



Construcción de identidades múltiples en la adolescencia: hacia una identidad posidentitaria en el entorno digital

Constructing Multiple Identities in Adolescence: Towards a Post-Identity in the Digital Age

Cristina Díez Bajo

<https://orcid.org/0000-0003-0695-1053>

cdiez75@alumno.uned.es

Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), Madrid, España.

Recibido: 01/09/2025

Aceptado: 23/11/2025

Resumen. Este artículo se deriva de una investigación doctoral desarrollada en el marco del Programa de Doctorado en Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). El estudio se centra en la construcción de identidades múltiples en adolescentes en el entorno digital. A partir de un marco teórico que define cinco tipologías identitarias (auténtica, falsa, narcisista, camaleónica y perdida), se aplica una metodología mixta que combina sesiones grupales con adolescentes, cuestionarios (analizados mediante técnicas de conglomerados con SPSS) y entrevistas a expertos. Los resultados evidencian una tendencia creciente hacia formas de subjetividad fragmentadas y desancladas, lo que permite conceptualizar la emergencia de una identidad posidentitaria, caracterizada por la disolución funcional del yo, la pérdida de continuidad interna y la dependencia de estructuras externas de validación en entornos digitales. Estos hallazgos invitan a repensar los procesos identitarios en la adolescencia contemporánea y proponen la necesidad de una intervención pedagógica consciente ante los desafíos del ecosistema digital.

Palabras clave: Identidad digital, adolescencia, múltiples identidades, identidad posidentitaria, redes sociales, vulnerabilidad emocional, alfabetización emocional.

Abstract. This article derives from a doctoral research project developed within the Doctoral Program in Education at the National University of Distance Education (UNED). The study focuses on the construction of multiple identities in adolescents within the digital environment. Based on a theoretical framework that defines five identity typologies (authentic, false, narcissistic, chameleon, and lost), a mixed methodology is applied that combines group sessions with adolescents, questionnaires (analyzed using techniques of conglomerates with SPSS) and interviews with experts. The results evidence a growing trend towards fragmented and unanchored forms of subjectivity, which allows conceptualizing the emergence of a post-identity, characterized by the functional dissolution of the self, the loss of internal continuity and the dependence on external structures of validation in digital environments. These findings invite to rethink the identity processes in contemporary adolescence and propose the need for a pedagogical intervention conscious of the challenges of the digital ecosystem.

narcissistic, chameleonic, and lost), a mixed-methods approach was applied, combining group sessions with adolescents, questionnaires (analyzed through cluster analysis using SPSS), and expert interviews. The results reveal a growing tendency toward increasingly fragmented and unanchored forms of subjectivity, allowing for the conceptualization of an emerging post-identity, characterized by the functional dissolution of the self, the loss of internal continuity, and dependence on external validation structures within digital environments. These findings invite a rethinking of identity processes in contemporary adolescence and highlight the need for a conscious pedagogical intervention in response to the challenges posed by the digital ecosystem.

Key words: Digital identity, adolescence, multiple identities, post-identity, social media, emotional vulnerability, emotional literacy

ADOLESCENCIA, PANTALLAS E IDENTIDAD EN TRANSFORMACIÓN

La revolución digital ha alterado radicalmente los procesos de socialización y construcción del yo, especialmente en la adolescencia, etapa clave para la definición de la identidad. Las redes sociales se han convertido en espacios privilegiados de expresión, validación y pertenencia, configurando lo que Sonia Livingstone (2018) define como un entorno clave en la configuración de la subjetividad infantil y juvenil. La tecnología, además, moldea la vida desde edades tempranas, actuando como entorno formativo que no solo facilita aprendizajes, sino que introduce nuevas tensiones afectivas, cognitivas y sociales (Livingstone & Blum-Ross, 2020).

Lejos de ser un fenómeno aislado, esta transformación se inscribe en una nueva lógica generacional. Conceptos como “Net Generation” (Tapscott, 1998), “Google Generation” (Rowlands, 2008), “Touch Screen Generation” (Hendry, 2013), “App Generation” (Gardner y Davis, 2014), o “Digital Natives” (Prensky, 2001), ilustran cómo los adolescentes han crecido inmersos en un entorno mediado por pantallas, donde se confunden los límites entre lo público y lo íntimo, lo real y lo representado. La sobrecarga sensorial provocada por esta conectividad permanente erosiona la atención, debilita la capacidad crítica y dificulta la construcción de una identidad estable (Bronner, 2022).

Desde una perspectiva sociológica y psicológica, diversos autores han advertido sobre la fragmentación del yo. La adolescencia ha sido descrita como una etapa de tránsito e integración identitaria (Erikson, 1968; Piaget & Inhelder, 1969), donde el sujeto busca coherencia y continuidad. Sin embargo, en la cultura digital, cada red social impone su propio código, lo que conduce a una escenificación constante del yo (Goffman, 1956) y a una identidad líquida, cambiante y sin anclajes duraderos (Bauman, 2000). El entorno digital ha dejado de ser un medio neutro para convertirse en un marco existencial que transforma la subjetividad, afectando incluso la estructura narrativa del yo. La falta de referencias internas sólidas genera una figura social volátil, sin arraigo, emocionalmente expuesta a la lógica de la visibilidad, un “individuo flotante” (Pérez, 2023).

El impacto de esta transformación digital no es solo cultural, sino también sociológica. El consumo excesivo de pantallas afecta directamente la atención, la memoria y el desarrollo del pensamiento crítico, generando sujetos más reactivos y menos reflexivos (Desmurget, 2019). A esto se suma una sobreestimulación constante y una cultura de lo inmediato, que han configurado una juventud emocionalmente inmadura, centrada en la validación externa y desconectada del conocimiento profundo. En esta “sociedad adolescéntrica” (Laje, 2023), como algunos autores la han denominado, se prioriza lo viral, lo aparente y lo efímero, dificultando el tránsito hacia la madurez emocional y exaltando la cultura narcisista (Lasch, 1979). Es como si la sociedad celebrase la ignorancia, la “imbecilidad”, y penalizara el pensamiento crítico (Aprile, 2025), reforzando un modelo identitario basado en la visibilidad y la apariencia.

En esta misma línea, algunos autores plantean una inquietante paradoja: si somos tan inteligentes, ¿por qué nos dejamos manipular por ideas falsas? Se advierte sobre la existencia

de verdaderos “virus mentales” que corrompen la capacidad de pensar con autonomía, alertando de un peligro invisible pero real que amenaza la libertad intelectual del sujeto (Marina, 2025). Esta fragilidad cognitiva y simbólica no solo empobrece el pensamiento crítico, sino que debilita los procesos de construcción del yo, volviendo a los adolescentes especialmente vulnerables a la validación externa, a la presión de lo viral y a la ansiedad por pertenecer. Desde este lugar, se hace comprensible que el malestar emocional de las nuevas generaciones no sea un fenómeno aislado, sino el síntoma de un modelo identitario fracturado.

Los efectos de esta dinámica no son menores. La generación criada con smartphones muestra índices crecientes de ansiedad y depresión (Haidt, 2024). A ello se suma un dato especialmente alarmante: el incremento de suicidios entre jóvenes de 15 a 29 años, advertido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021). Esta emergencia emocional no puede entenderse sin considerar el modelo de subjetividad que se ha ido instalando: un yo hiperconectado, dependiente de estímulos externos, emocionalmente frágil y en busca permanente de reconocimiento digital.

En este escenario, la identidad se convierte en un producto volátil, condicionado por la mirada ajena y las dinámicas de consumo digital. Los adolescentes oscilan entre el deseo de autenticidad y la necesidad de aceptación, atrapados en una tensión constante entre lo que son y lo que deben mostrar. Lejos de consolidar el yo, las múltiples identidades pueden acentuar la fragmentación identitaria y la inestabilidad emocional. Esta transformación apunta hacia una crisis estructural de la identidad adolescente, cada vez más performativa y desregulada, y anticipa la emergencia de nuevas formas de subjetividad, como la identidad posidentitaria, que este artículo se propone explorar.

FUNDAMENTOS DEL ESTUDIO: PLANTEAMIENTO, OBJETIVOS E HIPÓTESIS

Con la revolución digital, las redes sociales han cambiado radicalmente la comunicación y la forma en que los adolescentes se vinculan con su propio yo y con los otros. Lo virtual ha dejado de ser una extensión de lo real para convertirse en un espacio híbrido, en el que la identidad se construye, se exhibe y se reconfigura constantemente. En este escenario, los adolescentes adoptan distintas formas de ser en función del contexto, de la red social o del público, como si cada plataforma exigiera una nueva versión del yo.

Este artículo parte de una investigación doctoral desarrollada en el Programa de Doctorado en Educación de la UNED, y se propone analizar cómo los adolescentes utilizan las redes sociales y de qué manera estas influyen en la construcción y reconstrucción de sus identidades, haciendo especial énfasis en el fenómeno de las múltiples identidades digitales. Lejos de tratarse de una práctica puntual, esta dinámica se ha convertido en una forma habitual de expresión juvenil, donde lo auténtico convive con lo ficticio, y la identidad se convierte en un producto ajustable, moldeado por la lógica del reconocimiento y la apariencia.

La hipótesis que guía este trabajo sostiene que las redes sociales ejercen un poder significativo en el proceso de definición identitaria adolescente, propiciando la creación de

múltiples perfiles, es decir, distintas identidades condicionadas por la validación externa, la pertenencia grupal y el deseo de aceptación. Esta multiplicación del yo, aunque funcional en algunos casos, puede derivar en una desconexión interna, en una vulnerabilidad emocional y en dificultades para sostener una narrativa coherente del yo. La pregunta que articula esta investigación es: ¿Qué usos y comportamientos presentan los adolescentes en redes sociales y cómo impactan en la construcción de sus identidades múltiples?

A partir de este planteamiento, el objetivo principal de la investigación es analizar y explicar los usos y comportamientos de los adolescentes en las redes sociales y su influencia en los procesos de construcción de identidades múltiples. Desde una perspectiva sociológica, se busca comprender cómo los entornos digitales movilizan nuevas formas de ser, pensar y actuar en la adolescencia contemporánea, y cómo estas influyen en la configuración de identidades fragmentadas, inestables o en constante transformación.

De este objetivo general se derivan los siguientes objetivos específicos:

1. Describir el contexto sociotecnológico en el que los adolescentes construyen sus identidades, atendiendo a la hiperconexión, el aislamiento social, los cambios en las formas de socialización y la creciente interdependencia entre el mundo real y el virtual.
2. Examinar el desarrollo adolescente y las formas de pensamiento identitario en el entorno digital, considerando la evolución de las generaciones en sus modos de comunicación y usos tecnológicos, así como las tensiones intergeneracionales y la construcción de una memoria colectiva compartida.
3. Analizar las prácticas digitales más representativas, como el *selfie*, el *like*, el *fear of missing out* (FOMO), los retos virales, el *oversharing* y el ciberacoso, junto con la influencia de los influencers, los modelos aspiracionales y fenómenos emergentes vinculados al género y a los discursos de odio, y su impacto en la configuración de identidades múltiples.
4. Establecer la relación entre las tipologías identitarias observadas (auténtica, falsa, narcisista, camaleónica y perdida) y variables sociales, culturales y psicológicas que inciden en los procesos de construcción identitaria en la adolescencia.
5. Explorar los riesgos y tendencias actuales de transformación identitaria en los adolescentes, como la ansiedad, las autolesiones o el incremento de suicidios en población juvenil, con el fin de reflexionar sobre las formas emergentes de subjetividad y los posibles rumbos de las futuras identidades en el ecosistema digital.

Con el fin de alcanzar estos objetivos, se ha diseñado una estrategia metodológica de carácter mixto que permite abordar el fenómeno desde distintas perspectivas, incorporando tanto la voz de los propios adolescentes como la mirada de expertos del ámbito clínico, educativo y psicológico. Esta aproximación integrada favorece una lectura más compleja y matizada del proceso identitario en el entorno digital, y ofrece claves para comprender cómo se construyen, configuran y representan las múltiples identidades juveniles en un contexto marcado por la hiperconexión, la visibilidad y la fragmentación.

MÚLTIPLES IDENTIDADES EN LA ERA DIGITAL: HALLAZGOS CUANTITATIVOS Y CUALITATIVOS

La investigación parte de la premisa de que el entorno digital no solo modifica las formas de comunicación, sino que influye decisivamente en los procesos de construcción del yo. Como se ha expuesto en el epígrafe anterior, las redes sociales se han consolidado como espacios clave para la representación de la identidad adolescente. A partir de esta base, se diseñó una estrategia metodológica mixta que permitiera captar, desde una mirada integrada, las diferentes formas en que los adolescentes se representan, negocian y reconfiguran en el ámbito digital. Este apartado presenta los hallazgos más relevantes del estudio, estructurados en tres subepígrafes: metodología y análisis de clústeres, tipología identitaria observada, e interpretación de los resultados en clave posidentitaria.

Aproximación metodológica y análisis de clústeres

La investigación se diseñó desde un enfoque metodológico mixto, que combinó técnicas cualitativas y cuantitativas con el propósito de explorar cómo construyen los adolescentes su identidad en el entorno digital y detectar la presencia de perfiles diversos, contradictorios o inestables. Para ello se recurrió a tres procedimientos complementarios: seis sesiones de grupo con alumnado de contextos urbanos y rurales, un cuestionario aplicado a 305 adolescentes de entre 9 y 16 años, y entrevistas en profundidad a profesionales del ámbito psicológico, educativo y clínico.

En primer lugar, se realizaron seis sesiones de grupo, con una duración aproximada de 45 minutos cada una, en dos centros educativos seleccionados estratégicamente. Por un lado, un centro concertado urbano, con alumnado de nivel formativo medio-alto, mayoritariamente nacidos en España, con la presencia de algún estudiante latinoamericano y casos de repetición escolar. Por otro, un centro público rural, de nivel formativo bajo-medio, con estudiantes españoles y algunos de etnia gitana. Resulta relevante destacar que, a pesar de las diferencias socioculturales, el centro rural presentaba una alta dotación tecnológica, con tabletas incorporadas en el aula, mientras que en el centro urbano concertado el acceso a dispositivos digitales era más limitado.

Los grupos se organizaron atendiendo al nivel educativo: por un lado, de Educación Primaria (4º, 5º y 6º curso, edades entre 9 y 12 años), y por otro de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) (1º, 2º y 3º curso, edades entre 12 y 16 años). Esta división permitió comparar las dinámicas de uso de las redes sociales y las formas de construcción identitaria digital en función no solo de la edad y etapa de desarrollo cognitivo, sino también del contexto social y cultural de pertenencia.

En segundo lugar, se aplicó un cuestionario cuyo diseño partió directamente de las variables emergentes en el análisis cualitativo de las sesiones de grupo. De este modo, se buscó asegurar la coherencia entre ambas fases metodológicas y garantizar que los ítems reflejaran las experiencias, discursos y problemáticas identificadas previamente en los adolescentes participantes.

Concretamente, se definieron cinco variables orientativas que sirvieron de marco para la formulación de las preguntas:

1. Uso de redes sociales y dispositivos.
2. Influencers y modelos digitales.
3. Proyección de la identidad.
4. Privacidad y autoprotección.
5. Impacto emocional y cognitivo.

Estas dimensiones permitieron estructurar un cuestionario que recogiera de manera más precisa los usos, percepciones y efectos del entorno digital sobre la construcción identitaria adolescente, ofreciendo así un puente directo entre la información cualitativa y el análisis cuantitativo posterior.

En cuanto a la muestra encuestada (N=305), un 60,7% correspondió a mujeres y un 35,1% a varones, mientras que el 4,2% prefirió no especificar su género. En lo relativo a la etapa educativa, la mayoría de los participantes cursaba Educación Secundaria Obligatoria 80,3%, frente a un 19,7% que se encontraba en Educación Primaria. Estos datos permiten contextualizar los resultados obtenidos y reflejan la predominancia femenina y de alumnado de secundaria en la investigación.

Tabla 1: Distribución de la muestra según sexo

SEXO	N	%
Hombre	107	35,1%
Mujer	185	60,7%
Prefiere no decirlo	13	4,2%
TOTAL	305	100%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos mediante cuestionario en línea (Google Forms) aplicado a adolescentes (N=305).

Tabla 2: Distribución de la muestra según etapa educativa

ETAPA	N	%
Primaria	60	19,7%
Secundaria	245	80,3%
TOTAL	305	100%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos mediante en línea (Google Forms) aplicado a adolescentes (N=305).

Para el análisis cuantitativo, se empleó el programa estadístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), aplicando la técnica de análisis de conglomerados (clústeres) para identificar agrupaciones significativas de casos con características similares. Esta técnica permitió detectar patrones de comportamiento digital y expresión identitaria en función de variables como el uso de redes sociales, la necesidad de validación externa, el empleo de filtros o la coherencia entre el yo digital y el yo real.

A partir de los resultados del cuestionario se seleccionaron 15 variables clave representativas de los principales comportamientos, actitudes y percepciones de los adolescentes en su interacción con los entornos digitales. Dichas variables fueron estandarizadas y utilizadas para el análisis de conglomerados en SPSS. Con el fin de facilitar su comprensión, la tabla que sigue muestra de manera sintética las diferencias más significativas entre los cinco clústeres obtenido.

Tabla 3: Centros de clústeres obtenidos tras el análisis de conglomerados

VARIABLES	CLÚSTER SPSS				
	1	2	3	4	5
1. Publica selfis		X	X		X
2. Tiempo de edición			X	X	X
3. Identidad deseada			X		X
4. Sentir tristeza		X	X	X	
5. Frecuencia CD		X			
6. Valor CD	X	X	X		
7. Conocimiento CD		X	X	X	
8. Ha sufrido CD			X		
9. Más de 1 perfil		X		X	X
10. N.º RRSS				X	
11. Datos no reales		X		X	

12. Perfil privado	X			X	
13. Importancia N.º Amigos		X			
14. Importancia seguidores		X			X
15. Sentir rechazo		X			

Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos mediante el análisis de conglomerados (SPSS). CD = Comportamientos Delictivos.

Nota: Las marcas “X” indican la predominancia de los valores situados por encima de la media, lo que permite identificar las variables más representativas en cada clúster.

La síntesis de estas variables permitió agrupar los casos en patrones diferenciados de comportamiento digital e identidad. A partir de esta base, el análisis identificó cinco clústeres que fueron interpretados de forma integral, combinando los resultados del cuestionario con los discursos cualitativos emergentes y el marco teórico de referencia. Esta triangulación dio lugar a una tipología identitaria sólida y matizada, reflejo de la complejidad del fenómeno estudiado.

Tabla 4: Distribución de la muestra según el número de casos en cada clúster

CLÚSTER	N.º CASOS	% SOBRE LA MUESTRA
1	100	32,8%
2	25	8,2%
3	31	10,2%
4	111	36,4%
5	38	12,5%
TOTAL	305	100%

Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos mediante el análisis de conglomerados (SPSS).

Una vez identificados los clústeres y descrita la distribución de casos en cada uno de ellos, se observó que algunos grupos presentaban características más definidas que otros. En particular, los clústeres 1 y 4 reunieron el mayor número de participantes y mostraron perfiles claramente diferenciados en cuanto a comportamientos digitales y formas de expresión identitaria, mientras que los clústeres 2 y 3 aparecieron como minoritarios y con rasgos menos homogéneos. Estas diferencias marcaron qué perfiles resultaban más representativos dentro de la muestra y constituyeron la base para su posterior interpretación tipológica.

Con el fin de complementar esta caracterización cuantitativa con una mirada más interpretativa, la investigación incorporó un tercer procedimiento metodológico: entrevistas en profundidad con especialistas del ámbito psicológico, clínico y de seguridad. Se contó con la participación de un subinspector de la Policía Nacional, experto en prevención de riesgos digitales y charlas de sensibilización en centros educativos; una psicóloga que colabora con una asociación dedicada al tratamiento de la ludopatía; un psiquiatra infantojuvenil, especializado en adicciones comportamentales y salud mental en niños y adolescentes, con una

amplia trayectoria y reconocimiento en el ámbito nacional; y una psicóloga clínica con experiencia en el trabajo terapéutico con población infantojuvenil.

La inclusión de estos perfiles profesionales aportó una perspectiva complementaria al fenómeno estudiado: desde la prevención y el ámbito policial, pasando por la experiencia clínica con adolescentes en situación de riesgo, hasta el acompañamiento psicológico en procesos de construcción identitaria y desarrollo emocional. En conjunto, sus aportaciones permitieron contextualizar los resultados del cuestionario y las sesiones de grupo, reforzando la triangulación metodológica de la investigación y preparando el terreno para la identificación de las tipologías observadas.

Identidades digitales observadas: una tipología emergente

Los hallazgos obtenidos en las sesiones de grupo con adolescentes, el cuestionario y el análisis de clústeres, así como las entrevistas con especialistas, ofrecieron una visión amplia y compleja de las formas de construcción identitaria en la adolescencia digital. A partir del cruce entre estos resultados cuantitativos y cualitativos se ha elaborado una tipología interpretativa compuesta por cinco tipos de identidades digitales adolescentes: auténtica, falsa, narcisista, camaleónica y perdida. Estas categorías no deben entenderse como etiquetas cerradas ni excluyentes, sino como modelos analíticos flexibles, útiles para comprender las distintas estrategias de autorrepresentación que los adolescentes despliegan en los entornos digitales.

Esta propuesta tipológica no surge de una clasificación teórica previa impuesta al objeto de estudio, sino que ha sido construida desde una triangulación metodológica que integra tres niveles de análisis: la reflexión conceptual en torno a la identidad digital y sus múltiples manifestaciones, la observación empírica de los comportamientos en redes sociales analizados mediante cuestionarios y técnicas estadísticas, y los discursos emergentes en la investigación cualitativa. Esta triangulación ha permitido identificar patrones recurrentes y diferencias significativas en las formas de mostrarse, vincularse y proyectarse que adoptan los adolescentes en función de sus necesidades emocionales, sus contextos relacionales y los marcos simbólicos que ofrece el entorno digital.

La identidad auténtica, mayoritaria en varones de Educación Primaria, se caracteriza por una escasa exposición digital, una menor necesidad de validación externa y una relación funcional y poco emocional con la tecnología. Se trata de un perfil que publica pocos selfies, apenas edita sus imágenes, no manifiesta preocupación por cómo es percibido y, en general, muestra indiferencia ante el reconocimiento social. Tampoco refiere haber sufrido acoso ni participar en comportamientos delictivos en redes. Este tipo de identidad refleja una sintonía más armónica entre el yo real y el yo digital, y suele vincularse con una mayor estabilidad emocional.

La edad y la etapa del desarrollo cognitivo juegan aquí un papel fundamental. Los niños más pequeños tienden a buscar validación en el entorno familiar más cercano, y no tanto en la mirada digital externa. Además, el mayor control parental sobre los usos tecnológicos y la menor exposición a modelos idealizados en redes pueden proteger a estos sujetos de dinámicas

de comparación social, distorsión identitaria o sobreexposición emocional (Papalia et al., 2010).

En el caso de la identidad camaleónica, predominante en chicas de Educación Secundaria, se observa una capacidad de adaptación constante al código de cada plataforma. Las adolescentes que encarnan este perfil manejan múltiples redes sociales, ajustan sus contenidos según el público o el contexto, y cuidan con esmero tanto lo que muestran como lo que ocultan. Publican poco, pero editan meticulosamente lo que comparten, y en ocasiones utilizan datos ficticios o mantienen perfiles privados.

Esta actitud responde a una necesidad de control y protección en un entorno que perciben como inestable o amenazante. Las adolescentes desarrollan una conciencia relacional intensa, que las lleva a modular su comportamiento para preservar vínculos o integrarse en el grupo (Gilligan, 1982). Esta flexibilidad, sin embargo, puede tener un coste interno: la desconexión entre el yo que se muestra y el yo que se siente. A ello se suma la presión estética, el uso de filtros, la influencia de modelos idealizados y discursos identitarios contemporáneos, como el fenómeno trans (Shrier, 2021; Errasti y Pérez, 2022) o la disforia de género, que amplifican la tensión entre pertenecer y conservar la propia autenticidad (Alsedo, 2024).

La identidad perdida, también con predominancia femenina y ubicada en la etapa de la Educación Secundaria, representa un perfil emocionalmente vulnerable. Las adolescentes que la encarnan muestran un alto nivel de publicación de selfies y dedicación al retoque de imágenes, pero a diferencia del perfil camaleónico, no parecen utilizar la imagen como forma de protección, sino como expresión de un malestar más profundo. En sus discursos emergen sentimientos de tristeza, inseguridad, confusión identitaria y deseo de ser percibidas tal como son, aunque no siempre logren hacerlo. Además, han sido víctimas de acoso o de comportamientos delictivos en redes, lo que refuerza la vivencia de fragilidad.

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF Comité Español, 2024), la adolescencia media, especialmente en mujeres, constituye una etapa de redefinición identitaria particularmente intensa, donde la búsqueda de pertenencia y la presión por encajar se viven con especial crudeza (Piaget & Inhelder, 1969; Gilligan, 1982). El entorno digital, al amplificar la exposición emocional, puede convertirse en un escenario de saturación subjetiva, vaciamiento del yo y riesgo de disociación. En este contexto, la identidad se percibe como una carga, y el yo digital como un territorio en disputa entre lo que se siente, lo que se muestra y lo que se espera mostrar.

Por su parte, la identidad falsa, que no presenta una predominancia clara en cuanto a género o etapa educativa, se construye sobre una distorsión deliberada del yo. Los adolescentes que conforman este grupo publican con frecuencia, gestionan múltiples perfiles, emplean datos no reales y muestran aprobación hacia conductas que bordean lo normativo o incluso lo delictivo, aunque ellos mismos no hayan sido víctimas. La validación social ocupa un lugar central: importan el número de seguidores, los comentarios, las métricas. Este perfil tiende a proyectar una versión idealizada, aspiracional o inalcanzable, más cercana a un personaje que a una vivencia real de sí.

Esta identidad mantiene una relación estrecha con la cultura del influencer y con la lógica de la representación constante de sí mismo. En un entorno hiperconectado, los adolescentes se ven impulsados a convertirse en gestores de su imagen, diseñadores de su marca personal (Gardner y Davis, 2014). Lo que está en juego no es tanto el reconocimiento de lo que uno es, sino la aceptación de lo que uno aparenta ser. Este juego constante de ficciones digitales puede derivar en una desconexión emocional y en un desgaste subjetivo progresivo.

Finalmente, la identidad narcisista, que tampoco muestra una asociación clara con género o nivel educativo, se manifiesta en perfiles marcados por la autoexposición y la búsqueda sistemática de reconocimiento externo. Estos adolescentes publican de forma constante, cuidan al detalle su imagen digital y participan activamente en retos virales y dinámicas de visibilidad. La autoestima se mide en función de los “me gusta”, las visualizaciones y los comentarios, consolidando una lógica de rendimiento identitario donde el yo se convierte en un producto a promocionar (Bauman, 2007).

Esta estrategia no responde tanto a una necesidad de pertenencia como a un impulso de destacar, impresionar o alcanzar notoriedad. En términos simbólicos, se trata de un perfil que encarna la metáfora del Narciso descrita por Ovidio en *Las metamorfosis* (ca. 8 d.C./2008): fascinado por su reflejo, atrapado en la mirada del otro, alimentando su yo a través de una retroalimentación continua de validación externa. El riesgo es que, cuando esa validación no llega o no cumple las expectativas generadas, surgen el vacío, la frustración o el agotamiento emocional. Este tipo de identidad se relaciona con fenómenos contemporáneos como el FOMO (*Fear of Missing Out*), que intensifica la necesidad de estar constantemente conectado y visible para no quedar al margen de la vida social digital.

A modo de síntesis, se presenta a continuación una tabla que resume las principales características de los cinco clústeres obtenidos en el análisis cuantitativo, vinculándolos con las identidades teóricas interpretadas, las variables sociodemográficas predominantes y los usos y comportamientos digitales más representativos. Este ejercicio de triangulación permite visualizar de forma integrada cómo se manifiestan las distintas estrategias identitarias adolescentes en el entorno digital.

Tabla 5: Correspondencia entre clústeres empíricos e identidades digitales observadas en adolescentes

CLÚSTER SPSS	IDENTIDAD TEÓRICA ASOCIADA	VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICA	USOS Y COMPORTAMIENTOS DIGITALES
<i>Clúster 1</i>	<i>Identidad Auténtica</i>	Predominan varones de educación primaria	Uso moderado de redes, escasa edición de contenido, indiferencia por validación social. Alta supervisión adulta.
<i>Clúster 2</i>	<i>Identidad Falsa</i>	Sin predominancia clara de género o etapa educativa	Alta publicación de selfies, validación externa, múltiples

			perfiles con datos no reales. Comportamiento de riesgo.
Clúster 3	Identidad Perdida	Predominan mujeres, sobre todo en secundaria	Alta edición de selfies, tristeza frecuente, experiencias de acoso, sentimiento de rechazo. Comparación constante.
Clúster 4	Identidad Camaleónica	Predominan mujeres de educación secundaria	Poca publicación, alta edición, múltiples redes con datos no reales. Búsqueda de adaptación y validación.
Clúster 5	Identidad Narcicista	Sin asociación clara con género o curso	Alta frecuencia de publicación, edición cuidada, retos virales, validación por seguidores. Autoexposición constante.

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del análisis de conglomerados (SPSS), las variables sociodemográficas recogidas en el cuestionario y la interpretación teórica de los usos y comportamientos digitales descritos en el marco conceptual.

En definitiva, el análisis realizado permite identificar con claridad la coexistencia de múltiples identidades digitales entre los adolescentes, así como su estrecha relación con variables como el género, el nivel educativo y los comportamientos observados en redes. Estos hallazgos no solo respaldan la hipótesis inicial del estudio, sino que también abren la puerta a una comprensión más profunda del fenómeno.

Resultados: perfiles adolescentes y tránsito hacia la posidentidad

Para interpretar los perfiles detectados en el análisis de clústeres, se recurrió al apoyo de las entrevistas en profundidad con expertos. Sus aportaciones permitieron ampliar la comprensión del fenómeno identitario en adolescentes desde una perspectiva clínica, educativa y social, enriqueciendo la interpretación de los datos obtenidos.

El psiquiatra especialista en trastornos comportamentales en infantojuvenil, advertía que muchos adolescentes “viven en el ideal, en el deseo, obviando la tan necesaria vivencia de la realidad”, y señalaba que algunos “no solo no les gusta la realidad, sino que no saben vivir en ella”, lo que muestra una disociación creciente entre el yo íntimo y el yo proyectado. En esta misma línea, la psicóloga especializada en problemáticas de salud mental en población infantojuvenil, explicaba que muchas adolescentes adoptan identidades extremas con las que inicialmente se sienten validadas, pero que con el tiempo “empiezan a generar su identidad real y no esa creada que buscaron para sentirse validadas”, enfrentándose a la dificultad de abandonar el rol asumido: “cuando sales un poco de esta etapa de confusión y te das cuenta, es como ‘ostras’, y ahora, ¿cómo me salgo de este rol con el que a lo mejor ya no estoy tan de acuerdo?”.

Desde otros ámbitos profesionales, esta percepción se refuerza. El subinspector de la Policía Nacional experto en riesgos asociados a Internet advertía que muchos adolescentes han

dejado de construir su identidad desde lo real y cotidiano, y la han delegado en el juicio ajeno que reciben en redes: “se transforman [...] por intentar gustar, por caer bien, por buscar su sitio”. En sus intervenciones, insiste en que “los chavales creen que lo que no está en internet no existe” y que “la vida real no es una red social”, lo que evidencia una creciente confusión entre el yo íntimo y el yo proyectado.

En la misma línea, la psicóloga especializada en ludopatía y juegos online, alertaba de que el entorno digital puede transformar profundamente la estructura personal de los adolescentes: “el ocio ha cambiado mucho en los jóvenes”, y pasar horas delante de una pantalla “modifica tu estructura de personalidad”. Muchos, añade, viven atrapados en modelos irreales: “ves todo a través de lo que percibes, de cinco o seis modelos de gente con los que te identificas, o que te gustaría identificarte”, lo que genera una profunda frustración emocional: “esa frustración, el cómo me hago...”.

El fenómeno de las múltiples identidades se ha consolidado como una práctica habitual en el ecosistema digital adolescente. Sin embargo, lejos de representar una mera estrategia de adaptación al entorno, esta conducta evidencia una transformación estructural en la relación con el yo. Adaptarse ya no implica únicamente modular el comportamiento, sino reconfigurar de forma continua y fragmentaria la propia identidad, según la audiencia, la plataforma o el momento. Esta transformación constante, en lugar de favorecer el autoconocimiento, acentúa la sensación de disociación, desgaste y confusión identitaria.

Desde esta mirada, las múltiples identidades que se observan no son solo expresiones diversas del yo, sino síntomas de una subjetividad cada vez más condicionada por la mirada ajena. No se trata simplemente de una multiplicación de perfiles, sino de una pérdida de continuidad interna, de una narrativa vital que se vuelve inestable, dispersa y dependiente de mecanismos externos de validación. En este punto comienza a vislumbrarse una categoría emergente que sobrepasa la lógica de las identidades múltiples: la identidad posidentitaria. Esta forma de subjetividad no busca integrar sus distintas manifestaciones, sino que las acumula sin cohesión, generando una experiencia del yo cada vez más frágil, editable y sometida a las dinámicas del entorno digital.

Este hallazgo constituye uno de los aportes clave del estudio. Articulando los resultados empíricos con el marco teórico de la investigación, se constata que la deriva posidentitaria no es una simple consecuencia del uso de redes sociales, sino una transformación más profunda en la construcción del yo en la era digital. El desafío ya no radica únicamente en analizar cómo los adolescentes se representan en Internet, sino en comprender qué tipo de subjetividad están habitando y qué efectos genera este nuevo modo de estar en el mundo.

Ahora bien, este tránsito hacia formas de subjetividad más fragmentadas y desancladas no solo cuestiona el plano teórico, sino que visibiliza también un impacto emocional directo. A medida que los adolescentes se exponen a una representación constante y adaptativa de sí mismos, emergen señales de malestar psíquico que invitan a repensar las consecuencias de esta construcción identitaria sobre la salud mental. La pregunta ya no es únicamente quiénes son o cómo se muestran, sino cómo se sienten cuando dejan de estar conectados.

Este marco interpretativo, fundamentado en los clústeres e identidades observadas, permite comprender la deriva posidentitaria no como una anomalía aislada, sino como el desenlace lógico de una fragmentación identitaria alimentada por el propio ecosistema digital.

Es aquí donde el concepto de identidad vulnerable adquiere una relevancia analítica determinante, y marca el inicio de una reflexión más profunda que se desarrollará en los siguientes apartados.

IDENTIDAD EN RIESGO: VULNERABILIDAD EMOCIONAL EN LA ADOLESCENCIA DIGITAL

Una de las derivaciones más relevantes de este hallazgo ha sido la asociación entre ciertas formas de construcción identitaria digital y el desarrollo de síntomas psicológicos vinculados a la sobreexposición. A través de los cuestionarios y del análisis por clústeres, emergieron perfiles marcados por la ansiedad, la inseguridad, la dependencia de la validación externa y una sensación persistente de fragmentación. Este fenómeno ha sido interpretado por los expertos como la expresión de una identidad vulnerable, una noción clave para comprender la fragilidad emocional que atraviesa la adolescencia digital.

La identidad vulnerable no alude únicamente a una etapa evolutiva sensible, sino a una forma de subjetividad que se construye en relación constante con la mirada ajena, sometida a la lógica de los *likes*, la estética digital y la visibilidad. En este contexto, el yo deja de ser narrativo para volverse cuantificable, editable, juzgable. Como apuntaba el psiquiatra infantojuvenil, muchos adolescentes “están muy perdidos, porque ya no saben quiénes son”, y tienden a definirse por “lo que se ve fuera”, lo que revela una identidad moldeada por la visibilidad más que por la introspección.

Entre los síntomas más frecuentes observados destacan tres fenómenos contemporáneos: la tiranía del *like*, el culto al selfie y la participación compulsiva en *challenges* virales. Estas dinámicas no solo exponen a los adolescentes a una constante evaluación externa, sino que los impulsan a adaptar su comportamiento a aquello que resulta más visible o aceptado en cada momento. La espontaneidad cede ante la performatividad; la emoción, ante la estrategia de impacto. Se construyen así identidades calculadas, fragmentadas y frágiles.

Este ciclo de exposición y recompensa genera una dependencia emocional que refuerza la vulnerabilidad: cuanto más se comparte, más se necesita compartir; cuanto más se muestra, más se teme desaparecer. Este fenómeno de *oversharing*, la exposición excesiva de lo íntimo, puede derivar en una forma de vaciamiento identitario, en la que el yo solo existe en tanto es visto. En palabras de la psicóloga especializada en infantojuvenil, “muchas chicas se encuentran atrapadas en identidades que no son suyas, pero que han creado para sentirse validadas”, lo que revela una dificultad para desprenderse del personaje adoptado, incluso cuando ya no lo reconocen como propio.

Este tipo de exposición extrema puede tener consecuencias devastadoras. La ambivalencia generada por el pensamiento adolescente emerge un malestar identitario difícil de verbalizar:

se desea estar presente y, al mismo tiempo, desaparecer. Se busca pertenecer y, a la vez, escapar. Las investigaciones recientes revelan que la relación entre redes sociales y salud mental no es anecdótica: desde el ascenso de plataformas como Instagram o TikTok, se ha registrado un aumento significativo de trastornos de ansiedad, depresión e incluso suicidios entre adolescentes, especialmente entre las chicas (Twenge, 2017; Radesky et al., 2023; Haidt, 2024). La presión estética, la comparación constante y la necesidad de validación social han configurado un entorno emocional altamente tóxico.

En este contexto, también comienzan a observarse síntomas de disociación leve, es decir, cuando el individuo se percibe como un observador externo de su propia experiencia, lo que puede intensificarse en situaciones de sobreexposición digital (Steinberg y Schnall, 2003). De tal manera que la distancia emocional entre el yo real y el yo proyectado puede aumentar la sensación de irrealidad o desconexión, comprometiendo la continuidad de la experiencia identitaria.

Desde la psicología del desarrollo, David Elkind (1978) ya identificó rasgos del pensamiento adolescente como la *fábula personal*, la creencia de que sus emociones son únicas e incomprensibles, o la *audiencia imaginaria*, que en la era digital se materializa en tiempo real. Cada publicación se convierte en una puesta en escena. Cada reacción, en un juicio. Esta vigilancia simbólica, que antes era una construcción psíquica, hoy es cuantificable y permanente.

Además, atendiendo al análisis llevado a cabo a lo largo de la investigación, se observa un fenómeno claro de dependencia digital, que se asemeja a un vínculo paradójico con la tecnología: aunque muchos adolescentes reconocen el impacto negativo de su consumo, les resulta difícil reducirlo o desconectarse. Esta tensión constante entre el deseo de estar presente y la necesidad de desaparecer genera un malestar identitario difícil de verbalizar. Se desea ser visto, pero también se busca escapar de una exposición que ya no se puede sostener.

En este marco, la familia y los adultos adquieren un papel decisivo. El uso de dispositivos como forma de calmar o entretener a niños y adolescentes, práctica cada vez más extendida, reemplaza la escucha emocional por una suerte de “anestesia digital”. Esta estrategia, aparentemente inocua, empobrece el vínculo afectivo y disminuye la capacidad de autorregulación emocional (Couso, 2024). Cuanto mayor es el estrés parental, mayor es la tendencia a utilizar las pantallas como “chupete emocional”, estableciendo un círculo vicioso que refuerza la desconexión emocional en ambos lados del vínculo (Brauchli et al., 2024; Radesky et al., 2023).

Este entorno de sobrestimulación ha sido descrito como una fragmentación de la atención que impide sostener pensamientos complejos (Hari, 2023). Vivimos en una “civilización de la memoria pez”, que favorece la inmediatez, dificulta la introspección y empobrece la capacidad de elaborar una narrativa identitaria sólida (Patino, 2020).

Los datos analizados permiten afirmar que las redes sociales no solo reflejan el malestar adolescente: lo amplifican. Cuando la construcción del yo depende exclusivamente de lo externo, como la imagen, la popularidad o el impacto, el sujeto corre el riesgo de perderse entre

sus propias máscaras. La identidad ya no se multiplica: se diluye. Esta vulnerabilidad emocional creciente deja al adolescente sin herramientas para sostener una narrativa propia del yo. Es precisamente en esta fragilidad donde se perfila, con más fuerza, el fenómeno emergente de la identidad posidentitaria, que será desarrollado en el siguiente epígrafe.

HACIA UNA IDENTIDAD POSIDENTITARIA: UNA CATEGORÍA EMERGENTE

La vulnerabilidad emocional descrita no es únicamente una consecuencia de la sobreexposición digital, sino también el síntoma de una transformación más profunda en la forma de construir la identidad. En un escenario marcado por la lógica del rendimiento, la fragmentación del yo y la dependencia de la mirada externa, ya no basta con hablar de múltiples identidades: emerge una nueva categoría interpretativa que cuestiona los propios límites del sujeto. Es aquí donde comienza a perfilarse la identidad posidentitaria.

Tras el análisis de los datos empíricos y las distintas tipologías identitarias observadas, emerge la necesidad de conceptualizar una nueva categoría interpretativa: la identidad posidentitaria. No se trata simplemente de una multiplicación de perfiles o de una adaptación estratégica al entorno digital, sino de una forma más radical de disolución del yo, en la que desaparecen la continuidad narrativa, los anclajes internos y la posibilidad de construir un relato identitario coherente.

Esta forma de subjetividad se manifiesta en adolescentes que varían de identidad según la red o el grupo social al que se dirigen, que sienten una desconexión entre lo que son y lo que muestran, o que terminan por definirse exclusivamente a través de mecanismos externos de validación, como los *likes*, los filtros o los algoritmos. Lejos de ser una excepción individual, esta realidad refleja una tendencia creciente que exige ser pensada desde una nueva categoría.

Este marco interpretativo, fundamentado en los clústeres e identidades observadas, permite comprender la deriva posidentitaria no como una anomalía aislada, sino como el desenlace lógico de una fragmentación identitaria alimentada por el propio ecosistema digital. Desde esta perspectiva, la identidad posidentitaria se caracteriza por varios rasgos fundamentales:

- Delegación del yo en los algoritmos: los adolescentes no solo muestran lo que desean, sino aquello que tiene mayor probabilidad de generar aceptación digital.
- Pérdida de continuidad narrativa: las distintas versiones del yo no se integran en un relato estable, sino que se acumulan de forma fragmentada.
- Despersonalización emocional: el sujeto no se reconoce en los comportamientos o imágenes que expone en sus entornos virtuales.
- Externalización radical de la subjetividad: el yo se convierte en un producto social editable, dependiente de la mirada ajena y sometido a los imperativos del mercado simbólico digital.

Esta forma emergente de subjetividad refleja una transformación estructural en el modo de habitar la propia identidad, que ya no se construye desde la interioridad o la experiencia vivida, sino desde la lógica de la visibilidad constante. Muchos adolescentes “huérfanos de referentes” necesitan un acompañamiento que les permita sostenerse en un contexto donde el cuerpo, la imagen y la aceptación digital han sustituido lo presencial y relacional como núcleos de identidad (Ubieto, 2019). En esta misma línea Ubieto profundiza en esta tendencia al señalar que asistimos a una compresión de la infancia, acelerada por dinámicas que buscan lo “hiper”: hiper-activos, hiper-conectados, hiper-sexualizados, hiper-regalados (Ubieto, 2024, p. 11). Esta hipertrofia del estímulo y del rendimiento termina disolviendo el yo, que se ve arrastrado por una demanda permanente de adaptación y exposición.

En este marco, la identidad posidentitaria no es solo una anomalía individual, sino una expresión sintomática de una época que dificulta el arraigo, la reflexión y el sostén emocional. Así, esta categoría permite reinterpretar el fenómeno de las múltiples identidades no como una riqueza expresiva, sino como un posible indicador de fragmentación funcional. En efecto, la ausencia de una narrativa que unifique las distintas expresiones del yo digital puede traducirse en un sentimiento persistente de vacío, inconsistencia y dependencia afectiva del entorno virtual. La subjetividad queda así atrapada entre la necesidad de ser vista y la imposibilidad de reconocerse.

Frente a esta deriva, se hace urgente pensar en herramientas de intervención conscientes que no pretendan suprimir el uso de las tecnologías, sino resignificar su papel en la construcción del yo. Resulta esencial proponer formas de acompañamiento y alfabetización emocional que permitan a los adolescentes comprender su experiencia interna, recuperar la palabra como instrumento de auto relato y reconstruir vínculos más sólidos entre lo que sienten, lo que muestran y lo que son.

Este horizonte educativo, emocional y ético, basado en el acompañamiento consciente, la alfabetización emocional y la pedagogía de la identidad, constituye el núcleo de una intervención posible. Un enfoque que no pretende volver atrás, sino avanzar hacia un equilibrio que permita reconstruir el yo en medio del ruido digital. A partir de aquí, se hace necesario recuperar el sentido, repensar los límites y preguntarnos qué tipo de subjetividad queremos fomentar como sociedad. Solo desde una mirada integral y comprometida, capaz de escuchar, de formar y de acompañar, podremos construir alternativas que restituyan al adolescente su derecho a ser, sin fragmentarse ni disfrazarse en cada clic. Frente al ruido del algoritmo y la tiranía de la apariiencia, es urgente devolver valor a la palabra, al vínculo y a la autenticidad como pilares de una identidad habitada y sostenida.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN: ACOMPAÑAMIENTO, ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL Y PEDAGOGÍA DE LA IDENTIDAD

Si la adolescencia es una etapa de búsqueda, crisis y redefinición, el entorno digital no puede ser entendido únicamente como un espacio de entretenimiento, sino como un entorno estructurante que moldea activamente esa búsqueda. Por ello, la comprensión del fenómeno de

las múltiples identidades, y su posible deriva hacia formas posidentitarias, no debe concluir en una mirada diagnóstica, sino abrir el camino hacia una intervención educativa, emocional y social más consciente y sostenida.

Una de las claves que emergen de esta investigación es la necesidad de promover una auténtica alfabetización emocional. Enseñar a los adolescentes a identificar y nombrar lo que sienten, así como a reconocer el impacto que les genera la exposición constante, la comparación social o la crítica en redes, constituye un paso esencial para fortalecer una identidad más sólida, estable y auténtica. En este sentido, las entrevistas realizadas a expertos coinciden en señalar que la falta de herramientas para gestionar el mundo emocional en entornos digitales puede derivar en respuestas disociadas o impulsivas, y perpetuar un ciclo de dependencia de la validación externa que dificulta la consolidación del yo.

Del mismo modo, se propone una pedagogía de la identidad que no imponga normas rígidas sobre “cómo deben ser” los adolescentes, sino que genere espacios de acompañamiento respetuoso en los que puedan explorar sus múltiples facetas con libertad, sin miedo a equivocarse, pero también con conciencia crítica. Esta pedagogía implica crear entornos familiares, educativos o comunitarios, donde los adolescentes puedan hablar de sí mismos sin temor al juicio, donde puedan mirarse y ser mirados desde la empatía, y no desde la exigencia o la idealización.

El acompañamiento emocional se revela como un eje transversal de esta propuesta. En este contexto, no basta con señalar los riesgos: es necesario estar presentes, como adultos emocionalmente accesibles, capaces de ofrecer escucha, límites y reconocimiento. Acompañar no es corregir ni dirigir, sino sostener, compartir y ayudar a significar la experiencia vivida. De ahí la importancia de intervenir también a nivel familiar y social. Las familias necesitan orientación para comprender qué ocurre con sus hijos en el plano emocional y digital; y los adolescentes, a su vez, requieren estrategias para no dejarse arrastrar por sensaciones que, al no saber gestionar, pueden transformarse en impulsividad, compulsión, obsesión o negación (Hernández, 2020, pp. 304-312).

Este horizonte educativo, emocional y ético, basado en el acompañamiento consciente, la alfabetización emocional y la pedagogía de la identidad, constituye el núcleo de una intervención posible. Un enfoque que no pretende volver atrás, sino avanzar hacia un equilibrio que permita reconstruir el yo en medio del ruido digital. A partir de aquí, se hace necesario recuperar el sentido, repensar los límites y preguntarnos qué tipo de subjetividad queremos fomentar como sociedad.

Como cierre de esta propuesta, se presenta una tabla-síntesis con los perfiles identitarios observados, los riesgos más relevantes y algunas claves orientativas de intervención. Esta tabla incluye también la categoría emergente de identidad posidentitaria, concebida no como una etiqueta clínica, sino como un espejo de época que requiere atención urgente y estrategias pedagógicas conscientes.

Tabla 6. Tipología identitaria adolescente y forma emergente posidentitaria

Identidad	Perfil predominante	Riesgos asociados	Claves de intervención
Auténtica	Varones de Primaria. Poca exposición	Aislamiento digital, baja conciencia crítica	Fortalecer vínculos familiares y pensamiento crítico
Falsa	Mixto. Múltiples perfiles y datos no reales	Distorsión del yo, validación externa excesiva	Educación emocional y ética digital
Narcisista	Mixto. Alta publicación y deseo de notoriedad	Dependencia emocional, agotamiento identitario	Reforzar autoestima no condicionada
Camaleónica	Mujeres de Secundaria. Adaptación constante	Desconexión entre lo que se es y se muestra	Espacios de autenticidad y seguridad relacional
Perdida	Mujeres de Secundaria. Exposición emocional intensa	Vulnerabilidad, tristeza, riesgo de disociación	Escucha activa, contención emocional
Posidentitaria	Adolescencia hiperconectada y fragmentada	Fragmentación funcional del yo, pérdida narrativa	Acompañamiento identitario y alfabetización emocional

Fuente: Elaboración propia. Datos interpretados a partir del análisis de conglomerados, entrevistas a expertos y categorización según las identidades teóricas definidas en el marco conceptual.

CONCLUSIONES GENERALES Y ESPECÍFICAS

El presente apartado reúne, en primer lugar, una conclusión general que sintetiza los hallazgos más relevantes de la investigación; a continuación, se formulan las conclusiones específicas en relación con los objetivos planteados en el estudio y, finalmente, se presentan una serie de recomendaciones derivadas de dichos hallazgos. Este recorrido busca ofrecer una visión clara y estructurada de los resultados obtenidos, preparando el terreno para la reflexión final que se desarrolla al cierre del artículo, donde se plantea el tránsito del yo múltiple hacia la identidad posidentitaria.

Conclusión general

La investigación confirma que la adolescencia contemporánea está profundamente atravesada por el entorno digital, que no solo actúa como escenario de socialización, sino también como matriz de construcción identitaria. Los hallazgos muestran que las redes sociales

son espacios privilegiados de experimentación del yo, donde emergen múltiples formas de autorrepresentación que combinan autenticidad, simulación, búsqueda de validación externa y, en algunos casos, pérdida de coherencia identitaria.

A partir de la triangulación metodológica, compuesta por sesiones de grupo, un cuestionario con análisis de clústeres y entrevistas a especialistas, se ha podido constatar que la identidad digital adolescente no responde a un único patrón, sino que se despliega en una tipología múltiple: auténtica, falsa, narcisista, camaleónica y perdida, susceptible de derivar hacia una forma posidentitaria caracterizada por la fragmentación y la disolución del yo.

Conclusiones específicas

En relación con los objetivos planteados, los resultados permiten destacar:

1. Contexto sociotecnológico: la adolescencia se configura en un marco marcado por la cultura de la pantalla y la hiperconexión, donde las tecnologías no solo median, sino que modelan las experiencias cotidianas, los vínculos sociales y la forma de comprender la realidad.

2. Desarrollo adolescente y pensamiento identitario: se confirma la fragilidad del pensamiento identitario en esta etapa, condicionado por la necesidad de reconocimiento social y la constante comparación digital. Las tensiones entre el yo real y el yo proyectado son fuente de inseguridad y vulnerabilidad emocional.

3. Prácticas digitales representativas: fenómenos como el selfie, el *like*, el FOMO, los retos virales, el *oversharing* o el ciberacoso se consolidan como prácticas cotidianas de autorrepresentación que, aunque favorecen la visibilidad y el sentido de pertenencia, también generan dependencia y exposición a riesgos emocionales.

4. Tipologías identitarias observadas: se identificaron cinco perfiles predominantes: identidad auténtica, falsa, narcisista, camaleónica y perdida, cuya distribución se relaciona con variables sociodemográficas (género y etapa educativa) y psicológicas (necesidad de validación, regulación emocional, referentes digitales).

5. Riesgos y tendencias: la multiplicación de perfiles y la presión social derivada de la exposición digital incrementan la vulnerabilidad emocional y el riesgo de ansiedad, depresión o disforia de género. Todo ello apunta a la emergencia de una identidad posidentitaria, caracterizada por la fragmentación, la pérdida de coherencia narrativa y la externalización de la validación del yo.

RECOMENDACIONES

Los hallazgos de esta investigación permiten proponer algunas líneas de acción y reflexión:

- Educativas: urge promover programas de alfabetización emocional y digital que ayuden a los adolescentes a reconocer sus emociones, gestionar la presión social de las redes y fortalecer un sentido identitario más sólido y coherente.

- Familiares y sociales: resulta esencial reforzar el acompañamiento en el uso de dispositivos y redes, fomentando espacios de diálogo intergeneracional que permitan comprender y afrontar los riesgos asociados a la vida digital.
- Investigadoras: se requiere seguir profundizando en la relación entre identidad digital y salud mental adolescente, explorando especialmente el fenómeno emergente de la identidad posidentitaria y sus implicaciones en la educación y la psicología.

En conjunto, estas conclusiones permiten comprender con mayor amplitud cómo el entorno digital configura múltiples modos de ser y de mostrarse en la adolescencia, al tiempo que evidencian los riesgos y posibilidades que de ello se derivan. No obstante, el análisis no puede quedar limitado a la descripción de identidades fragmentadas ni a las recomendaciones prácticas: resulta necesario dar un paso más y abrir la mirada hacia una categoría emergente que desborda lo observado. De ahí que, a continuación, se proponga una reflexión final orientada a explorar el tránsito del yo múltiple hacia la identidad posidentitaria.

REFLEXIÓN FINAL: DEL YO MÚLTIPLE A LA IDENTIDAD POS-IDENTITARIA

En síntesis, los resultados alcanzados han permitido responder a los objetivos de la investigación y ofrecer un marco interpretativo sólido sobre la construcción de identidades múltiples en la adolescencia digital. Sin embargo, más allá de la tipología observada y de los riesgos asociados, los hallazgos invitan a una reflexión de mayor alcance: la posibilidad de que estemos asistiendo al surgimiento de una forma de subjetividad posidentitaria, marcada por la fragmentación del yo y la disolución narrativa. Esta consideración, que trasciende lo empírico, constituye el núcleo de la conclusión final que se expone a continuación

Partir de esta hipótesis nos permite replantear la adolescencia no solo desde los cambios propios de la edad, sino también desde la influencia decisiva del ecosistema digital en la configuración del yo.

Si la adolescencia es una etapa de búsqueda, crisis y redefinición, el entorno digital no puede entenderse únicamente como un espacio de entretenimiento o comunicación, sino como un ecosistema estructurante que moldea activamente esa búsqueda identitaria. En este contexto, la comprensión del fenómeno de las múltiples identidades, y su posible deriva hacia formas posidentitarias, no debe limitarse a un diagnóstico crítico, sino abrir el camino hacia una intervención consciente, educativa y emocionalmente significativa.

Uno de los hallazgos centrales de esta investigación es precisamente la emergencia de una subjetividad posidentitaria: un yo fragmentado, desanclado y delegado a la lógica algorítmica de las plataformas. Esta forma de subjetividad no constituye una categoría más dentro del repertorio identitario observado, sino un punto de inflexión teórico y empírico que obliga a repensar cómo se está construyendo la identidad en tiempos de hiper-exposición digital. La identidad ya no se articula como un relato continuo, sino como una sucesión de imágenes

optimizadas, diseñadas para agradar, y condicionadas por estímulos externos que reemplazan al deseo, la introspección o el arraigo emocional. El yo deja de ser habitado para ser mostrado; y lo mostrado, lejos de conectar al adolescente con los demás, a menudo lo disocia de sí mismo.

Desde esta perspectiva, la identidad posidentitaria no es solo una consecuencia lógica de la multiplicidad digital, sino también una alerta diagnóstica sobre la fragilidad emocional y narrativa del sujeto contemporáneo. Las identidades camaleónicas y perdidas observadas en los clústeres analizados no son simples estilos de adaptación: representan el agotamiento de una subjetividad que ya no puede sostenerse. La presión por adaptarse a cada escenario virtual, por estar siempre disponible y gustar, ha sustituido la pregunta “¿quién soy?” por “¿cómo debo mostrarme?”. Y en ese desplazamiento, el yo pierde continuidad, coherencia y, a veces, incluso sentido.

Este fenómeno no puede desligarse del contexto sociotécnico en el que se produce. Vivimos en una cultura que premia la visibilidad, acelera los tiempos de respuesta y convierte la autoimagen en una mercancía simbólica. La lógica del mercado digital ha colonizado los procesos de construcción del yo, empujando al adolescente a definirse por lo que proyecta, más que por lo que experimenta. En este escenario, la subjetividad queda atrapada entre la necesidad de ser vista y la imposibilidad de reconocerse.

Ante esta realidad, se hace imprescindible repensar las formas de acompañamiento que ofrecemos a las nuevas generaciones. No basta con limitar el tiempo frente a las pantallas o advertir sobre los peligros del ciberacoso. Es necesario intervenir desde un plano más profundo, promoviendo una auténtica alfabetización emocional que permita a los adolescentes nombrar lo que sienten, identificar los efectos del entorno digital en su vivencia personal y reconstruir un sentido de sí mismos que no dependa exclusivamente de los “me gusta” o del reconocimiento inmediato.

Del mismo modo, esta investigación propone una pedagogía de la identidad que no aspire a imponer una única forma de ser, sino a acompañar la complejidad del crecimiento sin que esta derive en disolución. Una pedagogía que habilite espacios reales de escucha, de construcción narrativa y de vínculo emocional, donde el adolescente pueda explorar sus múltiples facetas sin miedo, pero también sin perderse. No se trata de negar la pluralidad, sino de asegurar que esa pluralidad no se traduzca en confusión o vacío existencial.

Acompañar a los adolescentes en este tránsito no implica regresar al pasado ni demonizar el entorno digital, sino abrir espacios donde la pluralidad no derive en disolución, y donde las múltiples caras del yo no borren el rostro que las sostiene. Implica enseñar a mirar hacia dentro sin miedo, a contar lo vivido con palabras propias, a sostener vínculos que no dependan de la apariencia, y a encontrar un equilibrio entre el deseo de mostrarse y la necesidad de habitarse.

Porque si hay algo que queda claro es que ninguna identidad, ni múltiple, ni digital, ni posidentitaria, puede construirse en el vacío. Toda identidad necesita una trama afectiva, una comunidad simbólica y un lenguaje interno que permita integrar la pluralidad sin caer en la confusión. Y ese es, tal vez, el mayor desafío educativo y ético de nuestro tiempo: ayudar a los

adolescentes a sostenerse como sujetos en un mundo que cambia sin tregua, sin pedirles que se queden quietos, pero sí que no se pierdan de sí mismos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alsedo, M. (2024). *Víctimas de lo Trans. Un viaje a la realidad de quienes han sufrido el ideario queer en sus propias carnes en España*. Barcelona: Ediciones Deusto.
- Aprile, P. (2025). *Nuevo elogio del imbécil*. Barcelona: Gatopardo Ediciones.
- Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Bauman, Z. (2007). *Tiempos líquidos: vivir en una época de incertidumbre*. Barcelona: Tusquets.
- Blum-Ross, A., & Livingstone, S. (2020). *Parenting for a Digital Future: How Hopes and Fears about Technology Shape Children's Lives*. Oxford: Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780190874698.001.0001>
- Brauchli, D., Suter, L., Hüppi, P., & Steinlin, C. (2024). Are screen media the new pacifiers? The role of parenting stress and parental attitudes for children's screen time in early childhood. *Computers in Human Behavior*, 153, 107150.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.108057>
- Bronner, G. (2022). *Apocalypse cognitive*. Paris: PUF.
- Couso, R. (2024). *Cerebro y pantallas. Cómo las pantallas impactan en el desarrollo cognitivo en la infancia y adolescencia*. Barcelona: Editorial Planeta.
- Desmurget, M. (2019). *La fábrica de cretinos digitales*. Barcelona: Península.
- Elkind, D. (1978). *The Child's Reality: Three Developmental Themes*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Errasti, J. y Pérez Álvarez, M. (2022). *Nadie nace en un cuerpo equivocado*. Barcelona: Deusto.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF Comité Español). (2024, 16 de septiembre). *Adolescencia: qué es y a qué edad empieza*. UNICEF España.
<https://www.unicef.es/blog/infancia/adolescencia-que-es-y-que-edad-empieza>
- Gardner, H. y Davis, K. (2014). *La generación APP. Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital*. Barcelona: Paidós
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. USA: Harvard University Press.
- Goffman, E. (1956). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Edinburgh: University of Edinburgh, Social Sciences Research Centre.
- Haidt, J. (2024). *La generación ansiosa. Por qué las redes sociales están causando una epidemia de enfermedades mentales entre nuestros jóvenes*. Barcelona: Deusto.
- Hari, J. (2023). *El valor de la atención: Por qué estamos tan distraídos y cómo recuperar la concentración*. Barcelona: Ariel.

- Hendry, D. G. (2013). *Touchscreen Generation: Children's Use of iPads and Parents' Perceptions*. *Journal of Children and Media*, 7(4), 478–494.
<https://doi.org/10.1111/apa.13707>
- Hernández, P. (2020). *Apego, Disociación y Trauma. Trabajo práctico con el modelo PARCUVE*. Bilbao: Editorial Desclee.
- Laje, A. (2023). *Generación Idiota. Una crítica al adolescentrismo*. Ciudad de México: HarperCollins México.
- Lasch, C. (1979). *La cultura del narcisismo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Livingstone, S. (2018). “*Childhood and the Internet in Europe: Value, Use and Risk*”. En Mascheroni, G., Ponte, C., & Jorge, A. (Eds.), *Digital Parenting: The Challenges for Families in the Digital Age* (pp. 9–22). Gothenburg: Nordicom.
- Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2020). *Parenting for a digital future: How hopes and fears about technology shape children's lives*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780190874698.001.0001>
- Marina, J.A. (2025). *La vacuna contra la insensatez: Tratado de inmunología mental*. Barcelona: Ariel.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021, 17 de junio). *Una de cada 100 muertes es por suicidio*. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2021-one-in-100-deaths-is-by-suicide>
- Ovidio. (2008). *Las metamorfosis* (A. Ramírez de Verger, Trad.). Alianza Editorial. (Obra original escrita ca. 8 d.C.)
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Psicología del desarrollo*. De la infancia a la adolescencia. México: McGraw-Hill.
- Patino, B. (2020). *La civilización de la memoria de pez: El colapso de la atención*. Barcelona: Alianza Editorial.
- Pérez Álvarez, M. (2023). *El individuo flotante. La muchedumbre solitaria en los tiempos de redes sociales*. Barcelona: Deusto.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1969). *The Psychology of the Child*. New York: Basic Books.
- Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6.
<https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Radesky, J. S., Hiniker, A., Madden, M., & Rideout, V. (2023). *Digital Media and the Well-Being of Children and Adolescents*. *Pediatrics*, 152 (Supplement 2), e2023062198E.
<https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
- Rowlands, I., et al. (2008). *Information Behaviour of the Researcher of the Future*. British Library and JISC.
- Shrier, A. (2021). *Un daño irreversible. La locura del transgénero que seduce a nuestras hijas*. Barcelona: Deusto.
- Steinberg, L., & Schnall, S. (2003). *The strange in the mirror. Dissociation the hidden epidemic*. New York: Harper Collins.
- Tapscott, D. (1998). *Growing Up Digital: The Rise of the Net Generation*. New York: McGraw-Hill.

- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. New York: Atria Books.
- Ubieto, J. R. (2019). *Del padre al iPad: Familias y redes en la era digital*. Barcelona: Gedisa.
- Ubieto, J. R. (2024). *Adolescencias de siglo XXI: El desafío de acompañar en un mundo acelerado*. Barcelona: Gedisa.