

COMUNICACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE LA PERSONALIDAD EN LOS ADOLESCENTES

COMMUNICATION AND PERSONALITY CONSTRUCTION IN ADOLESCENTS

Odilia Dominguez Ramírez¹
Clotilde Ingrid Tadeo Castillo²
Marijose Bravo Sánchez³

Resumen

El objetivo del presente artículo fue identificar el rol que desempeñan los diferentes canales de comunicación en la formación de la personalidad de los adolescentes e identificar cómo es que se potencializa la aparición de fenómenos como la *presión social*. Para ello, se implementó un sondeo de opinión entre jóvenes de 15 a 16 años, con el objetivo de determinar los tipos de presión social que han experimentado y cómo han repercutido en su salud mental y socioemocional. Este análisis dio como resultado que tanto la comunicación interpersonal como la digital responden a diferentes estímulos que se presentan en el entorno y que van formando parte de la personalidad, destacando que por esto es necesario reforzar los *canales de comunicación* mediante los cuales llegan los mensajes a los jóvenes y por supuesto, también priorizar que dentro de las instituciones se les brinden las herramientas socioemocionales necesarias para el correcto desarrollo de su personalidad, misma que les brindará un sentido de pertenencia y de identidad.

Palabras clave: Presión social, adolescentes, personalidad, identidad, sentido de pertenencia y comunicación.

Abstract

The objective of this paper was to identify the role played by different communication channels in the formation of adolescents' personality and to determine how these channels may intensify the emergence of phenomena such as social pressure. To this end, an opinion survey was conducted among youths aged 15 to 16, with the aim of identifying the types of social pressure they have experienced and how these have affected their mental and socio-emotional health. The analysis revealed that both interpersonal and digital communication respond to different stimuli present in the environment, which gradually become integrated into personality formation. These findings highlight the need to strengthen the communication channels through which messages reach young people and, importantly, to ensure that educational institutions provide them with the necessary socio-emotional tools for the proper development of their personality—tools that will foster a sense of belonging and identity.

Recepción: 30 de agosto de 2025 / Evaluación: 30 de septiembre de 2025 / Aprobado: 28 de noviembre de 2025

¹ Doctorado en Comunicación. Docente de tiempo completo de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación de la Universidad Veracruzana. Email: oddominguez@uv.mx. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9065-219X>

² Doctorado en Ciencias Jurídicas Administrativas de la Educación. Docente de tiempo completo de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación de la Universidad Veracruzana. Email: ctadeo@uv.mx ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5530-2266>

³Estudiante de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación de la Universidad Veracruzana. Email: zs23001927@estudiantes.uv.mx

Keywords: Social pressure, adolescents, personality, identity, sense of belonging and communication.

Marco Teórico

En los últimos años las aportaciones teóricas sobre los estudios de la personalidad han enriquecido su abordaje, al estimar el contexto y circunstancias (redes sociales, inteligencia artificial, tecnología móvil, entre otros), como determinantes en la manifestación de la conducta del hombre en sociedad, sin embargo, para los especialistas de estos temas, consideran necesario no olvidar la naturaleza biológica y social que inciden en la construcción de la personalidad en cualquier tiempo-espacio.

Para Bermúdez (2024), la personalidad es aquello que nos define a cada uno, peculiar y distintamente, es la necesidad de mantener la confianza de que la personalidad permanece estable a lo largo de la vida, la medida en que tal expectativa influye de una manera importante en el mantenimiento y consolidación de la propia identidad personal.

En la adolescencia, etapa marcada por cambios físicos y psicológicos, pero también sociales, se observa un mayor impacto en la regulación de las emociones, dado que el joven establece lazos con su entorno y se relaciona con los demás; precisamente es esta etapa cuando los factores de influencia se intensifican, impactando en la formación de la personalidad y en la identidad del individuo. Visto desde un enfoque de comunicación, las interacciones con el entorno social (la familia, redes sociales y la sociedad en general), desempeñan un rol importante, pues forman parte de los diversos canales por los que recibimos y transmitimos información sea de forma verbal o no verbal. A su vez, se puede apreciar la creciente demanda y exhibición en redes sociales de cualquier adolescente garante de un hecho punible que promueva su estigmatización (Otero, 2024)

Entre los 12 y 18 años de edad el desarrollo de la personalidad se ve directamente influenciado por factores que puede ir desde el ámbito biológico, social, psicológico, cultural, hasta el digital; en este sentido, podemos recurrir a la perspectiva de Erik Erikson (1968), quien situaba la reestructuración de la identidad y personalidad en la quinta de ocho etapas que se presentan desde la infancia hasta la adultez, mismas que conforman su teoría del desarrollo psicosocial, conocida como “Identidad vs confusión de roles”.

En esta teoría Erikson plantea que la adolescencia es la etapa más crítica del desarrollo, puesto que es en la que los seres humanos enfrentan la *búsqueda de identidad* y exploran a fondo el *sentido del yo*, estableciendo quiénes somos como individuos y buscando encontrar un lugar dentro de los grupos sociales; este autor enfatiza que para relacionarse con los demás, son importantes los procesos comunicativos, porque el adolescente necesita ser valorado, aceptado y reconocido ante los otros, siendo estos los que terminan por consolidar la personalidad bajo la influencia de los factores que se encuentran alrededor de su entorno (Erikson, 1968).

“El sentido de identidad surge de la capacidad de integrar una imagen consistente de uno mismo con el reconocimiento de esa imagen por parte de los demás significativos” (Erikson, 1968, p. 165).

Asimismo, Erikson destaca que el contexto cultural influye en la formación de la identidad del adolescente, en el caso actual este factor se ve impactado por la *hiperconectividad* y la *exposición mediática*, generando una sobreestimulación en los modelos de identidad, repercutiendo negativamente en los jóvenes que buscan forjar una personalidad racional y estable, que les permita tener un criterio propio para que en su vida adulta sean seguros de sí mismos y de su toma de decisiones; además, recordemos que este autor señalaba que al dejar inconcluso el proceso de esta etapa, más adelante puede denotar inseguridad, falta de criterio y confusión

emocional. Ahora bien, de acuerdo con estudios más recientes, la teoría de Erikson se ve reforzada, pues los autores han indicado que la exposición constante a medios digitales aumenta la ansiedad y la presión social en los adolescentes, causando afectaciones en la formación de la identidad y el bienestar emocional (Odgers & Jensen, 2020; Twenge, 2023).

Existe un desafío en la enseñanza para mejorar estratégicamente la personalización de la educación y aumentar la calidad de la enseñanza que se puede ofrecer debido a las metodologías utilizadas (Vargas, 2024), siendo así, durante los últimos años estos conceptos se han ido retomando por más autores quienes han creado sus propias conceptualizaciones, tal es el caso de la *aceptación social* y es que dado el contexto sociocultural en el que se están formando los adolescentes, autores como Ehrlich (2015) refiere que aún con la existencia de comportamientos inadecuados de los adolescentes, para una correcta integración a la sociedad, es posible llevar a cabo un trabajo que incorpore los factores externos que se corresponden con la personalidad de cada adolescente. Los factores externos para la formación de la personalidad y la integración de los adolescentes en la sociedad, según el referido autor se corresponde con la *autovaloración, la autoestima y auto aceptación*; por lo que también nos dice que los adolescentes para tener una adecuada aceptación social requieren seguridad, protección y necesidades sociales, donde se incluye la necesidad que tienen de ser aceptados por los demás, que implica, también, satisfacción de necesidades de estima y reconocimiento (Ehrlich, 2015).

Ahora bien, aludiendo un poco a Eric Erikson podremos determinar que el entorno social es catalogado como un rol importante en la configuración del “yo”, respondiendo a las preguntas del ¿Quién soy? Y ¿Para dónde voy?, mismas que durante esta etapa van tomando más fuerza en la vida del adolescente, presentándose como crisis de identidad y en medida que estas se vayan resolviendo, la identidad se va a ir moldeando y reconfigurando hasta llegar a lo que Erikson define como el *logro de identidad*. Investigaciones contemporáneas destacan que la interacción digital también moldea las respuestas sociales y la percepción del yo, ampliando los contextos tradicionales de socialización (Talaifar, Harari & Soh, 2024).

Es importante recordar que, para Erikson, la forma en la que se manifiesta la apatía del adolescente para con la sociedad en general y la falta de compromiso con metas u objetivos, son detonantes para la difusión de su identidad, misma que se fragmenta en cuatro componentes: La primera de estas cuatro es causada por la posible pérdida de identidad, generando temor al compromiso y a la implicación de estrechas relaciones interpersonales. Como segundo componente se encuentra la difusión de perspectiva y la falta de interés en la planificación a futuro. En tercera instancia están las dificultades para aplicar recursos de modo realista en su vida diaria, principalmente en el ámbito académico y/o laboral. Por último, como cuarto componente se encuentra la identidad negativa, que es la elección y manifestación de una identidad diferente a la que resulta ser preferida por los padres, además de ser mejor vista ante la sociedad en general (Marcia, 1980).

Es así como investigaciones posteriores han retomado y ampliado el trabajo de Erikson, por ejemplo, James Marcia (1980) utilizó como base la teoría que planteaba Eric Erikson para sentar los cuatro estados de identidad (difusión, compromiso prematuro, moratoria, y logro) por medio de un soporte empírico, estos en función del grado en el que el adolescente explora, adapta y manifiesta en su entorno comunicativo. Marcia en su obra *Teoría del desarrollo de la identidad*, buscó evaluar el crecimiento y desarrollo de la identidad de los adolescentes, para ello realizó una investigación en la que estudió las inquietudes de los adolescentes abarcando temas ideológicos, vocacionales y de carácter sexual; finalmente, mediante este estudio es que Marcia identifica las diferentes etapas de la adolescencia en las que se logra concretar la identidad de un ser humano,

aunque a veces sea de forma tardía o simplemente puede no concluirse y se termine por adoptar las creencias e ideología de los padres (Marcia, 1980).

De esta forma es que James Marcia propone los cuatro estados de identidad, que representan la composición de dos dimensiones, la crisis de identidad y el compromiso vocacional: Para Marcia, el primer estado se sitúa en la difusión de identidad, mismo que es caracterizado porque el adolescente aún no atraviesa una crisis como tal, por lo tanto, no explora opciones para su vocación o cambiar su ideología. Por otro lado, en el segundo estado se encuentra el compromiso prematuro, este como su nombre lo dice, se presenta cuando el adolescente adopta una identidad generalmente impuesta por los padres, de tal forma que no se le da tiempo de analizar sus opciones. A diferencia de los anteriores, en la identidad moratoria los adolescentes se encuentran en plena crisis de identidad y exploran opciones, aunque sin tener claro el compromiso que quieren adoptar. Por último, se encuentra el logro de identidad, este se alcanza cuando el adolescente ya ha pasado por un período de crisis y ha elegido una identidad, generando compromisos duraderos para su toma de decisiones en las distintas áreas de su vida. En este sentido, es importante recordar que Marcia señala que los estados no son estrictamente secuenciales y la forma en la que el adolescente puede ahondar de uno a otro va a variar dependiendo sus experiencias de vida y de las circunstancias en las que se encuentren. Si recurrimos a estudios más recientes sobre identidad digital, podremos notar que se resaltan cómo los entornos virtuales modifican la exploración y el compromiso del yo, ampliando los estados propuestos por Marcia en contextos contemporáneos (Talaifar, Harari & Soh, 2024).

En este contexto destacan los factores comunicativos y principalmente el rol que tiene la familia para fomentar la autonomía y el diálogo abierto, para lograr que el adolescente forje una identidad con bases sólidas; si enfatizamos el rol de la comunicación social e incluimos las interacciones en los diferentes medios digitales, van cobrando gran relevancia el sentido de pertenencia y de seguridad que te brinda el pertenecer a un grupo social ya sea de forma física o por medio de una comunidad digital. En el mundo actual, la crianza digital y la orientación familiar son fundamentales para mediar los efectos de la exposición mediática y mantener un desarrollo psicosocial saludable (Livingstone & Blum-Ross, 2020).

Es así cómo podemos entender que los procesos comunicativos son los que configuran el desarrollo de la personalidad en el adolescente, mediante procesos que van construyendo la manera en la que se muestran al mundo con el único objetivo de obtener validación y no solo manifestar expresiones orales; por ello, es que es importante recurrir a la Teoría del Interaccionismo Simbólico de George H. Mead (1934), en la que el enfoque del autor nos dice que la identidad del individuo se va formando a través de la interacción con los demás, enfatizando que el “Yo” no es un descubrimiento interno, sino que se construye como respuesta a lo que ofrece el otro en el proceso comunicativo; causando que la personalidad vaya moldeando sus vínculos sociales al resignificar los roles, mediando el proceso por medio de signos y símbolos como los gestos o expresiones que componen la identidad del individuo que le permiten comprenderse a sí mismos en su forma de interactuar con los demás (Mead, 1934).

Sin embargo, este proceso de interacción y comunicación con el entorno no puede ser llevado a cabo sin la interpretación simbólica del mundo, sobre todo si no se tiene un factor de suma relevancia, el contexto o antecedente social. Esto porque una situación se puede analizar desde diversas perspectivas en las que el significado y la interpretación de las acciones y símbolos dependen completamente del contexto en el que se producen; como resultado de esto, es que se puede obtener un significado específico en un contexto y uno diferente en otro. Por esto es que es importante comprender que el interaccionismo simbólico nos brinda un panorama general del

contexto en el que se dan algunas situaciones, para permitirnos tener una comprensión de los significados (Mead, 1934). En este sentido, las redes sociales son un caso muy puntual de esto, pues los jóvenes son propensos a caer en la “mentira” de lo que observan a través de las pantallas y esto a su vez, comienza a repercutir en ellos y en su autoestima, causándoles complejos ya sea por no lograr tener la “vida perfecta” o por no alcanzar los estándares de belleza que suelen aparecer en las distintas plataformas digitales: lo cual, visto desde esta perspectiva nos dice que la comunicación no es meramente un medio para transmitir información, sino un proceso constitutivo de la identidad. Por supuesto que, si lo vemos desde la perspectiva actual, identificaremos que las redes sociales amplifican este efecto, pues los adolescentes pueden construir y reconstruir su identidad a partir de interacciones virtuales, comentarios y “likes”, lo que impacta directamente en su autoestima y percepción del yo (Orben & Blakemore, 2023; Manago & McKenzie, 2020; Social comparison, 2020).

Ahora bien, si lo vemos desde la perspectiva del interaccionismo simbólico, podremos notar que las teorías de Erikson y Marcia se encuentran completamente inmersas en este proceso de interacción emisor-receptor, en el que el concepto de presión social ya se puede ver inmerso en los procesos de comunicación, principalmente porque durante este proceso los adolescentes comienzan a ajustar sus comportamientos para encajar con las ideas y expectativas de los grupos sociales a los que quieren hallarles un sentido de pertenencia; sin embargo, no se debe dejar de lado lo que Erikson señala en su teoría, que si el adolescente internaliza expectativas que van en contra de su verdadero yo, comienza el proceso de formación de una *identidad negativa*. Por su parte, Twenge (2017, 2023) nos dice que, la sobreconexión digital aumenta la presión social y contribuye a la ansiedad y depresión entre adolescentes, afectando directamente la consolidación de una identidad sana. Por otro lado, visto desde un punto de vista emocional, los autores refieren que en la actualidad el rechazo social puede denotar dolor y a su vez constituir a una causa de naturaleza social de los seres humanos, que implica, en los adolescentes, necesidad de ser aceptados en los grupos (Ehrlich, 2015).

Por otro lado, George Gerbner y Larry Gross (1976), en su Teoría del Cultivo, postulan que la exposición prolongada a medios de comunicación, moldea la percepción de la realidad de los individuos, sugiriendo que los medios no nos dirigen en el qué pensar desde la *agenda setting*, pero sí nos dan un panorama de los temas que pueden considerar “más relevantes” y con los que se va construyendo nuestra opinión y postura al respecto, sin embargo, en el cultivo de creencias y actitudes sí podemos ver activamente que nos dicen el qué pensar. Ahora que, si esto lo vemos desde la perspectiva de un adolescente, podremos entender que ellos están más expuestos a los contenidos de los medios de comunicación, ya sean los tradicionales o desde las plataformas digitales, porque son los que influyen en la formación de sus visiones del mundo, expectativas y opiniones (Gerbner & Gross, 1976; Shrum, 2002). Las recientes investigaciones confirman que la exposición a contenidos digitales cuidadosamente seleccionados puede distorsionar la percepción de la realidad y afectar la autoestima de los adolescentes (Odgers & Jensen, 2020; Twenge, 2023; Orben & Blakemore, 2023).

En un contexto del desarrollo de la personalidad, esta teoría explica cómo la exposición a los diversos mensajes en los medios que influyen notoriamente en la identidad del adolescente, por ejemplo, la representación de belleza que observan a través de las redes sociales, se vuelven estándares poco realistas que internalizan los adolescentes y que no solo afectan su autoestima, sino también su autopercepción e imagen. A su vez, esto se relaciona con lo que profesaba Erikson respecto a la confusión de roles, pues los adolescentes pueden luchar contra las figuras mediáticas y una identidad fragmentada para recuperar su realidad y desde este sentido, es importante decir

que la presión social nace desde las normas y valores de lo que es bien visto ante la sociedad y que los mismos medios sean cual sea su formato, han ido potencializando (Shrum, 2002; Twenge, 2023).

Por otro lado, si observamos la Teoría del Aprendizaje Social, propuesta por Albert Bandura (1977) postula que aprendemos observando a los otros mediante un entorno social. Este proceso, conocido como aprendizaje vicario es el que se vuelve fundamental para lograr comprender la forma en la que los adolescentes van adquiriendo nuevos conocimientos, actitudes y siguen patrones de comportamiento, lo cual para el contexto del desarrollo de la personalidad, cobra relevancia porque el adolescente tiene tendencia a replicar los modelos que observa a través de su entorno, incluyendo a la familia, figuras de autoridad y principalmente las redes sociales y medios de comunicación. Los estudios contemporáneos han confirmado que la observación digital y la imitación de comportamientos online tienen un efecto similar al aprendizaje vicario tradicional, reforzando normas, hábitos y actitudes en los adolescentes (Livingstone & Blum-Ross, 2020; Orben & Blakemore, 2023).

Para Bandura, el concepto de la autoeficacia es una parte fundamental para su estudio en el desarrollo de la personalidad, porque básicamente es esa creencia del poder que tienes como individuo y con la que tomas decisiones o acciones en determinadas situaciones; en este contexto, se entiende el por qué los adolescentes que observan modelos exitosos se sienten capaces de replicarlos, dándoles mayor seguridad en sí mismos y fortaleciendo su sentido de identidad. Por el contrario, la exposición a modelos negativos puede ser un punto relevante para la confusión de roles, ya que el adolescente carece de criterio propio, carácter o referencias claras para la formación de su identidad (Bandura, 1977). Visto desde esta forma, podemos notar que esta teoría está ligada a los estados de identidad de James Marcia, en los que un adolescente con difusión de identidad podría carecer de la autoeficacia necesaria para explorar activamente diferentes modelos de identidad; aquellos en moratoria podrían experimentar continuamente los comportamientos y modelos que observan, evaluando los que se ajustan más a su sentido del yo. Mientras que a quienes llegan al logro de identidad, han de internalizar los modelos positivos que les permitirán a los adolescentes tomar decisiones claras, además de comprometerse con una propia identidad (Marcia, 1980)

Con lo anterior, podemos decir que la aparición de las redes sociales y el impacto que estos, en conjunto con los medios de comunicación tradicionales han tenido en la personalidad de los adolescentes, es el mejor ejemplo de la teoría del aprendizaje social en acción. Esto porque los jóvenes observan diferentes figuras como influencers, celebridades o incluso a sus amigos y tienden a imitar lo que ven mediante la pantalla, llevándolos a la adopción de un nuevo estilo de vida, otras formas de expresarse o distintos comportamientos, lo cual puede ser fructífero y benéfico si se tienen claros los límites; sin embargo, si los modelos que siguen u observan son negativos e internalizan sus estándares poco sanos, pueden aparecer comportamientos que pongan en riesgo la integridad del adolescente. Respecto a los últimos años, los investigadores han destacado que la exposición a comportamientos negativos en redes sociales incrementa riesgos de ciberacoso, ansiedad y conformidad social (Odgers & Jensen, 2020; Manago & McKenzie, 2020).

Entendiéndolo desde una perspectiva de presión social, el panorama se amplía a través de la visibilidad constante de los comportamientos observados en las redes sociales y se crean entornos insanos en los que la imitación, conformidad y el hate pueden ser muy poderosas.

Ahora bien, los medios digitales y las redes sociales han transformado completamente los procesos comunicativos y los panoramas en los que se desarrollan los adolescentes, añadiendo mayor complejidad a la construcción de su personalidad e identidad, principalmente porque estas

plataformas son entornos en los que se generan interacciones que facilitan la conexión con el resto de la sociedad, pero en los que a veces estás completamente expuesto a una inmensidad de modelos y mensajes.

De tal manera que la influencia de estos nuevos medios puede ser analizada mediante las teorías de la comunicación previamente vistas, ofreciendo una visión más profunda de cómo impactan el desarrollo psicosocial del adolescente en la formación de su personalidad.

Desde la perspectiva propuesta por George H. Meade (1934) del *Interaccionismo Simbólico*, las redes sociales se han convertido en escenarios virtuales donde los adolescentes construyen su “yo” mediante la interacción con sus seguidores, pero no solo eso, también la creación de contenido y recepción de “likes” o comentarios simbólicamente construyen la autopercepción de los demás, con ello, el sentido de pertenencia se va intensificando donde la interacción instantánea puede reforzar o desafiar la identidad que se está forjando el adolescente. Aquí es donde la presión social llega con gran impacto, pues generalmente se manifiesta en la ansiedad por mantener una imagen idealizada o por el miedo a una exclusión en el medio digital y social (Manago & McKenzie, 2020; Orben & Blakemore, 2023).

Por su parte, la *Teoría del Cultivo* es altamente relevante en un entorno digital porque la exposición a constantes contenidos cuidadosamente seleccionados (ya sea por los medios como tal o por los algoritmos), pueden cultivar percepciones distorsionadas a la realidad, principalmente en los estilos de vida de los demás, la belleza, el éxito y la felicidad. La comparación constante facilitada por estas plataformas produce efectos como la baja autoestima, insatisfacción consigo mismos o problemas de salud mental, orillando a los adolescentes a internalizar estándares irreales (Gerbner & Gross, 1976; Shrum, 2002; Twenge, 2023).

Por último, la *Teoría del Aprendizaje Social* nos habla básicamente de todo lo que los adolescentes tienden a observar en las redes sociales y cómo a menudo imitan sus comportamientos e intentan replicar sus estilos de vida o formas de expresarse, que en ocasiones puede ser algo positivo, sin embargo, no siempre ocurre esto y si se combinan modelos negativos con presión social, se puede caer en ciberacoso u otros factores más riesgosos ahora en la era digital (Bandura, 1977; Livingstone & Blum-Ross, 2020; Odgers & Jensen, 2020).

En resumen, los medios digitales o redes sociales pueden actuar como agentes poderosos de socialización que interactúan con los procesos para el desarrollo de la personalidad de los que hablaban Erikson y Marcia, desde la búsqueda de identidad, la exploración de roles y la consolidación del “Yo”, que se ven influenciadas por las interacciones dentro de las plataformas digitales, hasta los entornos que los adolescentes encuentran vía virtual es por esto que comprender estas dinámicas resulta esencial para el desarrollo de una personalidad sana en esta nueva realidad marcada por lo digital.

Metodología

El método de investigación empleado para este trabajo es de corte cuantitativo con carácter de tipo descriptivo, en el que el objeto de estudio serán estudiantes de segundo año de nivel medio superior respecto a la percepción que tienen sobre los factores que moldean la formación de su personalidad.

Esta metodología fue determinada tomando en cuenta que la recopilación de datos sea cuantificable, de tal manera que la información obtenida mediante preguntas y escalas cerradas sea analizada estadísticamente para probar la hipótesis previamente planteada. La principal finalidad de este estudio es que fuera aplicado en una única ocasión, en un momento específico y bajo fines académicos meramente descriptivos.

Técnica de investigación empleada

La técnica de investigación empleada para realizar este trabajo es el sondeo de opinión, mismo que fue aplicado entre alumnos de segundo año del nivel medio superior, con la finalidad de identificar los tipos de presión social que han llegado a experimentar a lo largo de su adolescencia y cómo esto ha repercutido en su forma de relacionarse con el resto de la sociedad.

Diseño de la Investigación

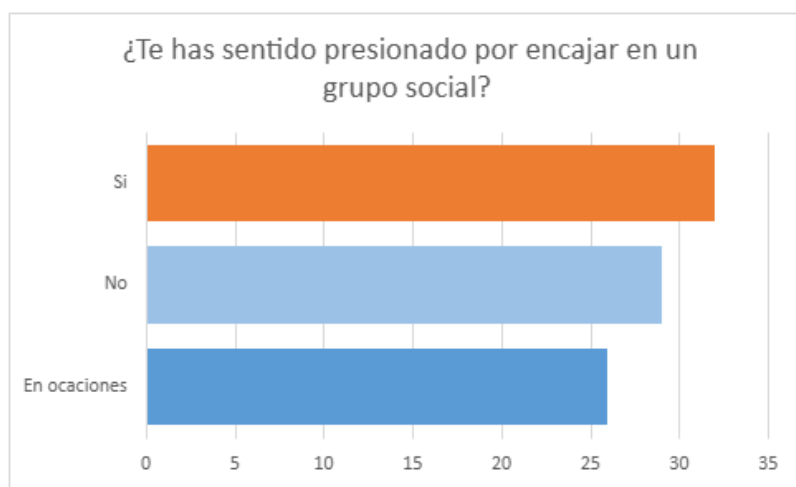
Para el presente trabajo se empleó el diseño observacional, con la finalidad de identificar los fenómenos que se manifiestan en la forma de interactuar de los jóvenes.

Para ello, el instrumento de recolección fue un cuestionario estructurado compuesto por diez preguntas de opción múltiple. El cuestionario fue previamente analizado y cuidadosamente elaborado antes de ser aplicado.

Presentación de Resultados

A continuación, se presentan los resultados más significativos del estudio realizado.

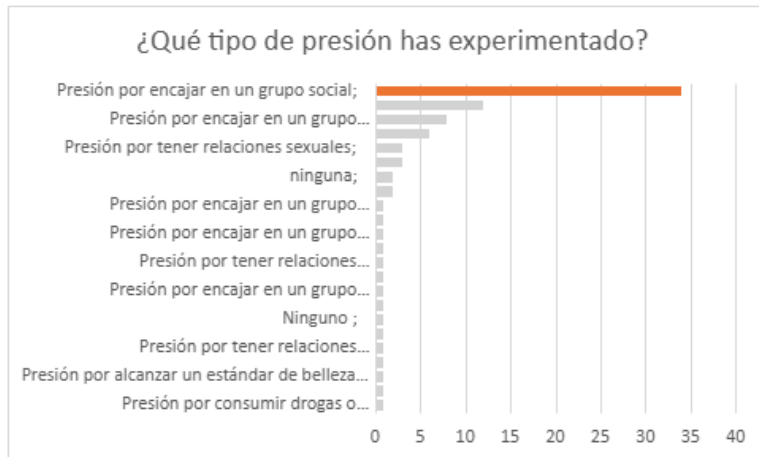
Pregunta 1



Como se puede observar en la gráfica anterior, del total de alumnos encuestados, al menos un 32,5% de ellos en algún momento han sentido presión por ser aceptados en algún grupo social. Además, se entiende que la mayoría identifica y sabe qué es la presión social.

El fenómeno de presión social se da cuando el individuo comienza a ser persuadido por un grupo social o líder, con el objetivo de formar parte de ellos, sin embargo, muchas veces para lograr ser aceptado, la persona comienza a perder un poco de su esencia, con tal de evitar la exclusión del grupo. Algunos de los autores definen este concepto como la influencia en la toma de decisiones en los adolescentes y que se ha convertido en un fenómeno complejo que puede manifestarse de diversas maneras y tener consecuencias divergentes. En primer lugar, esta variable puede desencadenar decisiones que no están alineadas con los valores o creencias personales del individuo (Velasco, 2022).

Pregunta 2



Como se observa en la gráfica anterior, de los diversos tipos de presión que existen, el 34% de la población ha vivido presión por ser aceptado en un grupo social. Sin embargo, otro 12% manifestó que ha sentido presión por alcanzar un estándar de belleza y de apariencia física.

Este fenómeno se da con mayor frecuencia porque como individuos, buscamos evitar el rechazo y la exclusión social; sin embargo, también pueden influir causas como baja autoestima, inseguridad, conflictos con la personalidad misma o incluso por carencias en el aspecto físico.

Pregunta 3



En esta gráfica podemos observar que el 68% de los estudiantes respondieron que “Sí” se sienten aceptados por el resto de sus compañeros; por otro lado, podemos notar que el otro 19% de los estudiantes afirmaron que no.

Este resultado refleja que la mayoría de los jóvenes se sienten aceptados dentro de su entorno académico, sin embargo, ese otro porcentaje que dice no sentirse formar parte de él, puede estar

directamente vinculado con la presión social, esto porque generalmente quienes no se sienten aceptados dentro del ambiente, tienen mayor tendencia a readaptarse y optar por nuevos estilos de vida, cambiar su vocabulario o conductas.

De tal manera que, pese a que existe un gran porcentaje de personas que sienten que forman parte, el otro porcentaje restante muestra al sector que aún es vulnerable a la presión social y los efectos que esto produce, como bien los refiere Maslow (1968), todos los seres humanos, aun los introvertidos, necesitan ser capaces de dar y de recibir afecto para ser psicológicamente saludables.

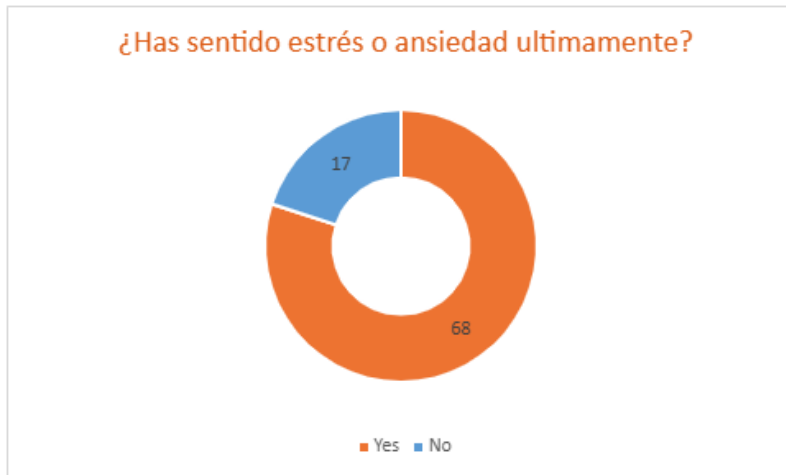
Pregunta 4



Respecto a la pregunta anterior, podremos observar que, en esta nueva gráfica, al menos un 13% de estudiantes consideran que lo más importante para ser socialmente aceptado, es tener un buen aspecto físico, mientras que un 11% dijo que es importante tener cierto estatus económico y un 10% considera más importante ser destacado en algún deporte o actividad extracurricular; con estos resultados, se reitera que, aunque existen otros factores que influyen en la aceptación social, la mayoría de la población considera determinantes los factores que parten de la autoimagen.

Ahora bien, desde la perspectiva de los adolescentes, es importante destacar que actualmente las redes sociales potencializan esta percepción de la belleza física como imagen de perfección, por lo que un ejemplo claro de esto son los diversos filtros y efectos que se pueden encontrar en plataformas digitales como Tiktok, Instagram o Facebook; mismos que tienen la principal función de construir una narrativa visual entre el público consumidor, principalmente los jóvenes, llevándolos a caer en prácticas que modifiquen sus fotos o vídeos desde lo que ellos perciben como mejor aceptado en los círculos sociales.

Pregunta 5

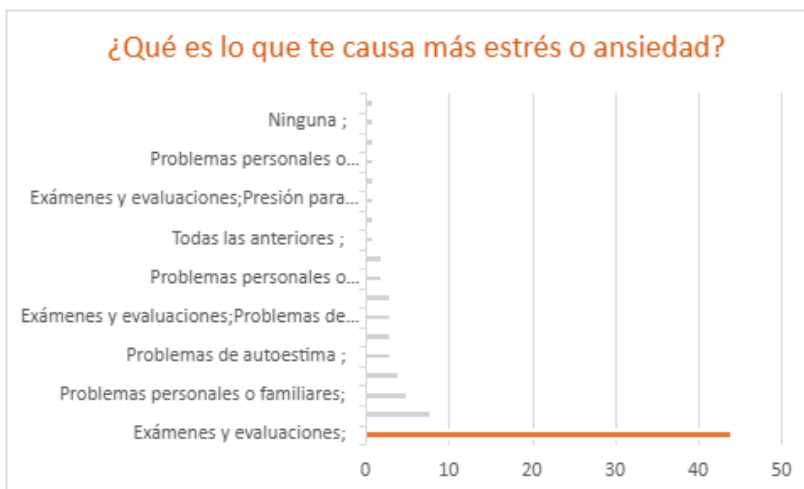


A partir de esta pregunta, comenzaremos a observar algunas de las manifestaciones socioemocionales de los jóvenes encuestados.

En este caso, la gráfica muestra que al menos el 17% de los alumnos dicen no sentir ansiedad ni estrés, sin embargo, el otro 68% de ellos manifestaron sí sentir ansiedad o estrés en los últimos días.

Lazarus y Folkman (1986) señalan al estrés como el resultado de la relación entre el sujeto y el entorno en el que se desenvuelve, donde es evaluado y pone en riesgo su bienestar. Estos resultados son relevantes porque muestran los efectos emocionales de vivir bajo constante presión, misma que tienden a interiorizar debido a las altas expectativas que se pueden manifestar en su entorno respecto a ellos, su desempeño académico, planes a futuro, etc.

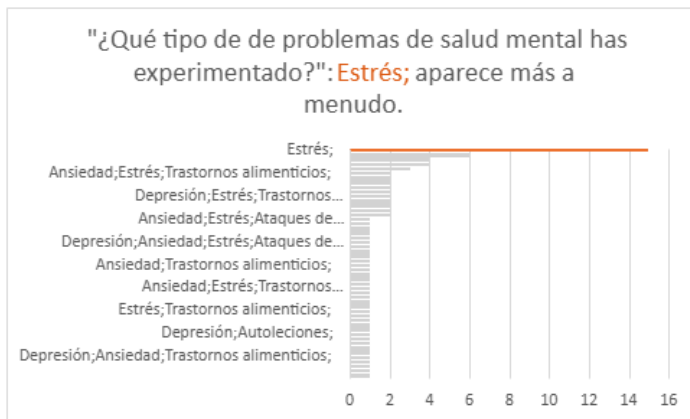
Pregunta 6



De acuerdo con lo observado en la gráfica anterior, podemos destacar que más del 40% de jóvenes tienden a sentirse más estresados o ansiosos cuando se acerca la temporada de exámenes y evaluaciones.

Esto podemos ligarlo a la presión que se manifiesta principalmente por parte de la familia al esperar un resultado de excelencia académica, pero además de estos factores, algunos otros pueden ser por dificultades en su forma de relacionarse con el entorno o directamente por lo que observan en las redes sociales y es que estas plataformas no solo funcionan como puntos de conexión, sino que ahora comienzan a incurrir en la constante comparación y sentimientos de competencia con lo que es catalogado como perfecto.

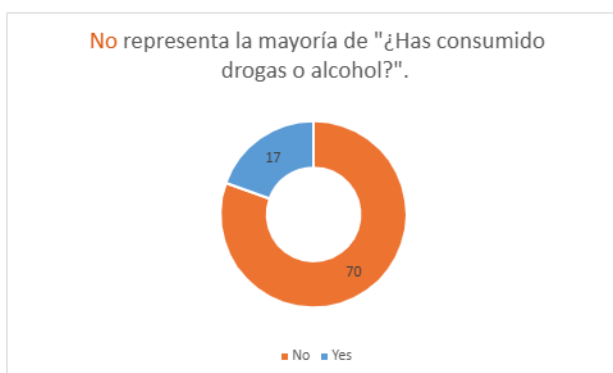
Pregunta 7



Con base a la gráfica anterior, el 14,5% de la población manifestó que el principal problema de salud mental que ha experimentado es el estrés, siendo seguido por problemas de ansiedad con un 6% y depresión en un 4% de los jóvenes.

Ahora bien, si tomamos en cuenta la vulnerabilidad de los adolescentes durante esta etapa del desarrollo y búsqueda de identidad, podremos notar que a nivel neurológico la toma de decisiones y el control de impulsos aún no están plenamente regulados, trayendo como consecuencia que se vuelvan más sensibles a los factores externos, cayendo en presión por ser socialmente aceptados y esto, a su vez puede provocar estrés o ansiedad por la incertidumbre de lograr encajar, baja autoestima al estar en una constante comparación, depresión por no cubrir los estándares sociales o incluso aislamiento social si no logran encontrar ese sentido de pertenencia entre los grupos sociales.

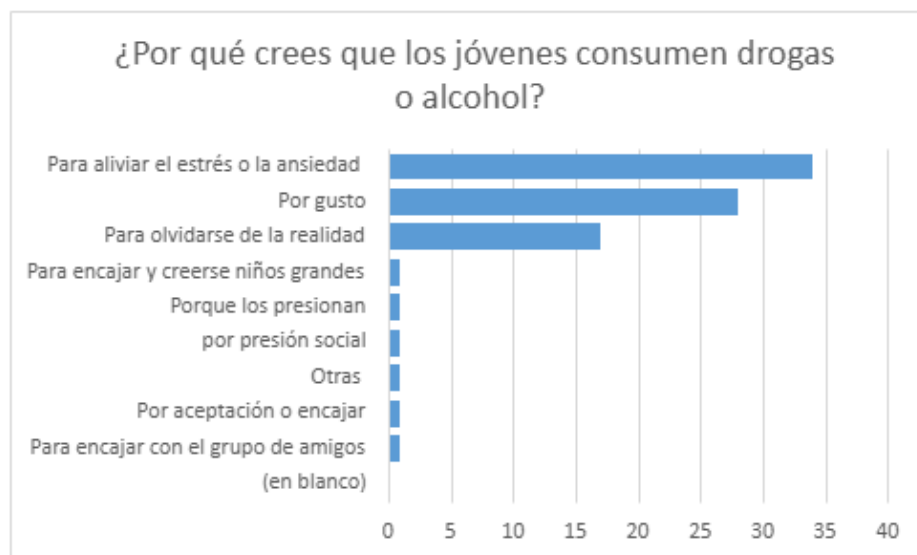
Pregunta 8



Como se puede observar en la anterior gráfica se les cuestionó a los estudiantes si han llegado a consumir algún tipo de drogas o alcohol por presión social, en este caso al menos el 70% de jóvenes respondieron que no han experimentado ningún tipo de presión en este tema.

Estos resultados positivos nos indican que la mayoría de los jóvenes no ceden ante las influencias para que lleven a cabo este tipo de prácticas; sin embargo, el otro porcentaje que dijo sí verse afectados por este tipo de presión puede representar un factor de riesgo en caso de no brindarles la suficiente atención ya sea familiar o incluso a nivel institucional.

Pregunta 9



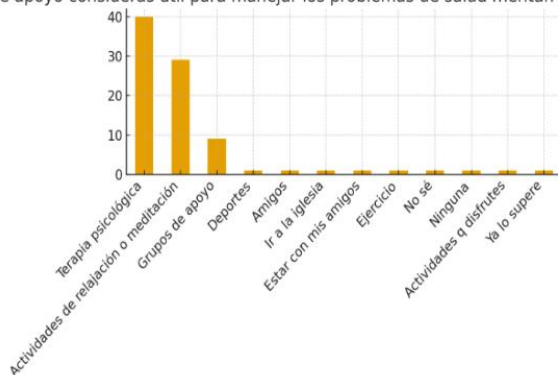
Como bien se observa en la gráfica anterior, un 33,5% de la población respondió que los jóvenes consumen drogas o alcohol para tratar de aliviar el estrés y la ansiedad. El otro 26% respondió que por gusto; sin embargo, un 16% de ellos consideraron que es una forma de escapar de la realidad.

Estos datos nos indican que dentro de las diversas causas que potencializan el consumo de sustancias, no siempre es impulsado por diversión o una forma de convivir, sino que también puede partir desde la presión ya sea de forma física o digitalmente para que se lleven a cabo estas prácticas, aunque tampoco podemos olvidar que otras de las razones se pueden derivar por problemas emocionales como la depresión, pues esa es la forma en la que se busca evadir la realidad.

Otro de los factores desencadenantes del estrés o presión, es el consumo de riesgo, tras la ingesta de bebidas embriagantes, que colocan al sujeto vulnerable a desarrollar problemas de salud que desembocan en problemas físicos y/o psicológicos (accidentes, victimización, dependencia al alcohol violencia, cirrosis hepática, entre otros (Gil, 2008)

Pregunta 10

¿Qué tipo de apoyo consideras útil para manejar los problemas de salud mental? (Puedes elegir más de una)



Con base a esta última pregunta, podemos observar que el 40% de los alumnos consideran que la terapia psicológica es la herramienta más útil para tratar los problemas de salud mental, principalmente porque el objetivo de las sesiones de terapia es ayudar a las personas a lidiar con el estrés, impulsándolos a que alcancen su potencial para que logren construir relaciones sanas.

Desde esta perspectiva, la importancia del apoyo psicológico radica en el bienestar no solo emocional, sino también físico, en especial porque cuando no se atienden, las afecciones se pueden manifestar de forma física, impactando directamente la calidad de vida del individuo y de su círculo cercano.

Por otro lado, la meditación y otras actividades para la relajación son consideradas opciones viables para reducir el estrés y la ansiedad, mejorando la salud física y mental, pues además de regularizar y mejorar la calidad del sueño, también controla los niveles de cortisol, la presión arterial y fomenta el autocontrol. Siendo esta última considerada por un 28% de los alumnos como una buena herramienta para la resolución de trastornos mentales o conflictos emocionales.

Conclusiones

Los factores psicoemocionales y sociales se ven impactados directamente por los contenidos que los adolescentes observan en las redes sociales, además de las constantes comparaciones e imitaciones con los demás, mismas que van forjando su personalidad. Sin embargo, durante este proceso si no se brindan las herramientas adecuadas, es muy probable que, en lugar de formar la identidad del individuo, este termine por deconstruirla por completo con el único objetivo de adaptarse a lo que socialmente puede ser mejor visto y aceptado.

Es importante destacar que, a lo largo del análisis, pudimos observar que la construcción de la personalidad no está alejada de la interacción humana, sino todo lo contrario. Si lo ponemos desde otra perspectiva, notaremos que desde pequeños el primer grupo con el que interactuamos como seres naturalmente sociables son la familia, años más tarde se comienzan a involucrar otros círculos como los amigos, maestros, parejas, etc. Es aquí en donde los medios de comunicación desde los diferentes escenarios se manifiestan en espacios que son fundamentales en la vida del individuo, representando modelos de conducta, expresiones o transmitiendo valores y normas morales o sociales, según sea el caso. Reiterando una vez más que la comunicación juega un papel central para estos procesos, pues no solo funciona como un canal en el que se transmite y recibe

información, sino también como un proceso que da validez al sentido de pertenencia y al reconocimiento en grupos sociales.

Ahora bien, retomando un poco del estudio realizado, podremos notar que la forma en la que se hacen llegar los mensajes causa diferentes efectos entre los adolescentes, porque va moldeando la forma en la que perciben el mundo y con ello, la forma en la que se presentan ante otras personas, por ejemplo, cambiando su lenguaje, la forma en la que interactúan o incluso en la que se visten.

De esta forma podemos concluir que los efectos de la comunicación y de las influencias sociales son las que determinarán el desarrollo de la personalidad en esta etapa del desarrollo de una forma positiva o negativa, según sean los modelos que observen de su entorno; reforzando las teorías previamente vistas en las que se establece que una comunicación asertiva y un buen acompañamiento fortalecen la formación de una personalidad autónoma y con ello una identidad segura de sí misma, impidiendo que se den fenómenos como la presión social y la sobreexposición mediática impacten negativamente, evitando así patrones poco sanos como lo son la dependencia, baja autoestima, falta de criterio e iniciativa o cualquier otro tipo de conducta de riesgo.

Referencias bibliográficas

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bermudez, José (2024) Evolución de la personalidad a lo largo de la vida: significación y procesos evolutivos [Webinar]. Academia de Psicología de España. <https://www.academiapsicologia.com/index.php/2024/01/25/evolucion-de-la-personalidad-a-lo-largo-de-la-vida-significacion-y-procesos-explicativos-24-01-2024/>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Gerbner, G., & Gross, L. (1976). Living with television: The violence profile. *Journal of Communication*, 26(2), 173–199. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1976.tb01397.x>
- Gil (2008) Consumo de Alcohol entre estudiantes de enseñanza secundaria. Factores de riesgo y factores de protección. *Revista de Educación* 346. 291-313
- Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2020). *Parenting for a digital future: How hopes and fears about technology shape children's lives*. Oxford University Press.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159–187). New York: Wiley.
- Maslow, A.H. (1968) *Toward a psychology of being*, 2a ed, Van Nostrand, Nueva York 1968.
- Manago, A. M., & McKenzie, J. (2020). Mind and media revisited: Digital culture and psychological development. In *Digital culture in adolescent development* (pp. 45–68). Routledge.
- McCombs, M. E., & Shaw, D. L. (1972). The agenda-setting function of mass media. *Public Opinion Quarterly*, 36(2), 176-187.
- Otero, A. (2024). Factores que influyen en el comportamiento delictivo de los adolescentes con las redes sociales. (2024). *INNOVA-LUZ*, 1(1), 45-59. <https://innova-luz.com/index.php/revista/article/view/9>
- Ogden, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Annual Research Review: Adolescent mental health in the digital age: Facts, fears, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 336–348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13190>
- Orben, A., & Blakemore, S.-J. (2023). How social media affects teen mental health: A missing link. *Nature*, 614(7948), 410–412. <https://doi.org/10.1038/d41586-023-00123-5>
- Pindado, J. (2011). Los medios de comunicación y la construcción de la identidad adolescente. *Zer: Revista de Estudios de Comunicación*, 16(31), 167-180.

- Shrum, L. J. (2002). Media consumption and perceptions of social reality: Effects and underlying processes. In J. Bryant & D. Zillmann (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research* (2nd ed., pp. 69–95). Lawrence Erlbaum.
- Social comparison on social networking sites. (2020). *Journal of Social Media Studies*, 12(2), 101–118.
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.
- Talaifar, S., Harari, G. M., & Soh, S. (2024). Identity development in the digital context. *Journal of Adolescence Studies*, 50(2), 200–218.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy, and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.
- Twenge, J. M. (2023). *Generations: The real differences between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents*. Atria Books.
- Vargas, R. (2024). Análisis de satisfacción y nivel de calidad de la educación virtual universitaria en la Universidad Internacional Nueva Luz. *Revista Innova-Luz. Vol 1(1)* p. 1-19. Disponible en <https://innova-luz.com/index.php/revista/article/view/2>