia y ahora me lo he teñido de negro”* (LDC, 16 años).

### **3.11 Beneficios y dificultades que trajeron las redes sociales al ser el único medio de comunicación social durante el aislamiento**

Como se mencionó anteriormente, el aislamiento social, contrario a lo que se pensaba inicialmente, fue percibido de manera positiva por varios adolescentes entrevistados en esta investigación. Para ellos, esta etapa representó un espacio de resguardo emocional y continuidad en los vínculos afectivos, aunque en un formato virtual. Así lo expresó una participante de 16 años: *“La falta de relación presencial nunca me afectó porque seguía relacionándome con todos ellos virtualmente. Sí los extrañaba, y me imaginaba cómo sería verlos en persona de nuevo y en las experiencias que estábamos perdiendo, pero no me sentí sola nunca”* (LP, 16 años).

No obstante, esta percepción contrastó con diversas evidencias estadísticas internacionales que identificaron consecuencias negativas del aislamiento y del uso excesivo de medios virtuales. Por ejemplo, un estudio realizado en población adolescente española de 14 a 16 años indicó que el 92 % contaba con un perfil en redes sociales y que, en muchos casos, estas plataformas promovían la construcción de identidades ficticias sujetas a validación externa (*likes* y comentarios). Esta dinámica, en lugar de fortalecer vínculos, favorecía la hostilidad anónima y el distanciamiento afectivo, lo que repercutía negativamente en la formación de la identidad adolescente (Arab y Díaz, 2015).

Este contraste evidenció que el aislamiento social no podía ser entendido de forma unidimensional. Mientras que los adolescentes de esta investigación destacaron su valor

como contención emocional, gran parte de la literatura académica exponía sus riesgos a nivel psicológico y relacional. Por ello, resultó clave analizar las variables contextuales, personales y familiares que influyeron en la forma en que los adolescentes vivieron este fenómeno, así como en el impacto que tuvo en su desarrollo de identidad.

### **3.11.1 Las redes sociales fueron un espacio de expresión que permitió el desarrollo social durante el aislamiento**

Los entrevistados rescatan que sin las redes sociales no se hubiera podido lograr un adecuado desarrollo social entre pares y las consecuencias en las habilidades sociales de los jóvenes hubieran sido más notorias. Si bien el aislamiento generó efectos en la comunicación presencial, se reconoció que las redes sociales cumplieron un rol clave en la conservación de vínculos y en el sostenimiento de redes de apoyo entre los adolescentes: *“Fueron re importantes, me podía conectar con mis amigos y otra gente, de ahí también saqué mis gustos y todo esto, parte de mi identidad se formó ahí”* (LYT, 17 años). *“Muy importantes, como te digo, fue el principal medio que tuve para poder conversar con mis amigas, para mí fueron muy importantes, pude relacionarme con ellas durante dos años así, crecimos juntas, aprendimos juntas”* (MP, 15 años).

Sin embargo, eso no quita, que las redes sigan siendo un espacio peligroso para los menores dónde no todos pueden sentirse con la seguridad de expresarse libremente: *“Fueron una mala experiencia, porque recibí muchos insultos”* (AC, 15 años). En esa misma línea, los comentarios en la virtualidad puede significar un arma de doble filo debido a que algunos adolescentes suelen expresarse desde el anonimato y ello, les brinda la posibilidad de descargar palabras hostiles y con una falta de empatía sin ser vistos o evidenciados. Según el reporte de Light, una empresa que busca detectar contenido tóxico online encontró que hubo un incremento de 40 % en la toxicidad de los adolescentes en páginas web, y con ello, aumentó el número de agresores y víctimas en estos aplicativos (Delgado, 2020).

### **3.11.2 Redes sociales como factor protector contra la soledad**

Los participantes de la presente investigación mencionan que los sentimientos de soledad a causa del aislamiento pudieron ser disminuidos gracias a la comunicación con los pares de manera virtual, como vía de escape a la situación que se vivía: *“Sin ellas en la pandemia me hubiera muerto. No hubiera podido vivir interactuando todo el tiempo con mi familia. De alguna manera eran como un escape de eso”* (LYT, 17 años). *“Para*

*mí, estas plataformas se convirtieron en un valioso método para conectarme con otros y mitigar la soledad que sentía” (LCA, 16 años). En estos dos primeros participantes no solo vemos que los entrevistados reconocen explícitamente que las redes los ayudaron a sobrellevar la pandemia y fueron un factor protector para su salud mental, sino también que fueron un espacio de libertad que permitió conectar con los pares: “Gracias al internet, investigaba me distraía y seguía manteniendo contacto con algunas personas” (GP, 15 años). Esto es coherente con la investigación de Magis-Weinberg et al. (2021) quien plantea que las interacciones positivas en línea funcionaron como un factor protector contra la soledad en adolescentes durante el inicio de la pandemia.*

### **3.11.3 Redes sociales como espacio culturizador y fuente de expresión social**

Las redes conectan a los individuos con perspectivas sociales más allá de su entorno y permiten expresar puntos de vista distintos a los de nuestro contexto social inmediato (Rimel et al., 2023, como se citó en Hamilton et al., 2023). De esta manera, es posible contrastar perspectivas y adoptar una postura propia. Esto facilita la obtención de validación externa, incluso en entornos invalidantes: *“Siento que no hubiera aprendido tanto de lo que aprendí en redes sociales y en internet, sabría mucho menos de un montón de temas” (LP, 16 años)*

El hecho de que las redes les brindaran validación de otras partes del mundo también aumentó la seguridad emocional de los adolescentes, haciendo que dependan menos de las perspectivas de su entorno. *“Creo que el ver Tik Tok y la moda aesthetic me llamó la atención para entrar ahí. Antes no sabía que el anime existía, pero sí creo que el grupo me hubiera juzgado demasiado, me duró hasta 2021” (LYT, 17 años).*

### **3.11.4 Las redes sociales facilitaron la apertura a relacionarse con los demás**

La simplicidad de las redes y su forma de comunicación permitió que los adolescentes dejaran de lado sus inseguridades y se comunicaran entre sí, incluso con personas que no conocían. Durante el periodo pandémico hubo más apertura a relacionarse socialmente mediante la virtualidad. Algunos de los entrevistados comentan que el hecho de que la comunicación fuera únicamente por mensaje y audio los hacía sentir más seguros, ya que no los veían físicamente. *“La cuarentena me ayudó un montón por lo físico. Empecé a chatear con chicas, No sé por qué la virtualidad me dio confianza para poder hablarle a la chica que me gustaba. Sin ellas sería una persona mucho más*

*seria y callada. Soy quien soy por mis amigos y familia. No sé si mejor o peor, pero diferente.” (FS, 16 años).*

También esta apertura, les permitió conectar con gente con la que tenían mayor afinidad, fuera de su propio entorno social: *“Fácil la pandemia me ayudó a sentirme más segura al entablar relaciones sociales, porque conocí gente que pensaba como yo más fácilmente.” (LDC, 16 años).*

### **3.11.5 Existe temor a ser malinterpretado en redes**

Los entrevistados mencionan que, al ser la comunicación en redes más premeditada, sin gestos ni expresiones sonoras, existía en ellos cierto temor a ser malinterpretados por cómo se expresaban virtualmente, lo cual muchas veces hacía que no supieran bien cómo reaccionar: *“O sea me pongo nerviosa relacionándome de manera virtual, quizás se me hace algo más difícil. Si alguien me pregunta algo y no se responder, en persona pondría una cara, pero en redes no sé cómo expresarlo” (LP, 16 años).*

*“En persona es más divertido, por chat uno puede confundirse sobre cómo está la otra persona. Me había acostumbrado a comunicarme virtualmente. Pero eso puede ser una desventaja.” (JLRM, 15 años).*

### **3.11.6 Redes sociales como factor protector ante problemas de salud mental severos**

Es sabido que el aislamiento social y la incertidumbre de la pandemia trajo consigo diversos problemas de salud mental en la población mundial, incluidos los adolescentes (Loades et al., 2020). En palabras de nuestros entrevistados, de no ser por las redes sociales los problemas de salud mental por los que transitaban podrían haberse agravado. Esto debido a los sentimientos intensos de soledad y a la desconexión total con los pares, que a pesar de estar menos presentes siguen siendo una fuente de validación. En algunos casos, con un tono sarcástico, los participantes mencionaron que no hubieran podido vivir sin las redes: *“No hubiera tenido, por qué solo tenía el zoom del colegio y apenas salía. Creo que me hubiera suicidado, es que no me gusta para nada estar sola”.* (LDC, 16 años) *“Quizás hubiera sido más real (mis interacciones), pero sin ellas en pandemia me hubiera muerto”.* (LP, 16 años). Esto es respaldado por distintas investigaciones que plantean que las redes fueron un factor protector para la salud mental (Oberle et al., 2024; Rutledge et al., 2024).

### **3.11.7 Redes sociales afectan la comunicación presencial**

Los adolescentes se acostumbraron a comunicarse socialmente con otros mediante redes sociales. Eso hizo que tuvieran ciertas dificultades al volver a la presencialidad, como: tomarse un tiempo considerable para responder, sentimientos de ansiedad por contestar de manera correcta o tomar la iniciativa en la interacción. Mencionan que no sabían muy bien cómo comunicarse, ya que en las redes pueden tomarse el tiempo de pensar que van a decir y en qué momento hacerlo, cosa que es más espontánea presencialmente. *“Creo que me acostumbré mucho a poder tener el tiempo para pensar que escribir, que cuando volvimos a la presencial no sabía cómo manejarlo en el momento “Siento que sí hizo que se me hiciera más difícil hablarles en presencial, antes no era tan difícil. Siento que me tomo mucho mi tiempo para pensar que decirles, no quiero que se me escape algo y fregarla”.* (FS, 16 años). Esto también se relaciona a que el modo en que se interactúa, incluso en clase, de manera virtual es distinto, más silencioso e individual. *“Eso sí, al principio me costó más. Todos estaban callados el primer día de clase presencial, nadie quería hablar, era extraño. Y si nadie lo hacía daba más roche. Ahora lo puedo controlar, no sé si me limitaba el miedo a hablar, sino que era diferente. Uno estaba acostumbrado a estar callado en las clases virtuales. Creo fueron los nervios, pero también la falta de costumbre, no saber cómo reaccionar o que si se podía.”* (JLRM, 15 años). Como ya se mencionó anteriormente, investigaciones como Orben et al. (2021) señalan que durante la pandemia hubo predominancia y preferencia de la comunicación asincrónica mediante las redes sociales, y que esto podría traer complicaciones para los adolescentes en el futuro.

### **3.11.8 Las redes nos conectan con personas que piensan igual que nosotros**

Las redes nos pueden conectar con gente fuera de nuestro entorno social que compartan nuestra visión del mundo: *“Fácil la pandemia me ayudó a sentirme más segura al entablar relaciones sociales, porque conocí gente que pensaba como yo más fácilmente. Creo que el hecho de que comenzará estas amistades de manera virtual me dio más confianza, por qué no las estaba viendo directamente”* (LCN, 16 años). *“Me conecto más con otras personas, gracias a un taller de dibujo conocí a una persona. Y gracias a las redes pude seguir en contacto con ella.”* (NC, 16 años). A su vez, estas nuevas amistades fueron una fuente importante de validación externa que benefició su autoestima: *“No, porque en estás llamadas, con los nuevos amigos virtuales que conocí, siempre me decían que les gustaba como pensaba o que les parecía increíble mi humor.”* (LDC, 16 años). Investigaciones como las de Cauberghe et al. (2021) y Liang et al. (2023)

apoyan la idea de que las redes permitieron que los jóvenes se conectaran con nuevas amistades con gustos similares, y que estas les permitieron afrontar de mejor manera el aislamiento social.

### **3.11.9 Las redes sociales permitieron conectar con otros puntos de vista y adoptar nuevos roles con seguridad**

Las redes sociales pudieron conectar a los adolescentes con realidades distintas a la suya y ver como otras expresiones son validadas en ellas. De esta forma, pudieron sentirse seguros al adoptar estas expresiones: *“Por las redes sociales veía que todo el mundo estaba cambiando, y quizás eso me motivó a probar nuevos looks, me vi muy influenciada por la gente que no era de mi entorno, con quien me pude conectar mediante las redes”* (LDC, 16 años). *“Creo que si no hubiera habido pandemia no hubiera podido permitirme tener esa relación (homosexual). Quizás desde chiquita pensaba en eso de sentirme atraída a cualquier género. Las redes sociales me influenciaron bastante, lo veía en otros lados y lo entendía como normal, pero ves que aquí no está tan normalizado como en EE.UU.”* (LYT, 17 años). En estos dos fragmentos vemos cómo las participantes reconocen que las redes les permitieron naturalizar ciertas expresiones o movimientos sociales externos a su entorno y adoptarlos. Rimel et al. (2023) también sostienen que el contexto de pandemia favoreció que los adolescentes se conectaran con nuevas formas de expresión (Rimel et al., 2023, como se citó en Hamilton et al., 2023).

### **3.11.10 Redes sociales, espacio que genera libertad de expresión y aumenta autoestima**

Los participantes mencionan que a través de las redes pudieron expresar su personalidad libremente sin temor a la crítica y esto a su vez les permitió conectar y recibir validación de otros con intereses y forma de pensar similares: *“Si, más o menos ya lo he mencionado, a través de Discord. Era un espacio donde también la imagen no importaba tanto y era más fácil conectar”* (FS, 16 años). *“Cuando jugaba online, sentía que al hablar con otros jugadores. Tenía el mismo humor y no tenía que estar guardando nada.”* (LDC, 16 años). En ambos casos presentados, los adolescentes mencionan que plataformas de juegos en línea como discord les permitieron conectar con nuevas amistades con quienes podían ser ellos mismos, incluso uno de ellos menciona que era más fácil conectar con otros pues no importaba tanto la apariencia física sino la personalidad, esto sirvió de fuente de validación y favoreció el desarrollo de su

autoestima. *“De repente por Tik Tok, u otras redes. Podía poner lo que pensaba sobre el feminismo, por qué veía qué hay gente que opinaba libremente en contra y eso me daba la confianza para hacerlo también* (MCN, 16 años). En este último caso, el entrevistado nos cuenta cómo las redes le dieron confianza de expresar su punto de vista, aunque fuera opuesto al de su entorno, porque veía en qué tik tok otros lo hacían y eran más bien apoyados, sintió que habían otras personas que pensaban igual que ella y eso fue una fuente de validación externa. Estudios como los de Rutledge et al. (2024) señalan que los adolescentes que usaron las redes para mostrarse de manera auténtica durante la pandemia reportaron un mayor sentido de bienestar.

### **3.11.11 Las redes sociales permitieron conectar y generar vínculos más sanos**

Al tener la posibilidad de generar vínculos más allá del entorno social cercano, los adolescentes pudieron escoger con qué amistades pasaban más tiempo y en qué círculos se sentían más cómodos: *“Cuando hice un nuevo grupo de amigos, y varios grupos, entonces podía ir a otro si no me sentía tan cómoda. Antes de la pandemia mi grupo era súper tóxico”*. (LDC, 16 años). Aquí podemos ver como la entrevistada comenta que, al tener un grupo más amplio de personas con las cuales conectar, pudo desarrollar un sentido de pertenencia y seguridad, el cual no tenía antes de la pandemia. *“Sin discord quizás no hubiera podido contactarme con mis amigos. En el grupo de la promoción mandaban tonteras”* (JLRM, 15 años). En este segundo caso, se evidencia específicamente cómo las redes sociales hicieron que el entrevistado se sienta a gusto conectando con otras personas con intereses similares, algo que no le pasaba con las personas de su propia promoción de colegio. Es decir que, al no existir un espacio físico presencial, los adolescentes podían escoger con que pares interactuar, pudiendo dejar de lado otros vínculos con los que no se sentían tan cómodos o no tenían tanto en común, y preferir relacionarse más con otros que estuvieran fuera de su contexto social. Esto es coherente con la investigación de Liang et al. (2023) que planteó que los adolescentes también pudieron usar las redes para limitar su círculo social y reducir el contacto con quienes no se sentían cercanos

### **3.11.12 Redes sociales espacio de superficialidades**

Las redes sociales son medios en donde los adolescentes tienden a generar o crear contenido superficial y falso, con el único fin de aparentar y llamar la atención de su entorno: *“Creo que lo mejor y más fácil es relacionarte de manera presencial porque*

*puedes ver el rostro de las personas, sin fingir nada*” (MP, 15 años). De la misma manera, otros argumentan que las relaciones que hacen por ahí pueden ser efímeras, sobre todo en el ámbito amoroso: *“No tuve una relación sino un casi algo, fue virtual y no volví a tener algo con nadie más”* (MCN, 16 años). Por lo expuesto anteriormente, los adolescentes buscan en gran medida agradar a las personas que forman parte de su entorno y a los externos; por tal razón la superficialidad es una opción sencilla para escapar de realidades: *“No me siento cómodo si una persona piensa algo negativo”* (DSOP, 15 años). A través de las redes sociales los adolescentes buscan fantasear con una historia irreal la cual se encuentra sujeta a la validación por medio de los *likes* y comentarios (Ballesteros y Picazo, 2019).

### **3.12 Códigos eliminados**

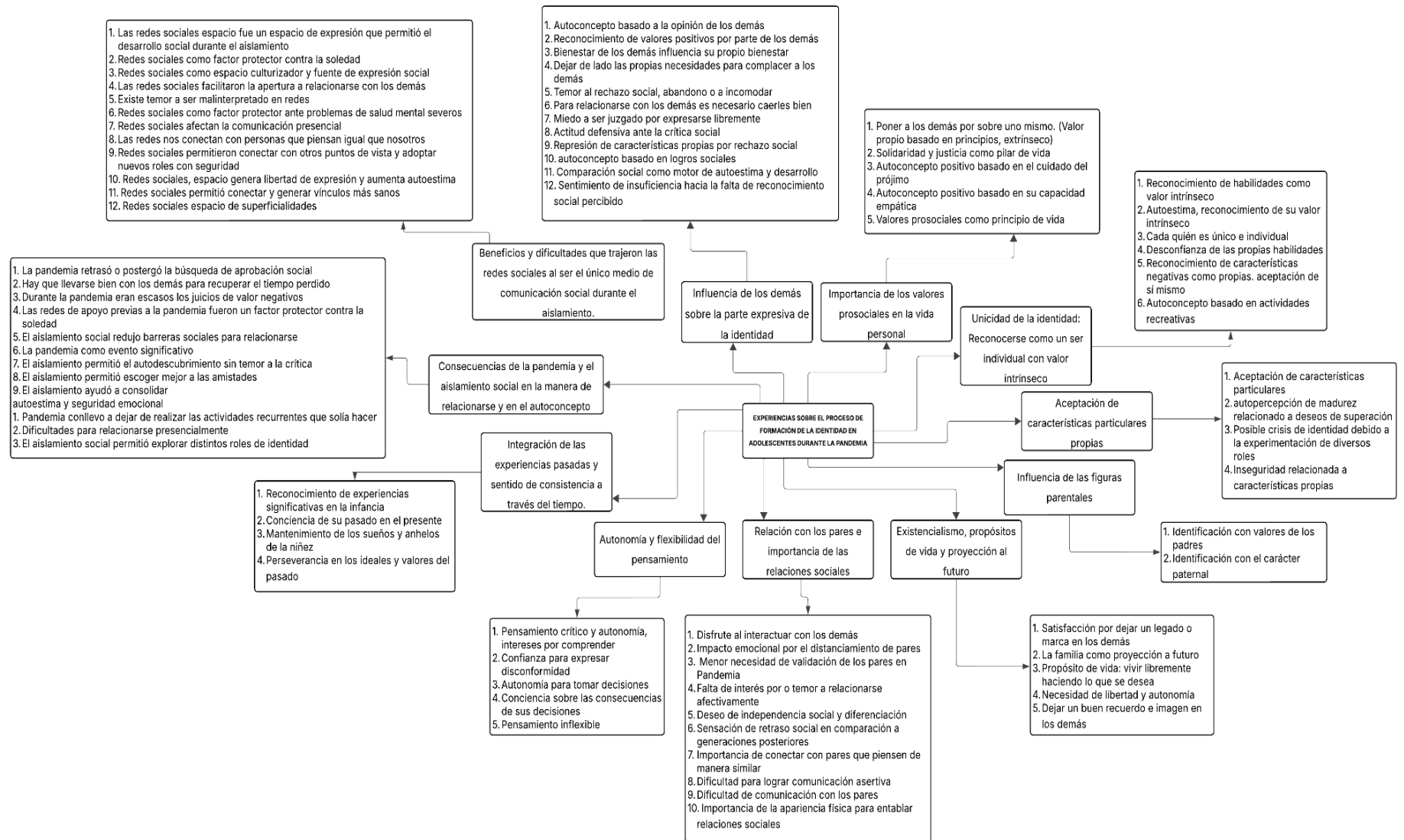
Finalmente, se han abordado todos los temas, a excepción de los códigos que cuentan únicamente con una o dos citas textuales. Esto se debe a que poseen un respaldo limitado. Los códigos descartados son: *reprimir deseos para no incomodar a los demás; ansiedad ante la derrota en comparación social; crecimiento personal a través del prójimo; la solidaridad no se busca, se da de manera espontánea; frustración por sentir que no es único y valioso; condescendencia al deseo de los padres; egocentrismo, búsqueda de admiración y competitividad; autoexigencia, búsqueda de autosuperación y unicidad; conciencia sobre lo efímero del tiempo; conciencia sobre la muerte; pandemia conllevó a mayor autonomía de los pares; redes sociales son parte vital del desarrollo y comunicación social hace tiempo y pensamiento inflexible.*

Además, se han fusionado algunos códigos de la siguiente manera: *la identificación con el carácter paternal y los deseos de complacencia con los padres; Propósito de vida: vivir libremente haciendo lo que se desea con necesidad de libertad y autonomía; frustración ante falta de comunicación horizontal con dificultad de comunicación con los pares; pensamiento flexible a entender otros puntos de vista con pensamiento crítico y autonomía, intereses por comprender; las redes sociales nos permiten contrastar perspectivas y comprender o adoptar otros puntos de vista con redes sociales como espacio culturizador y fuente de expresión social; y finalmente amigos virtuales fuente importante de validación con las redes nos conectan con personas que piensan igual que nosotros.*

A continuación, se presentará la red hermenéutica a modo de resumen de la codificación:

**Figura 2.**

*Red hermenéutica del análisis de entrevistas a adolescentes*



Previo a la presentación de las recomendaciones, es importante reconocer algunas limitaciones que surgieron durante la etapa de recolección de información y que acompañaron el desarrollo de la investigación. En un inicio, se presentó cierta dificultad para acceder a la muestra, ya que, al no contar con un contacto directo con la población objetivo, fue necesario recurrir a intermediarios para llegar a los posibles participantes. Hubo casos en los que se logró establecer comunicación, pero las entrevistas no pudieron concretarse debido a la disponibilidad de tiempo o espacio de los adolescentes. Si bien este proceso extendió ligeramente el tiempo de reclutamiento, la limitación pudo superarse al contactar a otros participantes que cumplían con los criterios y contaban con disponibilidad. Por otro lado, otra limitación potencial estuvo relacionada con la capacidad de los investigadores para establecer una adecuada alianza con los participantes. Al tratarse de adolescentes con quienes se interactuaba por primera vez, fue necesario prestar especial atención a generar un clima de confianza que favoreciera la apertura al diálogo. Mientras algunos participantes se mostraron extrovertidos y espontáneos en sus respuestas, otros tuvieron mayor dificultad para expresarse, lo que se reflejó en un tiempo de entrevista más prolongado. Una vez que se generó un ambiente de comodidad, el ritmo de la conversación se volvió más fluido. En este sentido, la pericia de los investigadores resultó fundamental para facilitar la expresión de los adolescentes, tanto al acompañar y guiar a quienes necesitaban mayor contención para abrirse, como al recausar a quienes, en su apertura, podían desviarse del tema central.

## 4. RECOMENDACIONES

- Para futuras investigaciones se recomienda trabajar con poblaciones de distintos niveles socioeconómicos, dado que el presente estudio se centró en participantes de condición socioeconómica medio alta y alta. Podría resultar interesante replicar esta investigación, pero centrada en adolescentes de niveles socioeconómicos medio bajo y bajo, con el objetivo de identificar diferencias y similitudes, clarificar el impacto del aislamiento social, y distinguir si afectó más en algún nivel socioeconómico que otro.
- Investigar sobre las percepciones que tienen los adolescentes respecto a su proceso de construcción de la identidad durante la pandemia del covid-19 en contextos socioculturales diferentes al Perú, como en otras regiones de Latinoamérica, debido a las similitudes culturales y al impacto de la pandemia en el continente.
- Podría considerarse la realización de una nueva investigación, tomando esta como punto de partida, dentro de algunos años y enfocada en adultos jóvenes. Esto con el fin de analizar si con el paso del tiempo, quienes entraron a la adolescencia en la pandemia, reconocen este evento como un suceso determinante en la construcción de su identidad personal.

## 5. CONCLUSIONES

- Respecto a la experiencia subjetiva en relación con sus metas, valores y perspectivas a futuro, los adolescentes expresaron que su proyecto de vida se vincula con la idea de trascender, tener un impacto significativo en la vida de los demás y ser recordados de manera positiva. Por su parte, la conciencia de la muerte surge en sus relatos asociada a la vivencia del aislamiento social. Asimismo, algunos participantes relacionaron su futuro con la formación o continuidad de una familia como espacio desde el cual proyectarse. También se destacó la importancia de la libertad y la autonomía para tomar decisiones propias y vivir de acuerdo con sus deseos.
- Respecto a la experiencia subjetiva de los adolescentes sobre la integración de su identidad, la mayoría señaló percibirse como la misma persona antes y después de la pandemia. Sin embargo, otros expresaron no reconocerse como la misma persona que eran antes del aislamiento o incluso, sentir que ni siquiera son la misma persona que fueron durante la pandemia, esto debido al choque contextual que implicó volver a la presencialidad. Por esto último, ciertos participantes mencionaron tener dificultades para definirse a sí mismos, debido a los distintos roles que experimentaron, algunos de los cuales pudieron ser contradictorios.
- En cuanto al significado que los adolescentes le otorgan a la experiencia haber vivido su proceso de formación de la identidad en el contexto de pandemia, algunos mencionaron sentirse como si tuvieran un par de años menos, por la falta de experiencias cotidianas de socialización que tuvieron durante este período, afectando así la percepción que estos tienen sobre su propia madurez y desarrollo.
- En la mayoría de los casos, los adolescentes consideraron que el aislamiento social de alguna forma los ayudó a consolidar su autoestima ya que, al tener menor contacto con los pares, también tuvieron menor contacto con el cuestionamiento de su identidad o la crítica. De esta forma, los adolescentes se sintieron con mayor seguridad para explorar distintos roles, ideas, e incluso su sexualidad sin temor a la crítica, dando como resultado una identidad consolidada. Sin embargo, el regreso a las clases presenciales reactivó la necesidad de aprobación social y el temor a ser juzgados.

- Respecto a la experiencia subjetiva en relación a su necesidad de independencia, los participantes resaltaron la importancia que tiene la libertad para ellos, sin embargo no reconocieron relación entre el aislamiento social y su deseo de independencia. De forma complementaria, los adolescentes entrevistados con ambientes familiares más sólidos tendían a percibirse de una forma más positiva, esto debido a que un espacio que brinde seguridad emocional; permite que el menor actúe con autenticidad, se acepte a sí mismo y valore su individualidad.
- Respecto a la experiencia subjetiva en relación al rol que ejercen las redes sociales en la formación de su identidad, los adolescentes reconocen que estas fueron un elemento clave e importante para la construcción de su identidad durante la pandemia. Consideran que redujeron las barreras para relacionarse pues los conectaron con diversas perspectivas sociales y herramientas de apoyo, esto permitió cultivar su autoestima y autonomía. Sin embargo, algunos adolescentes tuvieron dificultades para relacionarse con sus pares de manera virtual, mientras que otros se adaptaron tanto a esta modalidad que al volver a la presencialidad se les dificultó entablar relaciones sociales.
- Varios de los participantes de este estudio señalaron sentir temor a ser juzgados por comunicar sus ideas libremente, o querer poner las necesidades de los demás por encima de las suyas. En la adolescencia es sabido que la opinión de los pares cobra mayor relevancia. Por eso, muchos jóvenes suelen expresarse de acuerdo con lo que su grupo considera aceptado o bien visto.

## REFERENCIAS

- Abreu, J. L. (2014). El método de la investigación. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 9(3), 195-204. <http://www.spentamexico.org/v9-n3/A17.9%283%29195-204.pdf>
- Albillos, V. (1979). Aproximación al concepto psicológico de adaptación. *Revista Española de Pedagogía*, (146), 95-113. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/7952>
- Alcover, C. M., Rodríguez, F., Pastor, Y., Thomas, H., Rey, M., & Del Barrio, J. L. (2020). Group membership and social and personal identities as psychosocial coping resources to psychological consequences of the COVID-19 confinement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7413. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7601487/>
- Álvarez-Gayou, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa* (1ra ed.). Paidós.
- Améstica, L., King, A., Sanhueza, D., y Ramírez, V. (2021). Efectos económicos de la deserción en la gestión universitaria: el caso de una universidad pública chilena. *Hallazgos*, 18(35), 209-231. <https://doi.org/10.15332/2422409X.5772>
- Anaya, C. (2025, 14 de marzo). *El impacto psicológico del confinamiento en niños y adolescentes*. Artículo 14. Recuperado de [medio digital Artículo 14]
- Arab, E., y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Ballesteros, C. J., y Picazo, L. (2019). *Las TIC y su influencia en la socialización de adolescentes*. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. <https://zenodo.org/record/3626905>
- Barendse, M., Flannery, J., Cavanagh, C., Aristizabal, M., Becker, S., Berger, E., et al. (2022). Longitudinal change in adolescent depression and anxiety symptoms from before to during the COVID-19 pandemic. *Journal of Research on Adolescence*, 33(1), 74–91. <https://doi.org/10.1111/jora.12781>

- Becht, A. I., Nelemans, S. A., Branje, S. J. T., Vollebergh, W. A. M., & Meeus, W. H. J. (2021). Daily identity dynamics in adolescence shaping identity in emerging adulthood: An 11-year longitudinal study on continuity in development. *Journal of Youth & Adolescence*, 50(8), 1616–1633. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01370-3>
- Benzi, I. M. A., Fontana, A., Carone, N., Sideli, L., Locati, F., Parolin, L., & Ensink, K. (2025). Exploring the p-Factor in Adolescence: A Bifactor Exploratory Structural Equation Modeling Approach and Its Association With Emerging Personality Pathology. *Journal of Adolescence*, 1-14. <https://doi.org/10.1002/jad.12449>
- Bernal, A. (2003). La construcción de la identidad personal como proyecto de educación moral. Supuestos teóricos y delimitación de competencias. *Teoría de la Educación*, (15), 129-160. <https://revistas.usal.es/tres/index.php/1130-3743/article/view/3033>
- Bernasco, E. L., Nelemans, S. A., van der Graaff, J., & Branje, S. (2021). Friend support and internalizing symptoms in early adolescence during COVID-19. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 692–702. <https://doi.org/10.1111/jora.12662>
- Bogaerts, A., Claes, L., Buelens, T., Verschueren, M., Palmeroni, N., Bastiaens, T., & Luyckx, K. (2021). Identity synthesis and confusion in early to late adolescents: Age trends, gender differences, and associations with depressive symptoms. *Journal of Adolescence*, 87, 106-116. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.01.006>
- Bolio, A. (2012). Husserl y la fenomenología trascendental: Perspectivas del sujeto en las ciencias del siglo XX. *Reencuentro*, (65), 20-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34024824004>
- Boulton, M. J., & Macaulay, E. K. (2023). Does authentic self-esteem buffer the negative effects of bullying victimization on social anxiety and classroom concentration? *British Journal of Educational Psychology. Advance online publication*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12573>
- Branje, S. (2022). Adolescent identity development in context. *Current Opinion in Psychology*, 45, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.11.006>

- Brass, N. R., & Ryan, A. M. (2021). Changes in behavioral correlates of social status during early adolescence: Does school context matter? *Developmental Psychology*, 57(7), 1136–1148. <https://doi.org/10.1037/dev0000957>
- Briones, G. (1996). Epistemología de las ciencias sociales. *Programa de Especialización en Teoría, Métodos y Técnicas de Investigación social*. <https://cordescorporacion.cl/wp-content/uploads/2018/03/epistemología-briones.pdf>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Burke, T., Kutok, E., Dunsiger, S., Nugent, N., Patena, J., Riese, A., & Ranney, M. (2021). A national snapshot of U.S. adolescents' mental health and changing technology use during COVID-19. *General Hospital Psychiatry*, 71, 147-148. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2021.05.006>
- Cadillo Leiva, G. S., Valentin Centeno, L. M., & Huairu Inacio, E. J. (2022). Género y desarrollo de habilidades blandas en el ámbito educativo durante la pandemia por COVID-19. *ConCiencia EPG*, 7(2), 1–15. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.7-2.1>
- Castellanos Dávalo, L. A., & Almeida Márquez, L. (2024). Funcionamiento familiar y autoestima en adolescentes de la ciudad de Guayaquil, Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 18(2), 63–74. <https://doi.org/10.37135/ee.04.20.06>
- Castillo, E., y Vásquez, M. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Colombia Médica*, 34(3), 164-167. <https://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/269/27>
- Castro, A. (2011). Estrategias de aculturación y adaptación psicológica y sociocultural de estudiantes extranjeros en la Argentina. *Interdisciplinaria*, 28(1), 115-130. [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272011000100007&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272011000100007&script=sci_arttext&tlng=en)

- Cauberghe, V., Van Wesenbeeck, I., De Jans, S., Hudders, L., & Ponnet, K. (2021). *How adolescents use social media to cope with feelings of loneliness and anxiety during COVID-19 lockdown. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 24*(4), 250–257. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0478>
- Cheong, Y., Zhu, Q., Wang, C., Patel, A., & Ye, Y. (2023). The roles of parenting, resilience, and interpersonal relationships on adolescents' mental health and stress-related growth during COVID-19. *Journal of Adolescence, 95*(8), 1641-1652. <https://doi.org/10.1002/jad.12232>
- Chui, R. C.-f., Li, H., Chan, C.-k., Siu, N. Y.-f., Cheung, R. W.-l., Li, W.-o.,... Xu, N. (2025). Prosocial behaviour, individualism, and future orientation of Chinese youth: The role of identity status as a moderator. *Behavioral Sciences, 15*(2), Article 193. <https://doi.org/10.3390/bs15020193>
- Cívico, A., Cuevas, N., & Colomo, E. (2021). Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: Una preocupación familiar. *Hachetetepé. Revista científica de educación y comunicación, 1*(22), 1–12. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4965](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4965)
- Colegio de Psicólogos del Perú (2018). *Código de Ética y Deontología*. [http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of memory and language, 53*(4), 594-628. <https://doi.org/10.1016/j.jml.2005.08.005>
- Cortés-García, L., Hernández Ortiz, J., Asim, N., Sales, M., Villareal, R., Penner, F., & Sharp, C. (2022). COVID-19 conversations: A qualitative study of majority Hispanic/Latinx youth experiences during early stages of the pandemic. *Child & Youth Care Forum, 51*, 769–793. <https://doi.org/10.1007/s10566-021-09653-x>
- Côté, J. E. (2018). The enduring usefulness of Erikson's concept of the identity crisis in the 21st century: An analysis of student mental health concerns. *Identity, 18*(4), 251-263. <https://doi.org/10.1080/15283488.2018.1524328>

- Crocetti, E., Prati, F., & Rubini, M. (2018). The interplay of personal and social identity. *European Psychologist, 23*(4), 300–310. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000336>
- Delgado, P. (2020, octubre). *El discurso de odio entre niños y adolescentes aumentó un 70 % desde que los estudiantes comenzaron las clases en línea, señala un estudio*. Institute for the Future of Education. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/cyberbullying-en-aumento-durante-la-pandemia/>
- Díaz, F., y Donoso, A. (2022). Infancia y COVID-19: Los efectos indirectos de la pandemia COVID-19 en el bienestar de niños, niñas y adolescentes. *Andes Pediátrica, 93*(1), 10-18. <http://dx.doi.org/10.32641/andespediatr.v93i1.4250>
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica, 2*(7), 162-167. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733228009>
- Díaz Muñoz, D. A. (2017). *Construcción de identidad personal en adolescentes con dificultades del desarrollo cognitivo* [Tesis de magíster, Universidad de Chile]. Repositorio Académico de la Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/168412>
- Du, X., Xiang, G., Xiao, M., Liu, X., Sun, J., Ding, C., & Chen, H. (2023). The relationship between loneliness and problematic smartphone use among adolescents during the COVID-19 pandemic: The mediating role of negative emotions and maladaptive coping. *Journal of Adolescence, 95*(7), 1449-1462. <https://doi.org/10.1002/jad.12218>
- Duque, H, y Aristizábal, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo: Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología, 15*(25), 1–24. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- El Comercio. (2021, 24 de agosto). *Clases presenciales 2021: ¿Cuántas escuelas ya ofrecen el servicio educativo semipresencial?* <https://elcomercio.pe/respuestas/clases-presenciales-2021-cuantas-escuelas-ya->

[ofrecen-el-servicio-educativo-semipresencial-minedu-ministerio-de-educacion-ano-escolar-2021-juan-cadillo-ministro-revtli-noticia/](#)

Ellis, W., Dumas, T., & Forbes, L. (2020). Physically isolated but socially connected: psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 52(3), 177- 187.  
<http://dx.doi.org/10.1037/cbs0000215>

Erikson, E. (1978). Infancia y Sociedad, trad. Noemí Rosenblatt. *Buenos Aires: Hormé*, 222-247.

Erskine, R. G. (2020). El desarrollo infantil en psicoterapia integrativa: Las primeras tres etapas de Erik Erikson. *Revista de Psicoterapia*, 31(117), 213–232.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7620850>

Farfán, O. D., y Cedeño, R. B. (2022). Las redes sociales y su impacto en las habilidades sociales en adolescentes de la Escuela Fiscal Mixta “Rubén Darío” del sitio la soledad del Cantón Junín. *Polo del Conocimiento*, 7(10), 411-433.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v7i10>

Fernández, N. (13 de febrero de 2020). *Informe Belmont sobre Psiquiatría Legal*. Escuela de Líderes Masters Online, Cursos y Postgrados.  
<https://www.inesem.es/revistadigital/juridico/informe-belmont/#:~:text=El%20Informe%20Belmont%20explica%20y,sujetos%20humanos%20en%20la%20investigaci%C3%B3n>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Informe Regional: Europa. Estado Mundial de la Infancia 2021 'En mi mente'*.  
<https://www.unicef.es/publicacion/informe-regional-europa-estado-mundial-de-la-infancia-2021-en-mi-mente>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2022). *Niñas, niños y adolescentes en el Perú: Análisis de su situación al 2020. Resumen ejecutivo*. UNICEF.  
<https://www.unicef.org/peru/media/12141/file/Resumen%20Ejecutivo:%20Situaci%C3%B3n%20de%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20en%20el%20Per%C3%BA%20.pdf>

- Fraga, C., Duarte, S., Costa, M. J., Pires da Silva, S., & Aguiar, A. (2022). Adolescence in a pandemic: increased challenges? *Nascer e Crescer*, 31(3), 281-292. <https://doi.org/10.25753/birthgrowthmj.v31.i3.27730>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0370410615001412>
- Gaxiola, J., Gaxiola, E., y Frías, M. (2017). Variables contextuales e individuales relacionadas con la crianza positiva materna. *Universitas Psychologica*, 16(2), 1-12. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-2.vcir>
- Gaxiola, J., y González, S. (2019). Apoyo percibido, resiliencia, metas y aprendizaje autorregulado en bachilleres. *Revista electrónica de investigación educativa*, 21, 2-10 <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e08.1983>
- GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. (2022). Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Psychiatry*, 9(2), 137–150. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)
- Glick, J. E., Alcaraz, M., Randrianasolo, A., & Yabiku, S. T. (2025). COVID-19, school closures and the retreat from educational aspirations. *Journal of Adolescence*, 97, 148-164. <https://doi.org/10.1002/jad.12406>
- Gobierno del Perú (2021, 30 de setiembre). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Gobierno del Perú. (2022, 14 de marzo). *El 64 % de escolares volvieron hoy a las aulas*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/590136-el-64-de-escolares-volvieron-hoy-a-las-aulas>
- Gonzales-Castillo, J., Varona-Castillo, L., Domínguez-Morante, M., & Ocaña-Gutierrez, V. (2020). Pandemia de la COVID-19 y las Políticas de Salud Pública en

el Perú: Marzo-Mayo 2020. *Revista de Salud Pública*, 22(2), 155–163.

<https://doi.org/10.15446/rsap.V22n2.87373>

Guanipa, L., y Angulo, M. (2020). La identidad social en la educación: hacia una participación ciudadana. *Desde el Sur*, 12(1), 155-166.

<http://dx.doi.org/10.21142/des-1201-2020-0010>

Guba, E. (1983). Criterios de credibilidad en la investigación naturalista. En J. Gimeno y A. Perez (Eds.), *La enseñanza: su teoría y su práctica*, (pp. 148-165). Akal.

Guessoum, S., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., & Moro, M. (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*, 291, 113264.

<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>

Gutgesell, M. E., & Payne, N. (2004). Issues of adolescent psychological development in the 21st century. *Pediatrics in Review*, 25(3), 79-85.

<https://doi.org/10.1542/pir.25-3-79>

Hamilton, J. L., Dreier, M. J., & Boyd, S. I. (2023). Social media as a bridge and a window: The changing relationship of adolescents with social media and digital platforms. *Current Opinion in Psychology*, 52, 101633. Social media as a bridge and a window: The changing relationship of adolescents with social media and digital platforms - ScienceDirect

Hards, E., Rathbone, C. J., Ellis, J. A., & Reynolds, S. (2024). ‘What is the self anyway?’ towards a more parsimonious conceptualisation of the self: A review. *New Ideas in Psychology*, 74, 101080.

<https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2024.101080>

Hatano, K., Hihara, S., Tsuzuki, M., Nakama, R., & Sugimura, K. (2024). Does Employment Status Matter for Emerging Adult Identity Development and Life Satisfaction? A Two-wave Longitudinal Study. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(9), 1-11. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-01992-x>

Hawes, M. T., Szenczy, A. K., Klein, D. N., Hajcak, G., & Nelson, B. D. (2021). Increases in depression and anxiety symptoms in adolescents and young adults

during the COVID-19 pandemic. *Psychological Medicine*, 52(17), 3222–3230.  
<https://doi.org/10.1017/S0033291720005358>

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. The Guilford Press.

Hernández, C., y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista Científica del Instituto Nacional de Salud*, 2(1), 75–79.  
<https://www.lamjol.info/index.php/alerta/article/view/7535>

Hernández, R., y Mendoza, C. P. (2023). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Education.

Hidalgo, N. P., Lucas, A. J., y Castro, J. (2024). Estado emocional y psicológico post covid -19 en niños y adolescentes. *Revista Multidisciplinaria Arbitrada de Investigación Científica*, 8(1), 1-17.  
<https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.4544-4559>

Houghton, S., Kyron, M., Hunter, S. C., Lawrence, D., Hattie, J., Carroll, A., & Zadow, C. (2022). Adolescents' longitudinal trajectories of mental health and loneliness: The impact of COVID-19 school closures. *Journal of adolescence*, 94(2), 191-205.  
<https://doi.org/10.1002/jad.12017>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2022, junio 8). *Estadísticas de acceso y uso de internet en el Perú, 2021*. INEI.  
[https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin\\_tecnologias\\_acceso\\_2021.pdf](https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_tecnologias_acceso_2021.pdf)

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2024). *Informe Técnico “Estado de la Niñez y Adolescencia Enero, Febrero y Marzo 2024”*  
[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin\\_ninez\\_adolescencia.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_ninez_adolescencia.pdf)

Izquierdo, S., Granese, M., y Maira, A. (2023). Efectos de la pandemia en el bienestar socioemocional de los niños y adolescentes en Chile y el mundo. *Economía y Políticas Públicas*, (647), 1-30. [https://www.cepchile.cl/wp-content/uploads/2023/03/pder647\\_granese\\_etal.pdf](https://www.cepchile.cl/wp-content/uploads/2023/03/pder647_granese_etal.pdf)

- Kabato, I. (7 de octubre de 2020). ¿Qué es la identidad personal? *Psicoadapta*.  
<https://www.psicoadapta.es/blog/que-es-la-identidad-personal/>
- Kelly, G. (2001). *Psicología de los constructos personales*. Paidós
- Klimenko, O., Catano, Y., Otalvaro, I., y Usuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 1-33. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Kowalska-Dąbrowska, M., Kostrubiec-Wojtachnio, B., & Cieślak, R. (2010). *Self-assessment of physical appearance by 13-year-olds as one of predictors of functioning in school and peer environment*. *Medycyna Wieku Rozwojowego*, 14(4 Pt 1), 375–384. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21186664/>
- Kvale, S. (2011). *Las entrevistas en investigación cualitativa* (Vol. 2). Ediciones Morata.
- Lambert, L., Passmore, H.-A., & Holder, M. D. (2020). *Foundations of Well-Being: The Collective Nature of Positive Emotions*. Springer.
- Lardies, F., y Potes, V. (2022). Redes sociales e identidad: ¿desafío adolescente? *Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades*, 30(1), 1-17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n1.2528>
- Laursen, B., & Veenstra, R. (2021). *Toward understanding the functions of peer influence: A summary and synthesis of recent empirical research*. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 889–907. <https://doi.org/10.1111/jora.12646>
- Liang, E., Kutok, E. R., Rosen, R. K., Burke, T. A., & Ranney, M. L. (2023). *Effects of social media use on connectivity and emotions during pandemic-induced school closures: Qualitative interview study among adolescents*. *JMIR Mental Health*, 10, e37711. <https://doi.org/10.2196/37711>
- Livia, J., Aguirre, M., y Rondoy, D. (2021). Impacto Psicológico del aislamiento social en estudiantes de una Universidad Pública de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 1-12. 2310-4635-pyr-9-02-e768.pdf (scielo.org.pe)

- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *The Lancet Psychiatry*, 7(8), 635–650. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30337-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30337-3)
- López, M. B., y Drivet, L. (2023). Salud mental de niños, niñas y adolescentes argentinos, y pandemia por COVID-19: factores de riesgo y lecciones aprendidas. *Psicodebate*, 23(1), 1-18. Psicodebate 23-1 FINAL ([scielo.org.ar](https://scielo.org.ar))
- Lora, M., Sevillano, J., García, R., Rodríguez, T., y Vilca, Y. (2021). Efectos del programa educativo "Libres de COVID-19" sobre las habilidades sociales preventivas del adolescente. *Horizonte Médico (Lima)*, 21(4), 1-9. <https://doi.org/10.24265/horizmed.2021.v21n4.03>
- Magis-Weinberg, L., Gys, C. L., Berger, E. L., Domoff, S. E., & Dahl, R. E. (2021). Positive and negative online experiences and loneliness in Peruvian adolescents during the COVID-19 lockdown. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 717–733. <https://doi.org/10.1111/jora.12666>
- Magro Lazo, G. C., Miranda Ayala, R. A., & Granado, X. O. (2024). Victimización durante la pandemia de COVID-19 y síntomas de trauma psicológico en adolescentes tempranos y tardíos: el papel mediador de la soledad. *Revista de Psicología*. <https://doi.org/10.18800/psico.202401.008>
- Major, D. (2024). *The effect of school lockdown on well-being and self-esteem among adolescents*. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/10.3389/>
- Malterud, K., Siersma, V. D., & Guassora, A. D. (2016). Sample Size in Qualitative Interview Studies: Guided by Information Power. *Qualitative health research*, 26(13), 1753–1760. <https://doi.org/10.1177/1049732315617444>
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. En J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159–187). New York: Wiley.

- Marcia, J. E. (2002). Adolescence, Identity, and the Bernardone Family. *Identity an International Journal of Theory and Research*, 2(3), 199–209.  
[https://doi.org/10.1207/S1532706XID0203\\_01](https://doi.org/10.1207/S1532706XID0203_01)
- Mayorga, R., Virgen, A., Martínez, A., y Salazar, D. (2020). Prueba Piloto. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 9(17), 69-70.  
<https://doi.org/10.29057/icsa.v9i17.6547>
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
- McLean, K. C. (2005). Late adolescent identity development: narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, 41, 683–691.  
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.41.4.683>
- Meca, A., Allison, K. K., Passini, J., Veniegas, T., Cruz, B., Castillo, L. G., Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Michikyan, M., Bessaha, M., Regan, P. C., Subrahmanyam, K., Bartholomew, J., Piña-Watson, B., Cano, M. Á., & Martínez, C. R. (2023). Navigating identity uncertainty: Identity distress during the COVID-19 pandemic. *Emerging Adulthood*, 11(6), 1065–1079.  
<https://doi.org/10.1177/21676968231203031>
- Mejía, J. (2000). El muestreo en la investigación cualitativa. *Investigaciones Sociales*, (5), 1-16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7779030>
- Mieles, M., Tonon, G., y Alvarado, S. (2012). Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas Humanística*, (74), 195-225.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4411518>
- Montalvo, D., y Jaramillo, A. (2022). Habilidades sociales y autoconcepto en adolescentes durante el aislamiento social por pandemia de COVID-19. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 47-57. <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.06>

- Morales, M. (2022, 22 de diciembre). Perú cierra el año escolar con casi 2.500 casos de bullying, la cifra más alta en 9 años. *LR DATA*. <https://data.larepublica.pe/peru-cierra-el-ano-escolar-con-casi-2500-casos-de-bullying-la-cifra-mas-alta-en-9-anos/>
- Myruski, S., Pérez-Edgar, K., & Buss, K. A. (2023). Adolescent coping and social media use moderated anxiety change during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adolescence*, 96(1), 177-195. <https://doi.org/10.1002/jad.12267>
- National Institute of Mental Health. (2020). *El cerebro de los adolescentes: 7 cosas que usted debe saber*. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/el-cerebro-de-los-adolescentes-7-cosas>
- Neff, K. D. (2021). *Fierce Self-Compassion: How Women Can Harness Kindness to Speak Up, Claim Their Power, and Thrive*. Harper Wave.
- Obando, L., Harvey, J., Arteaga, K., y Córdoba, K. (2021). Eventos vitales estresantes, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adolescentes en contexto de pandemia: Stressful life events, coping strategies and adolescent resilience in the context of a pandemic. *Psicogente*, 24(46), 1-17. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4789>
- Oberle, E., Ji, X. R., Alkawaja, M., Molyneux, T. M., Kerai, S., Thomson, K. C., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., Gadermann, A. M. (2024). Connections matter: Adolescent social connectedness profiles and mental well-being over time. *Journal of Adolescence*, 96(1), 31-48. <https://doi.org/10.1002/jad.12250>
- Oberle, E., Ji, X. R., & Molyneux, T. M. (2023). Pathways from prosocial behaviour to emotional health and academic achievement in early adolescence: The mediating role of peer acceptance. *Journal of Early Adolescence*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/02724316221113349>
- Ochoa, F., y Barragán, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(1), 85-92. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun>.
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2021). Adolescents' online connections with friends during COVID-19: An assessment of the forms of communication and

their association with emotional adjustment. *Computers in Human Behavior*, 120, 106761. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106761>

Organización Mundial de la Salud (s.f.). *Salud del adolescente*.

[https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_3](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_3)

Organización Panamericana de la Salud. (2021, 15 de setiembre). *Los niños, niñas y adolescentes están profundamente afectados por la pandemia de COVID-19, afirma la directora de la OPS* <https://www.paho.org/es/noticias/15-9-2021-ninos-ninas-adolescentes-estan-profundamente-afectados-por-pandemia-covid-19>

Papalia, D., Feldman, R., y Martorell, G. (Ed). (2021). *Desarrollo humano*. McGraw-Hill.

Peplak, J., Taffe, R., & Klemfuss, J. Z. (2024). Adolescents' meaning making of salient emotional experiences during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adolescence*, 1-16. <https://doi.org/10.1002/jad.12440>

Pérez-Torres, V., Romera-Félix, M., & Igartua, J. J. (2024). A digital social mirror for identity development during adolescence. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z>

Pimienta, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Política y Cultura*, (13), 263-276. <https://www.redalyc.org/pdf/267/26701313.pdf>

Pivnick, L. K., Gordon, R. A., & Crosnoe, R. (2020). Crowd sourcing: Do peer crowd prototypes match reality? *Social Psychology Quarterly*, 83(3), 272–293. <https://doi.org/10.1177/0190272520936228>

Plata et al. (2017). Validez y confiabilidad en investigación cualitativa. *Revista Arje*, 11(21), 352-357 <http://arje.bc.uc.edu.ve/arj21/art24.pdf>

Potterton, R., Austin, A., Robinson, L. et al. Identity Development and Social-Emotional Disorders During Adolescence and Emerging Adulthood: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Youth Adolescence* 51, 16–29 (2022). <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01536-7>

Portillo, V., Ávila, J., y Capps, J. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149.

<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182>

Presidencia de la República del Perú. (2020, 6 de marzo). *Presidente Vizcarra dio a conocer primer caso de infección por coronavirus en el Perú e hizo un llamado a la población a mantener la calma*. Noticias.

<https://www.gob.pe/institucion/presidencia/noticias/86976-presidente-vizcarra-dio-a-conocer-primer-caso-de-infeccion-por-coronavirus-en-el-peru-e-hizo-un-llamado-a-la-poblacion-a-mantener-la-calma>

Presidencia del Consejo de Ministros. (2020a, 15 de marzo). *Decreto Supremo N° 044-2020-PCM que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19*. Plataforma digital única del Estado Peruano.

<https://www.gob.pe/institucion/pcm/normas-legales/460472-044-2020-pcm>

Presidencia del Consejo de Ministros. (2020b, 30 de noviembre). *Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de las personas a consecuencia de la COVID-19 y establece las medidas que debe seguir la ciudadanía en la nueva convivencia social* [Decreto Supremo N° 184-2020-PCM]. Plataforma digital única del Estado Peruano.

<https://www.gob.pe/institucion/pcm/normas-legales/1368342-184-2020-pcm>

Presidencia del Consejo de Ministros. (2022, 27 de octubre). *Decreto Supremo N.º 130-2022-PCM que da por concluido el Estado de Emergencia Nacional por la COVID-19*. *Diario Oficial El Peruano*.

[https://spij.minjus.gob.pe/Normas/covid19/PRESIDENCIA\\_DEL\\_CONSEJO\\_DE\\_MINISTROS/DECRETO\\_SUPREMO\\_130-2022-PCM.pdf](https://spij.minjus.gob.pe/Normas/covid19/PRESIDENCIA_DEL_CONSEJO_DE_MINISTROS/DECRETO_SUPREMO_130-2022-PCM.pdf)

Price, M., Bell, Z., & Luyckx, K. (2024). Self-clarity, autonomy, and social functioning in adolescence: The role of identity development. *Children and Youth Services Review*, 158, 107324. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2024.107324>

- Quiroga, F., Capella, C., Sepúlveda, G., Conca, B., y Miranda, J. (2021). Identidad personal en niños y adolescentes: estudio cualitativo. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 1-25. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.19.2.4448>
- Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-5. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>
- Retamal, D. (2022). Efectos de la pandemia COVID-19 en la salud mental infanto juvenil: revisión bibliográfica: Effects of the COVID-19 pandemic on the mental health of children and adolescents: a bibliographic review. *ARS MEDICA Revista de Ciencias Médicas*, 47(3), 23-31. <https://doi.org/10.11565/arsmed.v47i3.1913>
- Ribot, V., Rodríguez, N., y Gonzáles, A. (2021). Hikikomori: síndrome de aislamiento social extremo en adolescentes y jóvenes. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 18(2), 2-9. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revhospsihab/hph-2021/hph212f.pdf>
- Rodríguez, E. (2013). Identidad y nacionalidad. *UAM. Departamento de Derecho Privado, Social y Económico*, (17), 207-236. <http://hdl.handle.net/10486/662583>
- Rojas, X., y Osorio, B. (2017). Criterios de Calidad y Rigor en la Metodología Cualitativa. *Gaceta de Pedagogía*, (36), 62-74. [https://www.academia.edu/41012580/Criterios\\_de\\_Calidad\\_y\\_Rigor\\_en\\_la\\_Metodologia%20Cualitativa](https://www.academia.edu/41012580/Criterios_de_Calidad_y_Rigor_en_la_Metodologia%20Cualitativa)
- Ruan, Q.-N., Shen, G.-H., Yang, J.-S., & Yan, W.-J. (2023). The interplay of self-acceptance, social comparison and attributional style in adolescent mental health: cross-sectional study. *BJPsych Open*, 9(6), e202. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.594>
- Rutledge, S. A., Bunn, S., Paul, M., Dennen, V., & Park-Gaghan, T. (2024). Exploring teen well-being and social media use during the pandemic summer of 2020. *International Journal of Adolescence and Youth*. <https://doi.org/10.1080/02673843.2024.2447464>

- Sánchez, L., y García, E. (2020). Estudio de caso sobre el desarrollo de competencias emocionales y la construcción de la identidad personal en un centro de Educación Secundaria. *Revista Complutense de Educación*, 31(4), 403-412.  
<https://doi.org/10.5209/rced.65396>
- Schettini, P., y Cortazzo, I. (2016). *Técnicas y estrategias en la investigación cualitativa*. Editorial de la Universidad de La Plata (EDULP).  
<http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/53686>
- Schwartz, S. J., Ertanir, B., Harkness, A., Zamboanga, B. L., Bessaha, M. L., Bartholomew, J. B., ... Martinez, C. R. (2023). The role of personal identity as a resource for college students during COVID-19. *Journal of American College Health*, 1–11. <https://doi-org.ezproxy.ulima.edu.pe/10.1080/07448481.2023.2214244>
- Sepúlveda, M. G. (2020). *Psicoterapia constructivista evolutiva con niños y adolescentes*. Mediterráneo.
- Sugimura, K., Hihara, S., Hatano, K. et al. Adolescents' Identity Development Predicts the Transition and the Adjustment to Tertiary Education or Work. *J. Youth Adolescence*, 52, 2344–2356 (2023). <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01838-y>
- Taylor, J., & Armes, G. (2024). Social comparison on Instagram, and its relationship with self-esteem and body-esteem. *Discover Psychology*, 4(1), Article 126.  
<https://doi.org/10.1007/s44202-024-00241-3>
- Tió, J. (2020). La formación del sentimiento de identidad en la adolescencia. *Temas de Psicoanálisis*, 20, 1-29. Jorge-Tió.-La-formación-del-sentimiento-de-identidad-en-la-adolescencia..pdf
- Urbano, P. (2016). Análisis de datos cualitativos. *Revista Fedumar Pedagogía y Educación*, 3(1), 113-126.  
<https://revistas.umariana.edu.co/index.php/fedumar/article/view/1122>
- Vankerckhoven, L., Raemen, L., Claes, L., Eggermont, S., Palmeroni, N., and Luyckx, K. (2023). Identity formation, body image, and body-related symptoms: developmental trajectories and associations throughout adolescence. *J. Youth Adolescence*, 52, 651–669. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01717-y>

- Waggoner, B. (2023). *A review and analysis of legacy motivations and behaviors*.  
[https://doi.org/\[si](https://doi.org/[si)
- Wang, H., Xu, J., Fu, S. et al. (2024). Friend Emotional Support and Dynamics of Adolescent Socioemotional Problems. *J. Youth Adolescence* 53, 2732–2745.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-024-02025-3>
- Wright, A. J., & Jackson, J. J. (2024). *Is parent personality associated with adolescent outcomes for their child? A response surface analysis approach*. *Infant and Child Development*, 33(2), e2395. <https://doi.org/10.1002/icd.2395>
- Yang, B., Chen, B. B., Qu, Y., & Zhu, Y. (2022). The positive role of parental attachment and communication in Chinese adolescents' health behavior and mental health during COVID-19. *Journal of adolescence*, 94(8), 1081-1095.  
<https://doi.org/10.1002/jad.12085>
- Zambrano, A., Wenger, L., Pérez, R., y Rosas, D. (2022). Construcción de identidad en jóvenes infractores de ley, reflexiones a partir de dos décadas de investigaciones en el sur de Chile. *Revista Criminalidad*, 64(1), 67-82.  
<https://revistacriminalidad.policia.gov.co:8000/index.php/revcriminalidad/article/view/332>
- Zambelli, M. (2024). The role of resilience in fostering late adolescents' meaning-making process and identity development. *Journal of Happiness Studies*.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-024-00803-1>
- Zheng, X., Xie, J., Cai, R., & Liu, Z. (2025). *Why avoidance? The impact of childhood emotional abuse on social avoidance*. *BMC Psychology*, 13, Article 558.  
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02852-4>
- Zhu, M. (2024). *How to influence and cultivate young adults' life purpose in the education: A systematic review*. *BMC Psychology*. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02003-1>

# ANEXOS

## Anexo 1: Ficha de datos personales

Ficha de datos personales:

Nombre y apellidos	
Edad	
Nacionalidad	
Año de ingreso a la institución	
Año de egreso de la institución	
Antecedentes médicos/ Psicológicos de importancia	

## Anexo 1: Guía de preguntas

- UNIDAD DE LA IDENTIDAD
  - ¿Cómo te describirías a ti mismo?
  - ¿Cuáles son tus características particulares? ¿qué es lo que te define?  
¿Quién eres tú?
  - ¿Cómo describirías la relación que tienes contigo? ¿Qué es lo que más te gusta o valoras de ti?
  - ¿Qué es lo que menos te gusta de ti?
  - ¿Qué más te diferencia de los demás?
  - ¿Sientes que la forma que tienes de pensar es similar a la familia? ¿En qué se parecen o diferencian?
  - ¿Cuáles dirías que son los principios o valores que guían tu vida?
  - ¿Piensas que tienes libertad de expresar tu punto de vista? ¿Cómo así?  
¿Puedes contar una anécdota personal sobre ello?
  - ¿Te consideras una persona independiente al momento de tomar decisiones? ¿Por qué? ¿Podrías dar un ejemplo?
- INTEGRACIÓN DE LA IDENTIDAD
  - ¿Cuáles dirías que son las experiencias más significativas que te han hecho quién eres hoy?
  - ¿Consideras que eres la misma persona antes y después de la Pandemia?  
¿Por qué? ¿Algo cambió?
  - ¿Hay alguna faceta, característica o etapa que ya no reconozcas como tuya? Por ejemplo, tu interés por alguna actividad o algún comportamiento que realizabas. ¿Por qué?
  - Si tuvieras que pensar en alguna característica de tu personalidad que se haya mantenido constante en el tiempo, ¿cuál sería?
- INTEGRACIÓN CON LOS OTROS
  - ¿Qué tan importante consideras que es la opinión de los demás sobre ti?  
¿Por qué?
  - ¿Qué tanto y en qué aspectos te comparas con el resto?
  - ¿A qué edad comenzó a importarte la aprobación de tus compañeros?  
¿Qué crees que influyó en eso?
  - ¿Piensas que puedes expresar libremente tu forma de ser con las demás personas de tu edad? ¿En qué ocasiones sientes que es más complicado?
  - En la época de la Pandemia, ¿en qué espacios podrías expresar tu forma de ser con mayor libertad?
  - La identidad es entendida como lo que nos hace únicos, nuestra forma de ser, gustos, valores y creencias, así como la aceptación de nuestras características. ¿Cómo crees que afectó al desarrollo de tu identidad la falta de contacto social presencial debido a la pandemia?
  - En la adolescencia nos importa mucho la validación de los otros, que nos reconozcan como geniales, que nos digan "me gusta como piensas". Y

debido a la pandemia la gente tuvo menos contacto con los otros.

¿Sientes que te faltó validación de los demás en algún momento?

- En la adolescencia es muy importante el sentir algo por alguien, conocer una pareja o conocer a alguien nuevo. ¿Nunca sentiste frustración por querer o no poder tener un vínculo con alguien?, ¿Tuviste uno alguna vez?

- **SENTIDO DE VIDA**

- ¿Cómo te gustaría que sea tu vida dentro de unos 10 años?
- ¿Tienes algún sueño o propósito que te gustaría cumplir en la vida? ¿Cuál? ¿Quizás dejar un legado?
- ¿Piensas que las metas, objetivos o propósitos que tenías a futuro cambiaron luego de la Pandemia? ¿Por qué?
- ¿Cómo te gustaría ser recordado a futuro por los demás?

- **REDES SOCIALES**

- ¿Qué tan importantes consideras que fueron las redes sociales para ti durante la Pandemia?
- ¿Cómo te imaginas que hubiera sido tu vida social sin las redes sociales durante la pandemia?
- ¿Crees que las redes sociales tomaron mayor importancia en tu vida a raíz del aislamiento? ¿O antes ya eran igual de importantes para ti?
- ¿Sientes que tuviste algún tipo de dificultad para relacionarte con los demás en el ámbito presencial luego de que terminaron las restricciones sociales de la pandemia? ¿A qué crees que se debió?
- ¿Sientes que se te hace más fácil relacionarte a través de las redes sociales que de manera presencial?

## Anexo 2: Validación por Expertos

Señor (a) Especialista,

Se le solicita colaborar en el proceso de validación de la guía de preguntas de la investigación “Experiencia sobre el proceso de formación de la identidad en adolescentes que estuvieron aislados socialmente”

La presente guía de preguntas busca describir las experiencias del proceso de formación de la identidad personal en adolescentes limeños de 16 años que estuvieron aislados socialmente. Los objetivos específicos de la investigación se centran además en explorar la necesidad de independencia de los adolescentes y analizar la importancia de las redes sociales en el proceso de construcción de la identidad personal dentro del contexto de aislamiento social.

A continuación, se resumen los principales aspectos que se tendrán en cuenta para determinar el proceso de validación del instrumento.

<b>Objetivos de la validación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Evaluar la pertinencia de las áreas temáticas presentadas</li> <li>-Evaluar la redacción de las preguntas.</li> <li>-Evaluar el contenido de las preguntas.</li> <li>-Brindar observaciones de mejora, de acuerdo con su experiencia dentro del ámbito del desarrollo humano.</li> </ul>
<b>Expertos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Especialistas vinculados a la temática del desarrollo humano, con conocimiento sobre el proceso del desarrollo de la identidad personal en la etapa adolescente.</li> <li>-Psicólogos licenciados.</li> </ul>
<b>Modo de validación</b>	<p>Optimizar los criterios de rigor metodológico de la investigación cualitativa</p> <p><u>Método individual</u>: Cada experto responde al documento y proporciona sus valoraciones basándose en los criterios solicitados.</p>

La guía propuesta ayudará a que se pueda realizar la entrevista semiestructurada a profundidad.

Se le presentarán 22 preguntas agrupadas de acuerdo con las 5 áreas a explorar: Unidad de la identidad; Integración de la identidad; Integración con los otros; Sentido de vida y redes sociales. Estas deberán ser valoradas de acuerdo con los siguientes criterios:

<b>1: Área/ Pregunta muy poco aceptable</b>	<b>2: Área/Pregunta poco aceptable</b>	<b>3: Área/Pregunta regularmente aceptable</b>	<b>4: Área/Pregunta aceptable</b>	<b>5: Área/Pregunta muy aceptable</b>
-----------------------------------------------------	--------------------------------------------	--------------------------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------------

En el caso de considerar que alguna pregunta es poco o muy poco aceptable para lograr los objetivos anteriormente mencionados se le invita a indicar la razón o su duda en la casilla de “Observaciones”.

## DOCUMENTO DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Nombre: \_\_\_\_\_ Especialista en: \_\_\_\_\_ C.Ps.P: \_\_\_\_\_

Valore las siguientes áreas y preguntas:

<b>1: Área/ Pregunta muy poco aceptable</b>	<b>2: Área/Pregunta poco aceptable</b>	<b>3: Área/Pregunta regularmente aceptable</b>	<b>4: Área/Pregunta aceptable</b>	<b>5: Área/Pregunta muy aceptable</b>
-----------------------------------------------------	--------------------------------------------	--------------------------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------------

**UNIDAD DE LA IDENTIDAD:** se relaciona a preguntas sobre la independencia del entrevistado en cuanto a pensamiento, decisiones, valores e ideologías, así como a sentimientos de autenticidad y autoestima. Sepulveda (2020) lo considera uno de los 3 componentes de la construcción de la identidad.

**VALORACIÓN:** \_\_\_\_

<b>ÁREA: UNIDAD DE LA IDENTIDAD</b>		<b>Valoración</b>					<b>Observaciones</b>
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
<b>1</b>	¿Cómo te describirías a ti mismo?						
<b>2</b>	¿Qué es lo que más te gusta de ti?						
<b>3</b>	¿Qué crees que te diferencia del resto?						
<b>4</b>	¿Qué crees que es lo que más te diferencia en la forma de pensar de tu familia?						
<b>5</b>	¿Sientes que tienes libertad para expresar tu punto de vista? ¿Qué suele pasar cuando lo has hecho?						
<b>6</b>	¿Te consideras una persona independiente al momento de tomar decisiones? ¿Por qué?						

**INTEGRACIÓN DE LA IDENTIDAD:** preguntas relacionadas a la integración de experiencias pasadas con el presente y el reconocimiento de sí mismo como una misma persona a través del tiempo. Sepulveda (2020) lo considera uno de los 3 componentes de la construcción de la identidad.

**VALORACIÓN:** \_\_\_\_

<b>ÁREA: INTEGRACIÓN DE LA IDENTIDAD</b>		<b>Valoración</b>					<b>Observaciones</b>
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
<b>7</b>	Haciendo una recapitulación de tu vida, ¿Cuáles dirías que son las experiencias que más te han marcado, que te han hecho quién eres hoy?						

<b>8</b>	¿Consideras que eres la misma persona antes y después de la Pandemia? ¿Por qué? ¿Qué cambió?						
<b>9</b>	¿Hay algo que alguna vez consideraste parte de ti que ya no reconocas como tuyo?						
<b>10</b>	¿Si tuvieras que pensar en alguna característica de tu personalidad que se haya mantenido constante en el tiempo cuál sería?						

**INTEGRACIÓN CON LOS OTROS:** preguntas relacionadas a la búsqueda de reconocimiento por los pares, pero también a la expresión de la personalidad misma en presencia de los demás. Sepulveda (2020) lo considera uno de los 3 componentes de la construcción de la identidad.

**VALORACIÓN:** \_\_\_\_

ÁREA: INTEGRACIÓN CON LOS OTROS		Valoración					Observaciones
		1	2	3	4	5	
<b>11</b>	¿Qué tan importante consideras que es la opinión de los demás sobre ti?						
<b>12</b>	¿A qué edad comenzó a importarte la aprobación de tus compañeros?						
<b>13</b>	¿Sientes que puedes expresar libremente tu personalidad con las demás personas de tu edad? ¿En qué ocasiones sientes que es más complicado?						
<b>14</b>	En la época de la Pandemia, ¿en qué espacios sentías que podías expresar tu personalidad?						
<b>15</b>	¿Cómo crees que afectó la falta de contacto social al desarrollo de tu identidad?						

**SENTIDO DE VIDA:** preguntas relacionadas a la búsqueda de un propósito o construcción de un proyecto de vida que deje un legado en la sociedad. Bernal (2003) lo considera un componente de la construcción de la identidad.

**VALORACIÓN:** \_\_\_\_

ÁREA: SENTIDO DE VIDA		Valoración					Observaciones
		1	2	3	4	5	
<b>16</b>	¿Cómo te gustaría que sea tu vida dentro de unos 20 años?						

1 7	¿Tienes algún sueño o meta que te gustaría cumplir?						
1 8	¿Sientes que las metas y objetivos que tenías a futuro cambiaron luego de la Pandemia?						
1 9	¿Cómo te gustaría ser recordado?						

**REDES SOCIALES:** preguntas relacionadas a cómo es que las redes sociales repercuten en el desarrollo de la identidad y en el uso de habilidades sociales. Esta problemática ha sido abordada en investigaciones como las de Lardies y Potes (2022) y Ochoa y Barragán (2022)

**VALORACIÓN:** \_\_\_\_

ÁREA: REDES SOCIALES		Valoración					Observaciones
		1	2	3	4	5	
2 0	¿Qué tan importantes consideras que fueron las redes sociales para ti durante la Pandemia?						
2 1	¿Cómo te imaginas que hubiera sido tu vida social sin las redes sociales durante la pandemia?						
2 2	¿Crees que tomaron mayor importancia en tu vida a raíz del aislamiento? ¿O antes ya eran igual de importantes?						

---

Firma de especialista

## Anexo 4: Matriz de Análisis Original

Categoría	Subcategoría	Seudónimo del participante
Influencia de los demás sobre la parte expresiva de la identidad	Autoconcepto basado en la opinión de los demás	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“A veces me encontraba tratando de cambiar mis pensamientos o comportamientos para agradar a los demás”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“No sé si es que me volví más curiosa o simplemente más abierta”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Creo que me veo muy poco abierta, me toma más tiempo conectar con alguien en comparación al resto”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Cuando dicen algo de mí, me pongo triste”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Cómo de amor odio, hay días en que me caigo bien y otros no. En las noches a veces pienso que no soy suficiente” “Me gustaría ser recordada Cómo alguien agradable”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Siempre estoy en constante búsqueda de aprobación. Por ejemplo, en las notas, antes pensaba que me definían como persona ahora ya no. Creo que es porque tengo baja autoestima. En el baile también me comparaba, y en el físico”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Sonar egoísta, pero creo que yo les doy felicidad” “Creo que la</i></li> </ul>

		<p><i>percepción que tienen los demás sobre mí demuestran lo que demuestro que soy. Si sólo una persona dice que no le caigo no importa, pero si varias lo dicen deben ser por algo” “Creo que siempre trato de ser humilde, pero yo pienso que le caigo bien a la gente, pero no lo digo hasta que la gente me lo asegura” “Creo que es muy importante, y si hay algo que puedo corregir lo puedo hacer” (FS, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siempre me han dicho que soy” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Mamá y yo somos muy condescendientes con las personas. Me gustaría cambiar eso” (AC - 15 años)</i></li> <li>● <i>“Soy una persona que se preocupa mucho por la opinión de los demás” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“No me considero guapo, estoy en un colegio donde tú eres un poquito moreno y ya te agarran de negro” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Reconocimiento de valores positivos por parte de los demás</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“También me han dicho que soy bien alegre” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Puedo ser muy tolerable, muy amigable, y me puedo acoplar a cualquier cosa.” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Educación, firmeza y orden” (GP, 15 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siempre he sido muy educada, muy aplicada en los estudios, nunca me gusta tener una mala nota”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Me importa cómo se sienten las personas”</i>. (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“María fe es una persona alegre, normal, me gusta dibujar, me gusta hacer manualidades. Soy amorosa con las personas, sobre todo con mis papás”</i>. (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“Siempre he tenido una relación conmigo misma, porque soy una persona buena”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“He cambiado mi forma de ser, ahora soy más conversadora que antes. Me expreso mejor”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Mi jovialidad continúa, mi forma de ser, mi amabilidad son características que se han mantenido en el tiempo”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Cuando estoy con mis amigas, por ejemplo, puedo ser totalmente libre”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Como alguien capaz de servir a los demás”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Bienestar de los demás influencia su propio bienestar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No me gusta ver a nadie triste o pasando por momentos difíciles”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“La amabilidad con la que trato a las demás personas”</i> (LCA, 16 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Bueno, justamente decía que siempre pongo a los demás antes que a mí, siento que me afecta mucho”</i></li> <li>● <i>“Que soy una persona sensible, que me importa cómo se sienten los demás” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Porque sé que no me van a juzgar, serán comprensivas conmigo para ser como yo quiero. Por algo son mis amigas” (MP, 15 años)</i></li> </ul>
	<p>Dejar de lado las propias necesidades para complacer a los demás</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Ellos siempre están muy ocupados con su trabajo, entonces los hago reír en el almuerzo, los ayudo a distraerse” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Yo quería agarrar el último” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La relación conmigo misma es mala, siempre permito muchas cosas y la que sale lastimada soy yo” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Por eso creo que empezó a importar en poca medida cómo podían pensar de mí, mis amigas” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Tengo diferentes cualidades, y siempre trato de ayudar a las personas, así no tenga las herramientas para hacerlo. Siempre trato de ayudar a la gente en sus exámenes” (JLRM, 15 años)</i></li> </ul>

	<p>Temor al rechazo social, abandono o a incomodar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Hablar con gente nueva me ponía nerviosa, y prefería quedarme en mi zona de confort” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Lo que sí me acuerdo es si me va mal” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me termino enojando conmigo mismo” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me gusta salir mucho, no me gusta estar sola” “La pandemia es una de las razones por las que no me gusta estar sola” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Consumé del almuerzo, pero escucho a alguien atrás mío que dice "ay quiero consumé" entonces me voy a olvidar y lo voy a dejar para dárselo” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Una vez a una amiga, que está diagnosticada con depresión, estaba triste por algo y preferí darle su espacio para no incomodarla” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“No, porque yo en la pandemia fui una persona muy inmadura, muy egocéntrica” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Hay opiniones negativas que te pueden ayudar a mejorar, que te hacen sentir mal” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“No me gusta mi nariz, mi cuerpo porque he bajado mucho de peso” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Mi altura, soy muy alta para mi edad, me hace sentir mal que sea más</i></li> </ul>
--	--------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><i>alta y todos son más pequeños” (MP, 15 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“En el colegio soy chistoso, pero en el británico no tengo esa confianza. No sé si mis acciones van a chocar ahí o algo. Trato de no hacerlo. No quisiera ofender a nadie, me deja mal a mí. Prefiero agarra más confianza primero” (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“A veces me pongo nerviosa cuando hablo con personas, en..... No sé. En las redes sociales. Hay gente que sube sus fotos y yo solo mis dibujos. Siento que no me gusta tomarme fotos y mucho menos que otras personas lo vean. No me gusta qué las otras personas desconocidas me vean. Sin embargo, me gustan las fotos con una verdadera información, sin que se vea forzado, como mi familia.”</i> <i>“Siento que puedo ser yo misma con 2 chicas de mi Cole. Ahí nadie me ha hecho daño, pero a veces tengo miedo a que me juzguen y me cierro” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Puede ser que me cueste con personas que recién estoy conociendo y quiero caerles bien.” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Para relacionarse con los demás es necesario caerles bien</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Soy reconocido por mis notas, el deporte y por invitar comida. Siento que es una forma de mostrar aprecio y mi intención es caerles bien,</i></li> </ul>

		<p><i>generar buena vibra y que sientan que estoy por si me necesitan” (FS, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No me puedo relacionar con ellos por qué puedo caerles mal” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>Me gusta ayudar a las personas (AC, 15 años)</i></li> </ul>
	Reprimir deseos para no incomodar a los demás (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siempre sonrío con las personas, a pesar de que todo esté mal” (AC, 15 años)</i></li> </ul>
	Miedo a ser juzgado por expresarse libremente	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me afectaba profundamente y me hacía sentir insegura y culpable” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Solía afectarme mucho lo que decían las personas y cómo me miraban” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Sentía que la gente me juzgaba por algo que estaba más allá de mi control” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Pero ahora, todo eso ha dado un giro completo” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Por ejemplo, cuando voy a un grupito, yo pienso mucho antes de acercarme; pienso si tendría apertura o no” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Presencial lo estaría pensando como unas 40 veces antes de hablar” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Si la gente no está realmente interesada en lo que yo puedo dar</i></li> </ul>

		<p><i>entonces es una pérdida de tiempo”</i> (LP, 16)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quizás tiene que ver con que pienso que así les voy a caer menos. A la gente le gusta que los demás sean humilde. Mientras menos presumido seas mejor les vas a caer. Y a veces quiero que se sepa lo que hago, pero no se puede presumir”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Ha habido veces en que no he dicho algo que quisiera decir por el hecho de pensar "de repente los fastidio" (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“No sabía que me estaban escuchando, ya fue y lo termino de decir. Siento que me cuesta más en las situaciones en que me podrían juzgar negativamente” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“En el colegio mi libertad de expresión con mi grupo... este bimestre todos fueron aplicados, siento que a veces no la toman tanto en cuenta”. (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Hablar de series y caricaturas sin que me juzguen. Con mi hermana también, pero a veces a mis papás les tengo miedo, si les hablo de los dibujos que me gustan me dicen que soy abebada” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Con desconocidos puede ser, no le conocen y hago lo que me da la</i></li> </ul>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p><i>gana. Pero con la gente que conozco me cohíbo más.” (MCN, 16 años)</i></p>
<p>Actitud defensiva ante la crítica social</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me anularon al momento de poder expresar mis sentimientos y emociones” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Un día me desconocí y le alcé la voz” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“No me siento cómodo si no tengo confianza con las personas” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Considero que me enojo fácil, y me tomo las cosas muy personales” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Hasta llegaba a llorar porque sacaba malas notas”. (GP, 15 años)</i></li> </ul>
<p>Represión de características propias por rechazo social</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No me gusta expresarme o dar mi opinión porque siento que me van a tomar raro” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que me van a juzgar por cómo soy” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“No me siento cómodo si una persona piensa algo negativo” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Aunque me da algo de vergüenza que la gente lo sepa, que piensen que soy rara por eso” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Con el tema de la sexualidad, evito hablar del tema, ahí ya no me meto. No me gusta hablar de eso, me pone incómoda ”“Dejar los gustos que</i></li> </ul>

		<p><i>tenía, porque ya estaba acá, dejé de ver anime porque me juzgaban. Y también daba algo de cringe también” (LYT, 17 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Sí, me importa mucho. A veces cuando ando con algo que me gusta, pero me dicen que está feo, me dan ganas de cambiarme” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Yo creo que es muy importante. Me limita a hacer muchas cosas, y me hace cambiar mi opinión por varias cosas” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Autoconcepto basado en logros sociales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Cómo dije soy una persona colorida, me gustan muchas cosas, todo terreno, la música, pero también los deportes, voy al estadio con mi papá a ver el fútbol. Tengo amigos aquí con los que voy a Reus, pero también tengo amigos de lejos que conozco de la pre agraria y los invito a mi casa” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Siempre estoy en constante búsqueda de aprobación. Por ejemplo, en las notas, antes pensaba que me definían como persona ahora ya no. Creo que es porque tengo baja autoestima. En el baile también me comparaba, y en el físico” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Ahora mismo como una persona que es considerablemente balanceada” “Creo que soy bastante variado, no me meto tanto</i></li> </ul>

		<p><i>en algo, pero estoy en un poco de todo” “Creo que le quiero agradar a todos. Ese es un problema que tengo. Aunque mi papá me dice que eso es imposible ”“Eso es parte de mi forma de ser, y es difícil de cambiar a este punto. Creo que eso ayuda a que cree mejores relaciones, conozca más gente y beneficia mi identidad”. (FS, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Creo que soy estudioso y tengo varias habilidades, como las deportivas, y solucionar las cosas rápido a pesar de los riesgos. Soy una persona bastante sociable, eso valoro. Aunque cuando ingresé en primero de primaria me costaba socializar. Tengo amigos por diferentes partes. Ya no me quedo mudo, aunque aún se me dificulta a veces. Otra cosa que me gusta de mí son mis habilidades deportivas, no creo volverme profesional en el futuro, pero eso”. (JLRM, 15 años)</i></li> </ul>
	<p>Comparación social como motor de autoestima y desarrollo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Sí, creo que todos. Creo que del 1 al 10, 4 en aspectos académicos, lo veo en notas” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Me rindo fácil, si algo no me sale a la primera lo dejo. Me pasó con la guitarra o con un montón de deportes. Dejé el fútbol porque</i></li> </ul>

		<p><i>había muchas chicas que eran mejores que yo” (LYT, 17 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi hermano nunca fue muy bueno en notas, en cambio yo puedo ser más sólido” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Siempre me he comparado con que han sacado otro rango educativo” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“A veces quiero ser como los demás” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“8 del 1/10. Me comparto en estudios” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“A los 14 años, empezó a importarme cómo piensan los demás de mí” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Lo que más me comparo son en los estudios, siempre estoy pendiente de quién es mejor que yo con las notas” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Mis papás me han formado desde pequeño, veo a personas que son menos que yo”, (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Soy un poco tímida...no soy muy buena hablando con la gente. Me gusta dibujar personas,” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“No me gusta que me importe tanto la opinión de los demás, siento que me limita mucho a hacer cosas que me gustarían. También siento que me veo menos inteligente, menos guapo, creo que tengo la autoestima un poco baja ”O, por ejemplo, cuando me siento</i></li> </ul>
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p><i>más que alguien. Por las habilidades sociales, académicas” “me gustaría ser recordado como alguien inteligente (no se considera así) (MCN, 16 años)</i></p>
<p>Ansiedad ante la derrota en comparación social (código eliminado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“8/10 en aspectos académicos y físicos” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Tengo un pacto con una amiga, nunca nos vamos a traicionar” (FS, 16 años)</i></li> </ul>
<p>Sentimiento de insuficiencia hacia la falta de reconocimiento social percibido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Atención a lo social y tenía más tiempo de pensar las cosas en mi cuarto” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Si me hicieras esa pregunta antes hubiera dicho que nada. Por ejemplo, considero que tengo un buen gusto musical, pero si alguien tiene uno mejor que yo entonces no lo digo ””Sin embargo siempre siento que soy la última opción. Inclusive en Pandemia tenía un grupo de 4 pero ellas tenían un chat aparte, porque estaban en el mismo salón” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que, si no reconocen mi esfuerzo, es porque realmente no me he esforzado lo suficiente” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Génesis es una persona muy impulsiva, es una persona muy sensible, y una persona muy orgullosa” (GP, 15 años).</i></li> <li>● <i>“Ariana es una chica muy</i></li> </ul>

		<p><i>sentimental, a veces no tengo carácter para decir que no” (GP, 15 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Tener más amigos, trabajar en las cosas que me gustan y que se me reconozca por ello” (NC, 16 años)</i></li> </ul>
<p>Importancia de los valores prosociales en la vida personal</p>	<p>Poner a los demás por sobre uno mismo. (Valor propio basado en principios, extrínseco)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Yo he llegado a llorar si otra persona llora, soy sensible” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Siempre pongo a los demás, antes de tomar una decisión” (LP, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Solidaridad y justicia como pilar de vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi sentido de justicia, que todos obtengan lo que merecen” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Necesita ayuda, o alguna clase de apoyo. Siempre voy a tratar de ofrecerme” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Respeto saludar, ser educada con mis palabras y el amor” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Diría que mi valor es la solidaridad” (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Ayudar a las personas, entenderlas, esos son mis valores” (NC, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Autoconcepto positivo basado en el cuidado del prójimo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quiero que me recuerden por ser una persona feliz y generosa. Que estuvo para los demás” (FS, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Una persona solidaria, que busca ayudar y hablarle a la gente. Me cuentan sus problemas, y aunque no pueda ayudar doy mi opinión sobre ellos”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“El sentimiento de aceptar mis cualidades negativas, así como la solidaridad inmensa que tengo”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Soy una persona grata, amable, sincera, siempre tengo esa empatía de ayudar a los demás”</i> (JLRM, 15 años)</li> <li>● <i>“Considero que soy una buena persona, siento que me llevo bien con mucha gente”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>Autoconcepto positivo basado en su capacidad empática.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“A veces solo necesitas a alguien que te escuche sin juzgarte”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Ver a alguien triste realmente me afecta, porque sé lo que se siente”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Entendí que cada persona tiene sus propios tiempos y sus propias luchas, y que ser amable y empática puede hacer una gran diferencia en la vida de alguien”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Para mí, la capacidad de escuchar y ser empático es realmente importante, y a veces, puedo sentir que las cosas me afectan profundamente”</i> (LCA, 16 años)</li> </ul>

- *“No puedo evitar sentir empatía”*  
(LCA, 16 años)
- *“Yo nunca voy a hablar mal de una persona”* (SNVE, 15 años)
- *“Ser empática con el resto”* (SNVE, 15 años)
- *“También me considero una chica muy servicial y empática por el tema de ser sensible. Lloro por todo, por las películas, canciones, me cuesta controlarme. Desde niña, se me perdía un Colet y lloraba jaja”*  
(LYT, 17 años)
- *“Lo que me hace única es mi personalidad empática y mis valores. Creo que eso resalta mucho en mí y creo que no mucha gente lo tiene”* (LYT, 17 años)
- *“Yo veo las cosas desde el punto de vista de los demás, pero mantengo mi posición”* (LP, 16 años)
- *En el tema de la empatía, y que no soy envidioso. En esas cosas me comparo. No suelo compararme con otras personas, creo que cada uno es como es.* (JLRM, 15 años)
- *“Que soy creativa, encontrar soluciones rápidas. Soy amable con las personas.”* (NC, 16 años)
- *“También soy bastante empático, no juzgo primero, sino que le pongo en su posición” “creo que la sinceridad y mi empatía es lo que me hace*

		<i>diferente a los demás,” (MCN, 16 años)</i>
Valores prosociales como principio de vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Lo que más me llena de alegría es poder animar a la gente” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La justifica, puntualidad” “Y la empatía y el respeto” “Ahí aprendí que no importa el daño que haya hecho, si está arrepentida entonces se puede perdonar” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Empatía, ser amable...uno merece ser tratado con respeto a pesar de todo. Así como no discriminar tampoco” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“También siento que soy respetuoso, me gusta que me traten como trato a los demás. A mí también me gustaría que le escuchen cuando digo algo” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Sobre todo el respeto, siempre ha sido el respeto” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La empatía y la sinceridad (son mis valores y principios de vida)” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>	
Crecimiento personal a través del prójimo (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que la opinión de los demás es importante para mí porque me ayuda a entender perspectivas diferentes a la mía” (LP, 16 años)</i></li> </ul>	

	La solidaridad no se busca, se da de manera espontánea. (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que eso es más algo que se da, pero no es algo que yo esté buscando, no me despierto y digo hoy voy a ayudar a la gente de la calle. No me genera tanta pasión, es algo más espontáneo”</i> (LP, 16 años)</li> </ul>
Unicidad de la identidad: Reconocerse como un ser individual con valor intrínseco.	Reconocimiento de habilidades como valor intrínseco.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Soy empática, puedo pensar en cómo se siente la otra persona, antes y después de hacer algo”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Soy bondadosa y no soy una persona mentirosa”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Siempre me han dicho lo del respeto, como tratas a los demás te van a tratar a ti”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“He sido bastante deportista”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Lo que más me gusta es mi forma de ser”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“La creatividad es algo que siempre se ha mantenido en mí”</i> (NC, 16 años)</li> </ul>
	Autoestima, reconocimiento de su valor intrínseco.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Soy de esas personas que siempre están ahí para escuchar a los demás”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Yo soy graciosa, divertida, no puedo decir que soy extrovertida, pero soy una persona alegre”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“En alemán soy la mejor”</i> (SNVE, 15 años)</li> </ul>

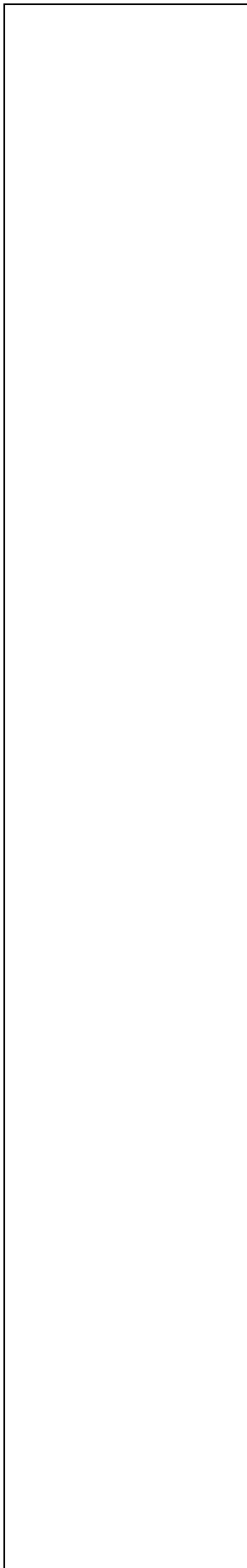
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Es amable con la gente”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“También, soy sociable”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Creo que valoro lo sociable que soy a veces”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Mi personalidad, no siempre encuentras a alguien que sea tan directa”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Ya no me importa mucho la opinión del resto, y ya no soy tan exigente conmigo misma”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Pero igual me considero muy feliz por cómo soy, y creo que me gusta como soy”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Lo que más me gusta es mi forma de ser”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Me gusta de mí que soy muy aplicada, cuando quiero algo, realmente lo quiero, soy decisiva”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Me siento cómoda diciendo lo que pienso, porque mi relación con mis padres es muy buena”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Cada quien es único e individual</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“El asunto es que todos somos diferentes, tenemos nuestras propias opiniones, experiencias y perspectivas de la vida”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Diferente en la forma en que hablaba, escribía y me relacionaba con los demás”</i> (LCA, 16 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Aprendí a sentirme segura vistiendo lo que realmente me hace sentir bien y auténtica” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Mi amabilidad con las personas y mi rareza” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Lo que más me define es mi personalidad, y eso me diferencia de mi familia” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Saliendo del cole eso ya no importa y luego cada quien va a seguir lo que uno quiere” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Yo siempre digo las cosas como son, me he encontrado con personas hipócritas y no” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>Mi personalidad, porque no conozco personas que sean como yo (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me considero perseverante. Pero siento que mi empatía es lo que me hace especial, no es igual a la empatía que tienes tú o alguien más. Siento que lo llevó un poco más allá”. (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Mi forma de pensar, mis gustos por ejemplo lo sé dibujar...Siento que la mayoría” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Otra cosa es que ahora me molesta que me comparen con mi hermano. Antes me gustaba, por qué es deportista, pero ahora me fastidia” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Desconfianza de las propias habilidades</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Hay como una vocecita en mi cabeza, que me autosabotea”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Aún prefiero no participar”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Puedo ser el payaso y el chistoso del salón, pero mis compañeros no lo toman muy bien”</i> (D.S.O.P - 15 años)</li> <li>● <i>“Porque me frustra mucho tener que enseñarle a alguien algo, hay gente que aprende rápido y gente que no”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Mi altura, porque soy muy grande. Podría ser lo que menos me gusta”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“No tengo tanta facilidad para hablar en público”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>Reconocimiento de características negativas como propias. aceptación de sí mismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me animó a ser amable conmigo misma”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Siempre he sido un poco despistada, me cuesta analizar las cosas y después de 5 segundos me doy cuenta”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Tengo muchas cualidades que no me favorecen”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Siento que todos estos eventos pasaron por algo, no me considero una mala persona, no me desagrado a mí misma. Hay errores que cometo, pero veo gente que es una mierda, y desde ese lado, todo lo que</i></li> </ul>

		<p><i>he aprendido me ha hecho bien”</i> (LYT, 17 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que siento celos, cuando veo que a otras personas les va bien”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Sí soy bastante impuntual y distraída, me distraigo fácilmente con todo”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Puede ser que a veces procrastino, y dejo las cosas para el final o al último.”</i> (JLRM, 15 años)</li> <li>● <i>“Muchas cosas negativas terminan explotando. Me cuesta controlar mi ira. Si algo me molesta me lo guardo”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>Frustración por sentir que no es único y valioso (código eliminado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que soy bastante común y promedio, pero.... Hay un perfil del grupo de mi Cole, que es la chibola manyada que va a Reus todos los fines o que tiene plata. Pero no me considero dentro del todo, por mis gustos como el cine o las cualidades que tengo”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Me frustra que se copien de mí, por qué cada quien debe ser como es y formar su propia personalidad”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Suelo ser orgullosa”</i> (GP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Egocentrismo, búsqueda de admiración y competitividad (código eliminado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me gusta sentir que me admiran y sienten celos de mí” “Me considero muy competitivo, aunque no tanto en lo académico. Creo que lo hago</i></li> </ul>

		<i>bastante en lo deportivo y musical”</i> (FS, 16 años)
	Autoexigencia, búsqueda de autosuperación y unicidad (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que los pequeños detalles cuentan, si añades más cosas a tu vida te vuelves más completo”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Me gustaba bailar, cantar, me desconecté de redes sociales”</i> (AC, 15 años)</li> </ul>
	Autoconcepto basado en actividades recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por mi pared de mi cuarto puedes definir quién soy. Tengo posters de música de películas, que son dos de mis grandes pasiones. También colecciono ranas, creo que soy una persona colorida”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Ser empática con el resto”</i></li> <li>● <i>“Antes me gustaba dibujar y ahora ya no lo hago”</i> (G.P - 15 años)</li> <li>● <i>“Antes solía hacer más manualidades, cómo pintar, dibujar, me gusta esas cositas donde podía utilizar mis manos. Es mi pasión, aparte de que soy muy buena haciéndolo”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
Aceptación de características particulares propias	Aceptación de características particulares	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Pero con el tiempo, aprendí a aceptarme tal como soy y a no dejar que las opiniones de los demás dictaran mi autoestima”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Con respecto a mi cuerpo no tengo ningún problema”</i> (SNVE, 15 años)</li> </ul>



- *“Que soy extrovertido y paranoico, preocupado” (D.S.O.P - 15 años)*
- *“Porque yo soy sensible” (D.S.O.P - 15 años)*
- *“Dirían que soy terca, por qué no cambió muy fácil de opinión” (LDC, 16 años)*
- *“Estas cualidades "negativas" hacen que yo sea yo, las cosas buenas y malas te hacen ser tú” (GP, 15 años)*
- *“En general, me define a alguien muy tolerable, muy indecisa, muy tranquila, pacífica, no me gusta el desorden” (GP, 15 años)*
- *“Sí, porque soy una persona transparente con respeto y educación te puedo decir lo que no me agrada con libertad” (GP, 15 años)*
- *“Nuestra forma de ser, gustos, valores y creencias, así como la aceptación de nuestras características” (GP, 15 años)*
- *“Yo era muy orgullosa y sigo siendo orgullosa, pero acepto el distinto punto de vista de todos. He trabajado en mis impulsos” (GP, 15 años)*
- *“No, porque mi mamá y yo pensamos distinto” (AC, 15 años)*
- *“antes era más sonriente con todos” (AC. 15 años)*
- *“De ser, gustos, valores y creencias,*

		<p><i>así como la aceptación de nuestras características” (AC, 15 años)</i></p>
	<p>Autopercepción de madurez relacionado a deseos de superación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Desafiar esas creencias negativas” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Me considero sociable, aunque no siempre lo fui, antes era más tímida o cerrada” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que no, ahora me enfoco mucho en los deportes, en la música, mis opiniones son más objetivas” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Pero no te quejes!!! Por qué esas malas cualidades te hacen ser tú y las puedes mejorar a medida que vas creciendo y dándote cuenta de cómo eres” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Cuando me pasó algo difícil, mi vida cambió un poco. Porque mi forma de ser cambió, dejó de ser cómo la Ariana de antes. Tuve que madurar “(AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me hizo más introspectiva, me ayudó a pensar más, ser más analítica. Antes era un poco más impulsiva para hablar” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“En el ámbito del deporte, haber sido arquero. Fue algo en lo que le especialice en la pandemia. Me hice heridas en la loza, pero me ayudó a crecer. (JLRM, 15 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que mis emociones han cambiado, por ejemplo, antes tenía miedo a socializar y ahora un poco menos”</i> (NC, 16 años)</li> </ul>
	<p>Posible crisis de identidad debido a la experimentación de diversos roles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que he cambiado tanto que a veces no sé quién soy. Y hay cosas mías que se contradicen”, dependiendo de cada persona”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“La última vez que hablé del tema con mi mamá ya estaba con otro chico entonces como que no le tome tanta importancia. Al principio estaba bien, nos besábamos y no sentía nada de culpa por ello, eso comenzó después” “Fue un choque volver, y darme cuenta que mi mundo no es así. y tendré que vivir en ella un largo tiempo, por qué así es el Perú”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Buenas notas, cuando llegó la pandemia, fue difícil. Antes lo hacía por presión y me sobre exigía”</i> (GP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Inseguridad relacionada a características propias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi altura, porque para los adolescentes normalmente a esta edad crecen”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“En la altura, el peso, la capacidad mental, lo inteligente”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“En la pandemia engordé mucho”</i> (DSOP, 15 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por ejemplo en el tema de mis cachetes que no me gustan mucho”.</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“No me gusta ser muy llorona, a veces no lo puedo controlar y hago un escándalo”. “Soy muy insegura, me gusta ir por el camino fácil. No busco ayuda y ahí es cuando me frustró. Se que puedo reconocer cosas buenas en mí, pero igual me cuesta”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Tengo algunas predeterminadas, como por ejemplo el sabor de bebida que me voy a pedir, pero en los riesgos del momento me pongo muy nerviosa”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“En las notas y en el físico me comparo demasiado. Siento que no tengo tanta facilidad para hablar en público, si uno tiene eso, también tiene facilidad para hablar con chicas.”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
<p>Influencia de las figuras parentales</p>	<p>Identificación con valores de los padres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi mamá siempre me enseñó desde muy pequeña que todas las formas de pensar son válidas”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Respeto, amor, leal, calmado, honrado y sincero”</i> (D.S.O.P - 15 años)</li> <li>● <i>“En política creo que sí pensamos igual, todos somos de derecha. Cuando hablamos de Fujimori por ejemplo”</i> (LDC, 16 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi papá es uno de los mejores ejemplos a seguir. En toda mi vida solo me gritó una vez cuando por accidente le tiré una pelota ””Él siempre nos ha dicho que tenemos que ser mejores ”” La disciplina, si tengo una competencia me preparo bastantes meses antes. Por qué es algo que me importa”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Me criaron para ser una buena persona, para respetar y ayudar a los demás”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“porque pese a cómo es, ella siempre me ha apoyado con todo”</i> (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“Son personas que con el prójimo siempre han Sido buenos, siento que en eso nos parecemos”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	Identificación con el carácter paternal	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi mamá es científica y mi papá es matemáticas”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Mi mamá es inteligente, muy inteligente, eso es algo que tenemos en común”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Somos muy expresivos, cuando algo no sale como queremos reventamos. por eso chocamos mucho a veces”</i> (LP, 16 años)</li> </ul>
	Deseos de complacencia con los padres (se fusionó con el de arriba)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me he vuelto más independiente, y ahora ya no molesto tanto a mis papás”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Cuando tuve un evento difícil en mi vida, conversé con mi mamá, le dije</i></li> </ul>

		<i>mi punto de vista y no se lo tomó bien” (AC, 15 años)</i>
	Condescendencia al deseo de los padres (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Yo una vez tuve una enamorada, y mis papás me obligaron a terminar con ella. Aunque...no me afectó mucho por qué ella se iba a ir del país. Eso pasó en la pandemia, el 2021. Ya ni siquiera me acuerdo de ella...” “Con mis papás sí, a veces... pero cuando le dan una negativa ya no insisto” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Por ejemplo les explicó los motivos por los que sí podría salir, pero me dijeron que no, y sin ninguna explicación ahí ya no les insisto”. (LP, 16 años)</i></li> </ul>
Existencialismo, propósitos de vida y proyección al futuro	Satisfacción por dejar un legado o marca en los demás	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quisiera que me recuerden como alguien que quería hacer feliz a los demás” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Como una persona famosa como era alguien super sociable y que podías confiar en algún momento” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Como alguien leal y confiable” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Ser médico cirujano y que pueda salvar muchas vidas y darle a mi padre lo que siempre” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Que fui una persona muy buena,</i></li> </ul>

	<p><i>amable, un cirujano reconocido”</i> (DSOP, 15 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Es como la satisfacción de verlos como felices después de que los ayudas”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Me encantaría que me recuerden como alguien importante que tuvo que dejar acá”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Como alguien muy valiosa e importante”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Me gustaría poder ser médico, es un sueño que tengo desde pequeña. Ese sería mi legado”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Siento que los amigos son para siempre. Dirán José Luis era bueno, era sensible y siempre quiso ayudar”</i> (JLRM, 15 años)</li> <li>● <i>“Quizás hacer cómics, y que se me reconozca por ello”</i> (NC, 16 años)</li> </ul>
Conciencia sobre lo efímero del tiempo (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Y trato de vivir mi día al máximo”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Estudiando y trabajando”</i> (G.P - 15 años)</li> </ul>
Conciencia sobre la muerte (código eliminado)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Empecé a pensar en la muerte antes de la pandemia, pero con lo de mi padrino aumento. Creo que es algo que les pasa a todos los humanos”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Nunca sabes si va a pasar algo. Digo, mañana voy a llamar a mis abuelos, pero qué pasa si mañana ya no están”</i> (LP, 16 años)</li> </ul>

<p>La familia como proyección a futuro</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Que tenga un futuro para darle su esfuerzo a mi padre y mi madre”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Ya he establecido que quiero tener una familia también”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Bueno la familia es un legado. Siempre me ha gustado pensar en tener muchos hijos. Nosotros somos 4, pero yo siento que eso es poco, y a veces la casa se siente vacía. Por eso he pensado en tener 6 hijos”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Tener la carrera completa, trabajar y ayudar a mi mamá con todo lo que pueda”</i> (AC, 15 años)</li> </ul>
<p>Propósito de vida: vivir libremente haciendo lo que se desea</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No imponer a nadie nada, la libertad”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Solamente quiero ser feliz, no me importa la plata, tampoco ir fuera del país. Quizás vivir en lugares más bonitos como Arequipa”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Tal vez sí, pero me reduzco a objetivos como ser feliz y estar tranquila. Por qué ahora por el Cole y todo me siento muy movida, como una licuadora”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Como una persona que vivió la vida que quiso”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“No cambiaron, siempre han sido los mismos. No cambió mis ganas de estudiar cosmetología”</i> (AC, 15 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me gustaría estudiar algo relacionado con la medicina. Es lo que siempre he querido de niña”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“A mi parecer, mis metas y objetivos siguen firmes”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Necesidad de libertad y autonomía</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Tener la libertad de tener tus propios pensamientos y expresarlos es como un regalo”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Porque lo que importa es mi propia perspectiva y valores”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Siento que gane independencia. Me sentía la protagonista de mi propia vida, cada quien está por su lado con sus propias cosas”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Siento autonomía para poder pensar por ti misma, yo no me siento mal por tener otro personamiento u otras decisiones”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“El propósito es independizarme completamente”</i>. (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“En mi familia respetan mi forma de pensar, en mi casa todos nos validamos como nos sentimos y también como pensamos. Porque todos somos diferentes”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Sí, cuando hay decisiones en la familia importantes me piden mi opinión”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por ejemplo, cuando nos íbamos a mudar, todos pensábamos y elegíamos cuales serían los mejores cambios para el hogar”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
	Dejar un buen recuerdo e imagen en los demás	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me gusta que me recuerden, me gustaría caerle bien a todas las promociones del colegio para que se queden con un buen recuerdo de mí”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“Que me recuerden por ayudar a los demás”</i> (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“Como que Ariana era una hija buena, educada, aplicada. Esforzada y resiliente. Valiente”</i> (AC, 15 años)</li> </ul>
Relación con los pares e importancia de las relaciones sociales	Disfrute al interactuar con los demás	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por ejemplo, siempre escuchar a los demás cuando más lo necesitan”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Por ejemplo, saben que me gusta el anime”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“El simple hecho de estar conversando con mis amigos me hace muy feliz”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Tenía a mi mejor amigo, y creo que hablar por chat fue bueno”</i> (AC, 15 años)</li> </ul>
	Impacto emocional por el distanciamiento de pares	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Me hizo sentir triste”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Siento que a nadie le importe como para ese vínculo”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Era uno de los mejores amigos, y me chocó bastante perder un amigo”</i> (LP, 16 años)</li> </ul>

<p>Menor necesidad de validación de los pares en pandemia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Hiciste o esa acción fue muy buena”, me gusta que la reconozcan. Pero dentro de la pandemia no sentí que me faltó”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Sí, me afectó porque estaba muy acostumbrada a bastantes tipos, y cuando ya no, me hizo falta”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Sí, siempre es importante no, que te digan que eres chévere, eso suele darse en el cole con los amigos, siento que no lo tuve”</i> (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“No necesité la validación social, porque de igual manera ya la tenía”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“No me faltó validación, por qué por ejemplo los profesores me felicitaban por zoom. Ellos siempre tenían una buena imagen de mí y hablaban bien de mí”</i> (JLRM, 15 años)</li> </ul>
<p>Falta de interés por o temor a relacionarse afectivamente</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No, creo que nunca estuve muy interesada en las relaciones. Creo que puede haber afectado mi manera de ver las cosas”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Durante la pandemia no sentía la necesidad de relacionarme ni de esa forma ni con amigos. Con mi familia estaba bien. Diría que no me afectó la falta de contacto presencial”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Siento que construir una amistad es complicado”</i> (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“A mí me gustaba una chica desde</i></li> </ul>

		<p><i>el 2016, llegó la pandemia y seguí pensando en ella, quizás busqué alguna forma de hablarle y no la encontré. Pero tampoco es que mi objetivo fuera tener una relación”</i> (JLRM, 15 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Umm, siento que nunca me he dejado sentir algo por alguien porque siento que o se va a terminar o me van a traicionar. Me gustaría, pero me da miedo. No era un dilema tan fuerte, pero si me frustraba un poco, desde antes. Si me costaba tener amigos hombres imagínate con mujeres”</i> (MCN, 16 años)</li> <li>● <i>“Siento que el pasar menos tiempo con la gente de mi colegio me volvió más independiente”</i> (LDC, 16 años)</li> </ul>
	<p>Deseo de independencia social y diferenciación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Fue significativo por qué me hizo dejar de depender tanto de las personas”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Y mi hermana es muy sociable y yo no soy así. Ella uso mucho maquillaje y a mí no me gusta para nada”</i> (NC, 16 años)</li> </ul>
	<p>Sensación de retraso social en comparación a generaciones posteriores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que las nuevas generaciones empiezan mucho antes, o a mi edad ya no son vírgenes. Siento que para esta época 15 años es ser muy vieja para ello. En esa época me daba algo de inseguridad hablar de eso, cambiaba de tema, pero ahora no me importa”</i> (LDC, 16 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que no somos suficientemente maduros para la edad que tenemos. Siento que la pandemia ya ha desorganizado o desorientado a las personas. Cómo si me hubiera saltado una etapa, creo que la fase chonguera de los 14 recién la estuviera viviendo ahora.”</i> <i>“Creo que en esa época hubiera empezado a pensar que quería ser, pero por eso no pasó. Quizás tener un buen empleo, estar tranquilo”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>Importancia de conectar con pares que piensen de manera similar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quisiera tener más amigas”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Tengo otro chico que se ha vuelto mi mejor amigo, con el estoy todo el tiempo y nos reímos un montón”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“También tener un montón de gente a mi alrededor que me entienda”</i> (LDC, 16 años)</li> </ul>
	<p>Dificultad para lograr comunicación asertiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que la gente de mi edad puede ser muy sensible. Y se ofenden si les digo lo que pienso”</i> (LDC, 16 años) <i>“Me afecta mucho lo que la gente dice, no por lo que dice, sino por qué ellos me lo dicen a mí, pero yo no puedo responder.”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Y no sé qué pensar o no sé a dónde irme, estoy entre la espada y la</i></li> </ul>

		<p><i>pared” “Prefiero no meterme...”</i> (LYT, 17 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“En el colegio hablo normal con los chicos, pero me limito un poco con algunas chicas populares, porque están muy subidas y esa discusión no me va a sumar”</i> (FS, 16 años)</li> </ul>
	<p>Dificultad de comunicación con los pares</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“En casa siempre me han dado espacio y respetado lo que pienso. Pero en el colegio toman mis opiniones como una falta de respeto”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Empecé a chatear con chicas. Pero a la vuelta de la presencialidad me costó. Y empecé a hablar con full hombres”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“La cuarentena, ese tiempo tan extraño y aislado que todos vivimos, fue como un punto de inflexión para mí. Con todo el tiempo que pasé en casa, empecé a explorar nuevas formas de comunicarme.</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“No comprende mi pasatiempo, ven dibujar como algo estresante y que se les complica mucho.” “Había gente que me parecía interesante, con mis mismos gustos, pero se me hacía difícil por la VIRTUALIDAD acercarme.”</i> (NC, 16 años) <i>“Fue más difícil, me sentía impotente por no poder socializar. Sobre todo,</i></li> </ul>

		<i>después de tanto tiempo” (NC, 16 años).</i>
	Importancia de la apariencia física para entablar relaciones sociales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Lo primero que ve la persona es el físico, si es tu alma gemela no la vas a conocer si es que no se ve tan bien” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“No me considero guapo, estoy en un colegio donde tú eres un poquito moreno y ya te agarran de negro.” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
Autonomía y flexibilidad del pensamiento	Pensamiento crítico y autonomía, intereses por comprender	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi mamá es muy devota a Dios. No sé si es que nos sacrificaría si Dios se lo pidiera. Yo creo en él, pero no de esa manera” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“En cambio a mi si algo no me parece me gusta debatirlo, no sé si dar la contra, pero si tener mi propio punto de vista.” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Por ejemplo, en un consejo de aula, el salón se dividió en dos. Me considero más de los chéveres, pero me puse a apoyar al otro grupo” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“La presión social no me afecta en nada, no siento presión y eso es increíble” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Con muchos temas soy bastante abierta a entender o que me expliquen. Por ejemplo, por el mes del orgullo en somos salió historias</i></li> </ul>

		<p><i>de gente que ha sido discriminada” (LP, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“He chocado con varios familiares porque piensan de manera diferente a la mía” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Le di mi punto de vista que no me parecía” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“La pandemia cambió mi vida para bien” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Por ejemplo, mi papá puede tener unos comentarios racistas respecto al deporte. Me guío más de mi hermana, mis ideas van más con ella, podemos debatir con confianza”. (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me diferenció de mi papá en que la crítica mucho algunas cosas, dice que hay maricas, y cosas con la que no estoy de acuerdo” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Yo salí como de izquierda en test, creo que por eso me voy a la cato jaja. Yo entendía a la gente que contaba por Keiko y Castillo, y ellos también, pero votaron por Keiko”. (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Nos han inculcado que si el punto de vista de alguien no te parece está bien, pero debes respetarlo” (LP, 16 años)</i></li> </ul>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Confianza para expresar disconformidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que no tengo filtros, soy bastante expresiva, tanto facial como verbalmente” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Yo soy más relajado, no me importa mucho hacer las cosas bien, agradar a mi familia” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“El coordinador no nos dejó tomar ese tema. Y fui con otros compañeros a su oficina a preguntarle por qué no se puede” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“que sólo debe importarme lo que piense mi familia de mí. Es algo que he aprendido a veces, pero trato de tenerlo presente” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“A veces no sé con qué vestirme. Elijo algo, pero mi mamá me hace cambiarme. Y eso me hace sentir mal. Aunque yo no tenga un estilo definido. A veces me visto como más neutro. Y me dicen "te van a confundir con hombre" (NC, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Autonomía para tomar decisiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“La verdad sí, solo algunas veces puedo pedir consejos a mi papá o a un amigo que se llama Matías” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Prefería mantener mis pensamientos y opiniones para mí misma” (LCA, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Yo tengo mi propio camino en decidir lo que deseo o cómo pensar” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Yo siempre tomo todas las decisiones sola, sólo que después se lo comento a mi mamá y hablamos de ello” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“También soy indecisa pero no suelo pedir algún consejo a menos que me haya equivocado” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Le hice saber mi punto de vista sin ningún problema”. (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“mis padres me dan opciones y yo decido” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Muy pocas veces hago eso, alguna vez lo he hecho, pero yo tomo la decisión” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Yo creo que no, siento que siempre debo de tener a alguien que me guíe. Si algo me angustia bastante le pido ayuda a mis papás, pero si es un tema más de pareja por ejemplo a mis amigos.” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Conciencia sobre las consecuencias de sus decisiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mis decisiones no son tan impulsivas. Tomo decisiones que me afectan positivamente en lugar de lo que quiero en ese instante” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Si, yo analizo y no sigo la corriente de quién esté haciendo mal, sin razonar. Es preferible prevenir que</i></li> </ul>

		<p><i>caer en eso. Cuando hay decisiones importantes suelo consultarle a mi hermana” (JLRM, 15 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Si, normalmente si se me mete la idea de algo lo llevó a cabo. Es difícil hacerme cambiar mi decisión” (LDC, 16 años)</i></li> </ul>
<p>Integración de las experiencias pasadas y sentido de consistencia a través del tiempo.</p>	<p>Reconocimiento de experiencias significativas en la infancia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“También el empezar a tocar el violín a los 3 años y el deporte a los 6, con el fútbol” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Otro evento fue que en primero de primaria fuimos a vivir a Tarapoto, y me hacían bullying” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“profesores y estudiantes que se burlaban de mí, algunas peleas familiares y terapias desde primaria debido a mi dislexia” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes no me validaban emocionalmente, eso es una experiencia que puede tener un impacto significativo en la forma en que me relaciono con los demás y en cómo busco explayarme en mis conexiones sociales” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Una vez, cuando era pequeño, mi mamá era muy complicada y siempre me trató con mano dura, me raptó del jardín y nos llevó a Oxapampa. Nos alejó de mi papá,</i></li> </ul>

		<p><i>esa experiencia nos afectó mucho a mí y a mi hermano. Este evento es el más significativo” (LP, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Este evento es el más significativo” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Mi mayor salto fue la mudanza, porque en mi antiguo colegio me hablaba con todos” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Fue un cambio drástico” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Bueno, cuando estaba en el nido, nació mi amor por el deporte. En esa época nos daban clases de ballet” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La separación de mis padres, porque no entendía, pero Génesis me explicó” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Otro más antiguo fue conocer a mi amigo Stefano en primero de primaria, eso le ayudó a ser más sociable”. (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“tenía una amiga que se portaba bien cuando estaba con mi familia, pero cuando solo estábamos las dos solas ni me hablaba” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“eso es una experiencia que puede tener un impacto significativo en la forma en que me relaciono con los demás” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“habían estado hablando mal de mí, se fue y luego me puse a llorar. Y al</i></li> </ul>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><i>final eso me afectó y decidí no jugar. Era un partido contra otro colegio.”</i> (MCN, 16 años)</p>
	<p>Conciencia de su pasado en el presente</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Antes era una chibola, que estaba con el TCA, con otro grupo de amigas. Y ahora es diferente. Siento que he mejorado como persona. Siento igual siempre somos los mismos”. (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Mi mamá me prometió que me iba a comprar uno igual, y hasta el día de hoy me acuerdo exactamente como era el globo por qué nunca pudo encontrar otro igual. De esas cosas si me acuerdo, pero de cosas que hice ayer por ejemplo no. Recuerdo las cosas que me pasaron con emociones muy intensas” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes era más tímido, siento que no soy ese José Luis ahora. He crecido mucho física y mentalmente. Volver a la presencialidad me ayudó mucho a abrirme socialmente.” (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Pero aun así siento que sigo siendo el mismo de cierta forma, sigo siendo la misma persona feliz que era antes” (FS, 16 años)</i></li> </ul>

	<p>Mantenimiento de los sueños y anhelos de la niñez</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“La idea de estudiar algo que realmente me apasiona y completar una carrera que me llena de satisfacción es algo que mucha gente busca en la vida”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Yo siempre he sido un niño que le gusta mucho la música”</i> (DSOP, 15 años)</li> <li>● <i>“Quiero casarme porque debe ser lindo”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“Desde chiquita quería ser youtuber y streamear. No sé si en 10 años, pero en el futuro me gustaría tener mi coliseo de gimnasia, por qué es lo que me apasiona y cuando lo pienso me emociono”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Siempre tuve ese interés por el diseño y las edificaciones. Por eso siempre pensaba en la arquitectura”</i> (JLRM, 15 años)</li> </ul>
	<p>Perseverancia en los ideales y valores del pasado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“El respeto y la igualdad (Valores que siguen guiando su vida)”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“Mi meta de estudiar mi medicina no cambió en nada, siempre fue lo mismo”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“No, siempre ha sido gimnasia y ser creadora de contenido relacionado con videojuegos”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“No sé, tal vez en unos años me gustaría estudiar veterinaria o</i></li> </ul>

		<p><i>bióloga” (SNVE, 15 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mi meta de estudiar mi medicina no cambió en nada” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“El respeto, el amor a Dios, la tolerancia y no mentir” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Lo extrovertido con mis amigos de confianza. También se ha mentido mi gusto por el baile, desde que era pequeño” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
<p>Consecuencias de la pandemia y el aislamiento social en la manera de relacionarse y en el autoconcepto</p>	<p>La pandemia retrasó o postergó la búsqueda de aprobación social</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No sentí que tuviera que replantear mi identidad tampoco, por qué aún no estaba del todo tan definido. Me quedaba en mi cama todo el día y estaba tranquilo con eso” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes era divertido, con mis amigos del colegio, bromas y era divertido” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Me gusta ir al colegio porque es un día más de socializar” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“No me juzgaron por ello, por qué nadie me podía ver. Pero siento que después sí un poco. Ya no veo tanto esas series, ya no me llaman tanto la atención. Quizás solo hiku, aunque la vez pasada que fui a una reu me quite mi llavero por qué me daba vergüenza,”” Volver a ver a los</i></li> </ul>

		<p><i>populares también, terminé definitivamente con mi flaca, por qué seguíamos hablando por chat, y conocí a un chico” “De mis compañeros quizás desde 6to. Me importaba por qué acababa de entrar al grupo de las populares. “Encima había un pata que siempre me judía, decía que yo era una acoplada.... Mucha gente de afuera también.”. (LYT, 17 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Antes yo salía al parque a jugar, pero en ese entonces, estaba todo el tiempo encerrado” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Yo siento que hubiera sido en la etapa de 15 o 14 años, pero por la pandemia eso no pasó. En esa etapa todos tenían pelos enormes y no les importaba la imagen personal por qué estaban en sus casas” (LP, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Hay que llevarse bien con los demás para recuperar el tiempo perdido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Pero creo que sí no hubiera habido pandemia hubiera ido a más reuniones. Voy a algunas y me gusta, pero siento que hubiera ido a más” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Son los últimos años y tengo que relacionarme con mi promoción, y para relacionarme con ellos tengo que agradecerles” (LP, 16 años)</i></li> </ul>

	<p>Durante la pandemia eran escasos los juicios de valor negativos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que no, empecé a hablar con más gente. Y ahí no había mucha gente que cuestionara mi punto de vista, sentía que respetaban mi punto de vista” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“cuando lo hacía en grupo. Cuando streameaba sola solía hacerlo con el micrófono apagado, pero nunca recibía ningún comentario negativo de algún desconocido” (LP, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Las redes de apoyo previas a la pandemia fueron un factor protector contra la soledad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por otro lado, siento que no ver a mis amigos no me afectó tanto. Ya que cuando ellos venían a mi casa jugábamos videojuegos. Algo que pudimos seguir haciendo de manera virtual” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que no buscaba mucha validación por qué mis amigas cercanas me lo daban. Aunque a veces me sintiera la última rueda”. (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“La falta de relación presencial nunca me afectó porque seguía relacionándome con todos ellos virtualmente. Sí los extrañaba, y me imaginaba como sería verlos en persona de nuevo y en las experiencias que estábamos perdiendo, pero no me sentí sola nunca” (LP, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Sí, sentí frustración de no poder tener contacto con mi mamá porque no vivía con ella” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Antes veía más tv, ahora paso más tiempo con mi familia. Asimismo dibujaba más tiempo” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Mi mamá no siempre está presente, casi no nos vemos. Cuando era pequeña nunca veía a mi mamá. Siempre paraba trabajando. Siempre quería buscarla, tenía una niñera.</i></li> <li>● <i>“Cuando era niña tuve que cambiar mi grupo de amigos. En mi anterior cole me hicieron Bullying” (NC, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>El aislamiento social redujo barreras sociales para relacionarse</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Gente con la que no hablaba nada que luego los veía y nos abrazábamos” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>en presencial puedo ver el aspecto más sincero de la persona (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que no me faltó, pero supe cómo controlar eso. Quizás sin la pandemia me seguiría costando socializar más, y no tendría amigos de diferentes lados. El comunicarme por discord hizo que me conectaré con gente de mi prom con la que no me hablaba. Me permitió conectar con personas con las que quizás no hubiera conectado. Creo que es una</i></li> </ul>

		<p><i>plataforma donde podías conectar con extraños, pero yo no hacía eso.”</i> (JLRM, 15 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que volver a la presencialidad ayudó a que me volviera más sociable. Creo que se me hizo más fácil interactuar con otros grupos con quiénes antes no hubiera interactuado”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>La pandemia como evento significativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Una amistad fue complicada para generar una pandemia. Sólo estaba con mi perro por eso estamos tan pegados”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Los dos eventos más significativos de mi vida han sido la mudanza de Arequipa a Lima y la pandemia”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“En la pandemia la pasé mal, me angustiaba por qué no se podía hacer nada. Mi única salvación era ver fútbol, pero luego no habían partidos y me angustiaba, lo mismo con las tareas. Me quedaba esperando y no pasaba nada, me angustiaba.”</i> (MCN, 16 años)</li> <li>● <i>“Siento que en pandemia perdí ambición, no quería hacer nada y no me importaba que iba a ser de mayor”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>

	<p>El aislamiento permitió el autodescubrimiento sin temor a la crítica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Mis gustos también cambiaron, empecé a enfocarme más en mí misma, y en las cosas que me gustaban. Ahora descubrí que, si me puede gustar más el Reguetón, e incluso pedir una canción. Cómo no había gente que opinara o me inculcaron sus gustos pude probar otros”. (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Creo que si no hubiera habido pandemia no hubiera podido permitirme tener esa relación. Quizás desde chiquita pensaba en eso de sentirme atraída a cualquier género. influenciaron mucho en mí, el anime, la bisexualidad, era mi propio mundo ”” Las redes influenciaron mucho en mí, el anime, la bisexualidad, era mi propio mundo ”” Antes me veía en el extranjero. Pero ahora quiero quedarme aquí. Irme a lo seguro, además me encanta la comida.” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Con el tiempo, mi forma de vestir ha evolucionado. A medida que maduré, encontré un equilibrio entre la expresión personal y la comodidad” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Mi primera relación también. Es algo que jamás había tenido antes. Nunca me imaginé a mi yendo a</i></li> </ul>
--	------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><i>comprar flores. Conocí una nueva faceta de mí. Conocí mi lado cariñoso” (JLRM, 15 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que cuando estaba encerrada en mi cuarto podía ser yo misma. Podía jugar videojuegos sola, ver series. Podía buscar como que estilos para vestirme quizás ””También me hizo más accesible a entornos y herramientas virtuales ””Creo que podían reconocer mis habilidades artísticas por medio de la VIRTUALIDAD más fácilmente. De alguna manera me ayudó a tener más confianza en ellas y desarrollarlas” “Antes de la Pandemia quería ser editora de videos, aunque igual me gustaba crear historias. No conocía tanto de los cómics todavía.” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Supongo que era parte de descubrir mi identidad y expresarme a través de la moda” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Con el tiempo, mi forma de vestir ha evolucionado” (LCA, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>El aislamiento permitió escoger mejor a las amistades.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“A comparación de antes me afecta mucho menos. Cómo me he llenado de amistades positivas lo que digan las negativas le importa poco”. (LDC, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Con mi grupo de amigas, podíamos hablar de anime. La virtualidad me permitió separarme más de mi grupo y conectar con otro tipo de amistades, definitivamente” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Recuerdo que hubo momentos en los que me rendí ante algunas cosas que me apasionaban, como el arte” (LCA, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>El aislamiento ayudó a consolidar autoestima y seguridad emocional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Empecé a valorar otras cosas, antes me quedaba en lo académico por mi baja autoestima” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes de la Pandemia me consideraba más introvertida, pero ahora que salí al mundo real soy más extro. Creo que me ayudó las amistades que hice pospandemia, también el haber estado en el CT. Se me terminó pegando” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Además agradezco que pude estar más tiempo con mi familia, mi cumple fue en abril y la pasamos juntos, mis papás trataron de hacer una torta y salió mal jajaj, pero nos reíamos. Hacíamos clase de zumba juntos. Siento que el primer año de pandemia no me frustró porque pasaba más tiempo con mi familia,</i></li> </ul>

		<p><i>antes mi mamá llegaba muy tarde a casa.” (JLRM, 15 años)</i></p>
	<p>Pandemia conllevó a dejar de realizar las actividades recurrentes que solía hacer</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Recuerdo que hubo momentos en los que me rendí ante algunas cosas que me apasionaban, como el arte, por ejemplo, ahora paso más tiempo jugando videojuegos con mis amigos en mi cuarto” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes solía jugar mucho fútbol, me gustaban los deportes” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Bueno yo, hacía básquet, bueno también por temas de salud. Antes hacía atletismo. No me gustaría volver a hacerlo” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“En el arte, por ejemplo, ahora paso más tiempo jugando videojuegos con mis amigos en mi cuarto” (LCA, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Dificultades para relacionarse presencialmente</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Aunque dejé de hablarles (a las chicas) cuando volví a la presencialidad.” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Me olvidé un poco de lo que era tener contacto físico con otras personas”. (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Después de 2 años de haber estado aislado” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Era muy incómodo, no me sentía bien de estar teniendo un contacto</i></li> </ul>

		<p><i>físico. Después de 2 años de haber estado aislado. cuando todos se quitaron las máscaras fue raro verles el rostro” (LP, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Al cambiarme, no hablaba con nadie virtualmente como si fuera mi amigo. Recién el año pasado los conocí de verdad. Me aislaba en los recreos, me ocultaba en el baño y a veces lloraba. Me da miedo hablar con los psicólogos porque tengo miedo de que se repita la historia. Los primeros meses me costaba integrarme” (NC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La vida me transformó en alguien más extrovertido durante la cuarentena” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Nada se compara con la alegría de pasar tiempo con amigos en persona” (LCA, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>El aislamiento social permitió explorar distintos roles de identidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Primero mi apariencia, era rubia y ahora me lo he tenido de negro” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Descubrí que me encantaba conversar con la gente, aprender de sus experiencias y escuchar sus historias” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Con las personas de mi edad no suelo darles mi opinión” (GP, 15 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Tomaron aún más importancia en mi vida durante la pandemia porque decidí esforzarme por ser más extrovertido y buscar la amistad de otras personas”</i> (LCA, 16 años)</li> <li>● <i>“En la cuarentena tenía un estilo medio emo, usaba ropa negra y me tapaba el ojo con el pelo. De Repente no tuve una personalidad emo, pero me gustaba estar en la oscuridad y era medio callado. “Quizás antes veía más animes, pero no lo niego”</i> (FS, 16 años)</li> <li>● <i>“En la pandemia, empecé a ver anime, fui otaku y me pinté el pelo de rubio, ¡noooo que horribleee! No me juzgaron por ello, por qué nadie me podía ver. Pero siento que después sí un poco”</i> (LYT, 17 años)</li> </ul>
<p>Beneficios y dificultades que trajeron las redes sociales al ser el único medio de comunicación social durante el aislamiento.</p>	<p>Las redes sociales fueron un espacio de expresión que permitió el desarrollo social durante aislamiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Fueron re importantes, me podía conectar con mis amigos y otra gente, de ahí también saqué mis gustos y todo esto, parte de mi identidad se formó ahí.”</i> (LYT, 17 años)</li> <li>● <i>“Recién a la mitad de la pandemia mi mamá me dejó tener Instagram”</i> (SNVE, 15 años)</li> <li>● <i>“En mi cuarto cuando podía jugar lol, minecraft y otros juegos con mis</i></li> </ul>

		<p><i>amigos (su forma de ser con mayor libertad)” (LCA, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Las redes sociales se convirtieron en un medio de comunicación vital para muchas personas” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Con mis amigos a través de discord, ahí podía expresarme libremente” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Sí fueron importantes porque era lo único que me entretenía, me aburría bastante, me estresaba” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Fueron una mala experiencia, porque recibí muchos insultos” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Cuando estaba en línea con mis compañeras en mi cuarto, hablábamos de full temas” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Muy importantes, como te digo, fue el principal medio que tuve para poder conversar con mis amigas, para mí fueron muy importantes, pude relacionarme con ellas durante dos años así, crecimos juntas, aprendimos juntas” (MP, 15 años)</i></li> </ul>
	<p>Redes sociales como factor protector contra la soledad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Muy importantes, para matar el aburrimiento principalmente, y poder comunicarme con mis amigos” (LP, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quizás hubiera sido más real?, pero sin ellas en Pandemia me hubiera muerto. No hubiera podido vivir interactuando todo el tiempo con mi familia. De alguna manera eran como un escape de eso” (LYT, 17 años)</i></li> <li>● <i>“Las redes sociales se erigieron como una forma clave de mantenerse conectado con amigos y familiares” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La soledad se hizo muy presente en mi vida durante esos días” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Para mí, estas plataformas se convirtieron en un valioso método para conectarme con otros y mitigar la soledad que sentía” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“En la Pandemia paraba todo el tiempo ahí, era mi principal fuente de entretenimiento. Cada persona de mi familia paraba por su lado haciendo sus cosas, ya sea viendo tele, trabajando o estudiando. No estaban conmigo activamente pero no me sentía sola” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Antes no eran nada importantes, la pandemia cambió mi gusto por las redes” (SNVE, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Gracias al internet, investigaba me distraía y seguía manteniendo</i></li> </ul>
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><i>contacto con algunas personas”</i> (GP, 15 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Muy mal, porque ahí hablaba con mi mamá, hablaba horas”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Antes de la pandemia son super importantes para mí”</i> (AC, 15 años)</li> <li>● <i>“Hubiesen sido más difíciles de llevar, de todas maneras, se me hubiese complicado mucho”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“Muy importantes estaba todo el tiempo ahí, incluso me descargue Twitter. Era lo único que hacía, rompí mi récord en horas de uso”</i> (MCN, 16 años)</li> </ul>
	<p>Redes sociales como espacio culturizador y fuente de expresión social</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Siento que no hubiera aprendido tanto de lo que aprendí en redes sociales y en internet, sabría mucho menos de un montón de temas”</i> (LP, 16 años)</li> <li>● <i>“Sí, la pandemia lo hizo importante porque por ese medio podía conectarme con el mundo”</i> (GP, 15 años)</li> <li>● <i>“Se volvieron megas importantes, porque era mi medio para interactuar con mi círculo cercano”</i> (MP, 15 años)</li> <li>● <i>“En cierto modo no sería la misma persona, por qué he aprendido</i></li> </ul>

		<p><i>muchas cosas ahí que cambiaron mi forma de pensar sobre ciertos temas” (LP, 16 años)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que el ver Tik Tok y la moda aesthetic me llamó la atención para entrar ahí. Antes no sabía que el anime existía, pero sí creo que el grupo me hubiera juzgado demasiado, me duró hasta 2021” (LYT, 17 años)</i></li> </ul>
	<p>Las redes sociales son parte vital del desarrollo y comunicación social hace tiempo (código eliminado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Y gracias a ellos y a mis hermanos siempre he estado muy metida en las redes” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Se volvieron más importantes, pero antes ya las usaba bastante” (MCN, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Creo que ya eran igual de importantes, quizás se volvieron un poquito más. Pero en un momento de la pandemia me desinstale Tik Tok, me distraía mucho” (LYT, 17 años)</i></li> </ul>
	<p>Las redes sociales facilitaron la apertura a relacionarse con los demás</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Había un grupo grande con el que solía relacionarme por discord, ahora ya no hablo tanto con todos ellos en persona” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Fácil la pandemia me ayudó a sentirme más segura al entablar relaciones sociales, porque conocí gente que pensaba como yo más fácilmente.” (LDC, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Luego conocí los juegos en línea e hice nuevos amigos” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“La cuarentena me ayudó un montón por lo físico. Empecé a chatear con chicas” ‘No sé por qué la virtualidad me dio confianza para poder hablarle a la chica que me gustaba. “Sin ellas sería una persona mucho más seria y callada. Soy quien soy por mis amigos y familia. No sé si mejor o peor, pero diferente.” (FS, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Existe temor a ser malinterpretado en redes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“O sea me pongo nerviosa relacionándome de manera virtual, quizás se me hace algo más difícil. Si alguien me pregunta algo y no se responder, en persona pondría una cara, pero en redes no sé cómo expresarlo” (LP, 16 años)</i></li> <li>● <i>“En persona es más divertido, por chat uno puede confundirse sobre cómo está la otra persona. Me había acostumbrado a comunicarme virtualmente. Pero eso puede ser una desventaja.” (JLRM, 15 años)</i></li> </ul>
	<p>Redes sociales como factor protector ante problemas de salud mental severos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No hubiera tenido, porque solo tenía el Zoom del colegio y apenas salía. Creo que me hubiera suicidado, es que no me gusta para nada estar sola”. (LDC, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Quizás hubiera sido más real, pero sin ellas en Pandemia me hubiera muerto. No hubiera podido vivir interactuando todo el tiempo con mi familia. De alguna manera eran como un escape de eso” (LP, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Redes sociales afectan la comunicación presencial</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Creo que me acostumbré mucho a poder tener el tiempo para pensar que escribir, que cuando volvimos a la presencial no sabía cómo manejarlo en el momento “Siento que sí hizo que se me hiciera más difícil hablarles en presencial, antes no era tan difícil. Siento que me tomo mucho mi tiempo para pensar que decirles, no quiero que se me escape algo y fregarla”. (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Pero cuando llegó el distanciamiento social y las restricciones de contacto físico, tuve que adaptarme” (LCA, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Me asustó, al principio yo no quería seguir en el colegio, hasta que entraron mis compañeras ese año” (GP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Porque me costó hablar con las personas, me daba miedo cómo se darían las interacciones” (AC, 15 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“De manera presencial, porque es una forma real para conocer a las personas, es imposible inventar cuando ves a la otra persona” (AC, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Pero ni bien me di cuenta que era para hablar con mis amigas de siempre el miedo se me fue yendo” (MP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Eso sí, al principio me costó más. Todos estaban callados el primer día de clase presencial, nadie quería hablar era extraño. Y si nadie lo hacía daba más roche. Ahora lo puedo controlar, no sé si me limitaba el miedo a hablar, sino que era diferente. Uno estaba acostumbrado a estar callado en las clases virtuales. Creo fueron los nervios, pero también la falta de costumbre, no saber cómo reaccionar o que si se podía.” (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que es más fácil por redes sociales, por qué como presencial a veces siento miedo de que me juzguen. Ver las caras” (NC, 16 años).</i></li> <li>● <i>“Por llamada y chat se me hace más fácil interactuar, me siento más tranquilo por qué estoy en mi casa.” (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Las redes nos conectan con personas que piensan igual que nosotros</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Fácil la pandemia me ayudó a sentirme más segura al entablar relaciones sociales, porque conocí gente que pensaba como yo más fácilmente. Creo que el hecho de que comenzará estás amistades de manera virtual me dio más confianza, por qué no las estaba viendo directamente”</i> (LCN, 16 años)</li> <li>● <i>“Me conecto más con otras personas, gracias a un taller de dibujo conocí a una persona. Y gracias a las redes pude seguir en contacto con ella.”</i> (NC, 16 años)</li> <li>● <i>“No, porque en estas llamadas, con los nuevos amigos virtuales que conocí, siempre me decían que les gustaba como pensaba o que les parecía increíble mi humor.”</i> (LDC, 16 años)</li> <li>● <i>“Lo único que me frustró es no poder ver a mis amigas”</i> (MP, 15 años)</li> </ul>
	<p>Las redes sociales permitieron conectar con otros puntos de vista y adoptar nuevos roles con seguridad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Por las redes sociales veía que todo el mundo estaba cambiando, y quizás eso me motivó a probar nuevos looks, me vi muy influenciada por la gente que no era de mi entorno, con quién me pude conectar mediante las redes”</i> (LDC, 16 años)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>”Creo que si no hubiera habido pandemia no hubiera podido permitirme tener esa relación (homosexual). Quizás desde chiquita pensaba en eso de sentirme atraída a cualquier género. Las redes sociales me influenciaron bastante, lo veía en otros lados y lo entendía como normal, pero ves que aquí no está tan normalizado como en EE.UU. (LYT, 17 años)</i></li> </ul>
	<p>Redes sociales, espacio genera libertad de expresión y aumenta autoestima</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Si, más o menos ya lo he mencionado, a través de discord. Era un espacio donde también la imagen no importaba tanto y era más fácil conectar” (FS, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Cuando jugaba online, sentía que al hablar con otros jugadores. Tenía el mismo humor y no tenía que estar guardando nada.” (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Por discord, por Fornite también. Por ahí podíamos comunicarnos” (JLRM, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Siento que se ha vuelto más importante, porque puedo compartir mi arte. Antes de la pandemia no veía muy necesario tener una cuenta de Instagram. Pero recién me creé Instagram en la pandemia, y puedo subir mis dibujos.” (NC, 16 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“De repente por Tik Tok, u otras redes. Podía poner lo que pensaba sobre el feminismo, por qué veía qué hay gente que opinaba libremente en contra y eso me daba la confianza para hacerlo también. (MCN, 16 años)</i></li> </ul>
	<p>Las redes sociales permitieron conectar y generar vínculos más sanos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“Cuando hice un nuevo grupo de amigos, y varios grupos, entonces podía ir a otro si no me sentía tan cómoda. Antes de la pandemia mi grupo era súper tóxico”. (LDC, 16 años)</i></li> <li>● <i>“Sin discord quizás no hubiera podido contactarme con mis amigos. En el grupo de la promoción mandaban tonteras” (JLRM, 15 años)</i></li> </ul>
	<p>Redes sociales espacio de superficialidades</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>“No entiendo porque la gente tiene que actualizar todo el tiempo lo que hace” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“En las redes sociales puedes falsear tu personalidad” (DSOP, 15 años)</i></li> <li>● <i>“Hasta para contestar tienes un momento para pensar, pero yo ahora te estoy respondiendo de manera sincera, estaría pensando y no sería una conversación tan” (GP, 15 años)</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"><li>● <i>“Creo que lo mejor y más fácil es relacionarte de manera presencial porque puedes ver el rostro de las personas, sin fingir nada” (MP, 15 años)</i></li><li>● <i>“No tuve una relación sino un casi algo, fue virtual y no volví a tener algo con nadie más” (MCN, 16 años)</i></li></ul>
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Anexo 5: Asentimiento Informado

Yo, \_\_\_\_\_, luego de haber leído y entendido el contenido del documento de presentación remitido por los estudiantes Rodrigo Ochoa y Nitza Retamozo, el mismo que establece que en el marco de REALIZACIÓN DE TESIS bajo la supervisión de la profesora Guissela Mendoza, se realizará una investigación que tiene como finalidad describir cómo se dio el proceso de formación de la identidad personal en adolescentes que estuvieron aislados debido a la pandemia del covid-19.

Sé que si acepto participar en esta investigación se me solicitará participar en una entrevista de una hora de duración que será registrada mediante grabación de audio.

En este sentido, me comprometo a proporcionar toda la información solicitada de forma honesta. Si tuviera dudas podré hacer preguntas en cualquier momento de este proceso de investigación. Igualmente, si siento alguna incomodidad durante mi participación, puedo informar al investigador para recibir orientación o retirarme, sin que ello me perjudique de ninguna forma.

Entiendo que la información recolectada durante esta investigación se usará sólo con fines académicos y será totalmente anónima y confidencial. También, doy mi consentimiento para que algunas de mis verbalizaciones sean transcritas y aparezcan en el informe final junto a las de otras personas con la finalidad de que se muestren los resultados. Me han garantizado que mi nombre no aparecerá en ninguna parte y que nadie podrá identificar que esas transcripciones me pertenecen.

Para cualquier información adicional o consulta relacionada con mi participación en la investigación, puedo comunicarme con el docente responsable al correo electrónico [gvmendoz@ulima.edu.pe](mailto:gvmendoz@ulima.edu.pe)

Finalmente, expreso que acepto de manera voluntaria participar en la investigación. Lima, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2023

---

Nombre completo del participante Firma Fecha

---

Nombre completo del participante Firma Fecha

## Anexo 6: Consentimiento Informado

Yo, \_\_\_\_\_, en calidad de padre, madre o tutor legal, luego de haber leído y entendido el contenido del documento de presentación remitido por los estudiantes Rodrigo Ochoa y Nitza Retamozo, el mismo que establece que en el marco de la REALIZACIÓN DE TESIS bajo la supervisión de la profesora Guissela Mendoza, se realizará una investigación que tiene como finalidad describir cómo se dio el proceso de formación de la identidad personal en adolescentes que estuvieron aislados debido a la pandemia del covid-19.

Sé que, al aceptar la participación de mi hijo/a en esta investigación, se le solicitará participar en una entrevista de una hora de duración que será registrada mediante grabación de audio.

En este sentido, autorizo que mi hijo/a participe y me comprometo a motivarlo/a para proporcionar toda la información solicitada de forma honesta. Si tuviera dudas o inquietudes respecto a este proceso, sé que puedo hacer preguntas en cualquier momento. Igualmente, si mi hijo/a siente alguna incomodidad durante su participación, podrá informar al investigador para recibir orientación o retirarse, sin que ello le perjudique de ninguna forma.

Entiendo que la información recolectada durante esta investigación se usará sólo con fines académicos y será totalmente anónima y confidencial. También, doy mi consentimiento para que algunas de las verbalizaciones de mi hijo/a sean transcritas y aparezcan en el informe final junto a las de otros participantes, con la finalidad de que se muestren los resultados. Me han garantizado que el nombre de mi hijo/a no aparecerá en ninguna parte y que nadie podrá identificar que esas transcripciones le pertenecen.

Para cualquier información adicional o consulta relacionada con la participación de mi menor hijo en la investigación, puedo comunicarme con el docente responsable al correo electrónico [gvmendoz@ulima.edu.pe](mailto:gvmendoz@ulima.edu.pe)

Finalmente, expreso que, como padre/madre/tutor legal, acepto de manera voluntaria la participación de mi hijo/a en la investigación.

Lima, \_\_\_\_ de \_\_\_\_ del 2023.

---




Nombre completo del participante Firma Fecha

---

Nombre completo del participante Firma Fecha

# Natalia Guzmán Zegarra

## Tesis Ochoa y Retamozo

-  Revisión de tesis
-  Revisión de tesis
-  Universidad de Lima

---

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3474889041

Fecha de entrega

6 feb 2026, 5:33 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

6 feb 2026, 5:39 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Tesis\_Ochoa\_Retamozo\_CORRECCIONES\_06\_de\_febrero\_2026.docx

Tamaño del archivo

5.4 MB

188 páginas

51.794 palabras

272.226 caracteres

# 3% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

## Filtrado desde el informe




- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

## Exclusiones

- ▶ N.º de fuente excluida

---

## Fuentes principales

- 3%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

---

## Marcas de integridad

### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## Fuentes principales

- 3% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.ulima.edu.pe	<1%
2	Internet	hdl.handle.net	<1%
3	Internet	www.coursehero.com	<1%
4	Internet	revistaumanizales.cinde.org.co	<1%
5	Internet	www.researchgate.net	<1%
6	Internet	repositorio.uss.edu.pe	<1%
7	Internet	repositorio.uca.edu.ar	<1%
8	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
9	Internet	vdocumento.com	<1%
10	Internet	bzi.ioamoilfoggia.it	<1%
11	Internet	observatorio.campus-virtual.org	<1%

12	Internet	rodin.uca.es	<1%
13	Internet	tesis.pucp.edu.pe	<1%
14	Internet	www.kerwa.ucr.ac.cr	<1%
15	Internet	www.scielo.org.pe	<1%
16	Internet	files.core.ac.uk	<1%
17	Internet	repository.javeriana.edu.co	<1%
18	Trabajos del estudiante	uniminuto	<1%
19	Trabajos del estudiante	Universidad Internacional de la Rioja	<1%
20	Internet	biblioteca.cientialatina.org	<1%
21	Internet	revistas.usal.es	<1%
22	Internet	www.uniovi.net	<1%
23	Publicación	Jenny Fernanda Tamayo Bonilla. "Social media addiction and anxiety in anonymo..."	<1%
24	Internet	recercat.cat	<1%
25	Internet	repositorio.usmp.edu.pe	<1%

26	Internet	revistas.umariana.edu.co	<1%
27	Internet	www.rsd66.org	<1%
28	Internet	www.yucatan.com.mx	<1%
29	Trabajos del estudiante	Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO	<1%
30	Internet	dspace.cuni.cz	<1%
31	Internet	dspace.umh.es	<1%
32	Internet	moam.info	<1%
33	Internet	ojs.docentes20.com	<1%
34	Internet	search.bvsalud.org	<1%
35	Internet	www.clubensayos.com	<1%
36	Internet	www.kriz-tyan.blogspot.com	<1%
37	Internet	www.nyconference.org	<1%
38	Internet	ar.vlex.com	<1%
39	Internet	busqueda.bvsalud.org	<1%

40	Internet	cybertesis.unmsm.edu.pe	<1%
41	Internet	doi.org	<1%
42	Internet	es.scribd.com	<1%
43	Internet	repositorio.una.ac.cr	<1%
44	Internet	repositorio.unc.edu.pe	<1%
45	Internet	rua.ua.es	<1%
46	Internet	www.americasalud.com.uy	<1%
47	Internet	www.erasmusrem.eu	<1%
48	Internet	docslib.org	<1%
49	Internet	dspace.unitru.edu.pe	<1%
50	Internet	farodelautopia.webcindario.com	<1%
51	Internet	pcientificas.ujat.mx	<1%
52	Internet	revistas.ces.edu.co	<1%
53	Internet	ricaxcan.uaz.edu.mx	<1%

54	Internet	www.cordobaciudad.com	<1%
55	Internet	www.dykinson.com	<1%
56	Internet	www.fcomalapa.tecnm.mx	<1%
57	Internet	www.grafiati.com	<1%