JUVENTUD Y SOLEDAD

28 de Marzo, 2025

La Perrera

(Sabino Arana Etorbidea, 50)

Bilbao

ÍNDICE

PREGUNTAS PROPUESTAS EN LA DINÁMICA.....3

RESUMEN DE LOS TEMAS TRATADOS EN LA DINÁMICA 4

1. Desde tu rol, Qué preocupaciones has detectado en la administración pública en torno a la soledad? ……..4

2. ¿Qué factores sociales, económicos y/o culturales crees que han provocado este resulatado del barómetro? (salud, bienestar, diversida, enlaces…). 5

3. ¿Qué sugerencias o propuestas creéis que provocan nuevos programas que aborden el tema de la soledad involuntaira al crear o mejorar los existentes? 8

EJEMPLOS DE PROGRAMAS RELACIONADOS CON LA SOLEDAD DADOS EN LA DINÁMICA.....11

PREGUNTAS PROPUESTAS EN LA DINÁMICA

1. **Primera pregunta:** Desde tu rol, Qué preocupaciones has detectado en la administración pública en torno a la soledad? Pensar casos o ejemplos concretos que os hayan pasado en vuestro ámbito laboral
2. **Segunda pregunta:** ¿Qué factores sociales, económicos y/o culturales crees que han provocado este resultado del barómetro?

*Datos relaciones con la segunda pregunta sobre la soledad involuntaria en Euskal Herria Barómeto 2024

- Soledad involuntaria entre jóvenes de 18 a 34 años es mayor que en otros tramos de edad.
- Mayor soledad entre las personas que se comunican digitalmente de los que se comunican cara a cara.
- Casi la mitad de las personas con problemas de salud mental tienen cuatro veces más soledad involuntaira que personas que no tienen problemas de salud mental.
- Mas de la mitad de las personas con discapacidad sufren la soledad no deseada, incluso persona de origen extranjero, siendo el doble de los que han nacido aquí.

3. **Tercera pregunta**: ¿Qué sugerencias o propuestas creéis que provocan nuevos programas que aborden el tema de la soledad involuntaria al crear o mejorar los existentes?

RESUMEN DE LOS TEMAS TRATADOS EN LA DINÁMICA

1. **Desde tu rol, Qué preocupaciones has detectado en la administración pública en torno a la soledad? Pensar casos o ejemplos concretos que os hayan pasado en vuestro ámbito laboral.**

   En esta pregunta han aflorado varios temas importantes, entre ellos, la soledad que viven las personas migradas y las personas con diversidad funcional.

   En el caso de las personas migradas, se destaca el problema que tienen cuando llegan al nuevo entorno. Al no tener familiares, amigos/as o conocidos/as, se dificulta la integración, lo que aumentan los momentos de soledad y los viven más intensamente, influyendo notablemente en su bienestar emocional.

   Además, estas dificultades no sólo se producen cuando se acaba de llegar, sino que también por factores culturales, lingüísticos o sociales. Esto influye en la capacidad de establecer relaciones sólidas y duraderas, y muchas veces dificulta su participación en la dinámica social y comunitaria.

   Por otra parte, se ha mencionado que las personas migradas y con diversidad funcional tienen dificultades para integrarse en grupos de amigos/as y formar redes entre iguales. Esta dificultad viene dada por los prejuicios, barreras arquitectónicas o comunicativas o podría provenir de la falta de espacios inclusivos para facilitar la participación.

   Por otra parte, se ha mencionado la falta de participación de las personas jóvenes, sobre todo en las actividades que se realizan desde los ayuntamientos. En muchos casos la juventud no participa porque no se siente parte de un grupo de iguales o porque no encuentra espacios y dinámicas que conecten con sus intereses y necesidades.

También, se ha hecho hincapié en la falta de redes comunitarias. En muchas ocasiones, se destaca que, en las actividades organizadas en los municipios, participan siempre las mismas personas, lo que crea dificultades para promover una nueva participación.

2. ¿Qué factores sociales, económicos y/o culturales crees que han provocado este resultado del barómetro? (salud, bienestar, diversidad, enlaces…).

En torno a esta pregunta se ha reflexionado sobre varios factores, estos son los más repetidos:

- Desigualdad económica
- La diversidad, por ejemplo, sexual o funcional
- Cambio de paradigmas políticos como cambios de hábitos (digitalización)
- Falta de espacio
- Fomación
- Fata de redes comunitarias
- Estigmas
- Familias desestructuradas
- Dificultad en el proceso de construcción de la identidad de las personas jóvenes
- Valores sociales: individualismo
- Salud mental y física: Las personas jóvenes no relacionan la soledad involuntaria con la salud mental
- Presión social

Los temas citados se han relacionado con datos del Barómetro de la Soledad Involuntaria de Euskadi 2024, que se presentan para el desarrollo de esta pregunta. En ella se observa que una mayoría piensa que las desigualdades económicas dificultan el desarrollo de las personas jóvenes, tanto en la formación, en la construcción de la personalidad y en el desarrollo de la vida. En consecuencia, esta situación puede provocar una soledad involuntaria, ya que las personas jóvenes ven mermadas sus opciones, tanto en la educación como en el mercado laboral.

Por otro lado, también se ha prestado especial atención a las diversidades, tanto funcionales como sexuales, la necesidad de su plena inclusión para el desarrollo de la sociedad. Para la construcción de una sociedad inclusiva y justa, es imprescindible que todas las personas tengan las mismas oportunidades, y para ello es necesario que en el sistema educativo y en el ámbito laboral promover políticas de igualdad en los ámbitos sociales.

> *``O sea, hay que buscar un equilibrio. Hemos hablado sobre tema de la diversidad sexual, que sí se ha notado que hubo un avance, pero bueno, ahora hay como un retroceso a la hora de normalizar la situación y puede ser que personas jóvenes, pues, con diferentes diversidad de sexuales a lo que es la la heterosexualidad, pues, que no sé si están integrados si no se atrevan a dar el el paso´´*

Asimismo, la falta de espacio y la debilidad de las redes comunitarias pueden generar soledad, esto puede acarrear problemas de salud mental. La reducción de la protección de redes que ofrece la familia y la sociedad desprotege a muchas personas jóvenes.

Además, los cambios de paradigmas políticos, como los procesos de digitalización y cambio de hábitos, afectan directamente a los modelos de relación de la juventud. Aunque las nuevas tecnologías facilitan la comunicación, han provocado cambios en la profundidad de las relaciones interpersonales.

> ``*Y necesitamos la relación con otras personas y hay que buscar un equilibrio entre lo el online y el offline, porque al final también el que no esté en redes sociales también les aísla, porque no se enteran de muchas cosas que suceden dentro de su grupo de de iguales´*

En cuanto a los valores de la sociedad, el individualismo se hace cada vez más evidente e incide directamente en la convivencia. Un individualismo que, a veces, reduce la ayuda mutua y la solidaridad, lo que hace que muchas personas tengan dificultades para expresar inquietudes y necesidades, especialmente en el ámbito de la salud mental. De hecho, muchas personas jóvenes no asocian la soledad involuntaria a la salud mental, y todavía hay mucho estigma al hablar de este tema.

> ``*Hemos hablado que sí es verdad que a los jóvenes les preocupa la salud mental y cada vez lo verbalizan más, sobre todo desde el COVID 19, pero no se nos aceptan jóvenes locales, pues, con esta problemática, ¿no? O verbalizándola, porque si hablan de la salud mental, pero igual no son capaces de poner una etiqueta o o qué es lo que les está pasando. Y eso, sí, sí es verdad que, tal vez, pues, sí hablan de más sentimientos y de emociones, etcétera, pero igual, esta palabra o o esta problemática tampoco la han realizado, pero, bueno, es algo nuevo que que que ha salido últimamente´´*

3. ¿Qué sugerencias o propuestas creéis que provocan nuevos programas que aborden el tema de la soledad involuntaria al crear o mejorar los existentes?

Por un lado, se ha dado mucha importancia al fortalecimiento de las redes comunitarias, como principal instrumento de oposición a la soledad, por lo que se insiste que es necesario promover la participación activa de la sociedad. Para lograrlo, hay que aumentar la visibilidad del tejido social y asociativo y facilitar la implicación en iniciativas de voluntariado. Además, se subraya la importancia de la educación emocional, fortalecimiento de las relaciones sociales y el bienestar personal como una herramienta eficaz de refuerzo. Además, se considera imprescindible escuchar la voz de las personas jóvenes, teniendo en cuenta sus necesidades y perspectivas, para que se sientan parte activa de la comunidad.

> ``*...hablábamos de fortalecer lo que todos y todas sabemos que es una herramienta clave contra la soledad, que es la red comunitaria ¿no? Pues lo dicho, educando para la participación, visibilizando el tejido asociativo, promocionando la participación en el en las asociaciones, el voluntariado, promover también para todo ello la educación emocional y en ese sentido también escuchar a las personas jóvenes´´*

Por otro lado, se incide en la importancia de las actividades extraescolares en la infancia y cómo estas actividades ayudan a crear vínculos de relación. Esto es especialmente importante al pasar de una franja de edad a otra, donde muchas veces se pierde ese apoyo social. Las actividades extraescolares fomentan el carácter de grupo entre los niños y niñas, pero con el tiempo se ven mas influenciados por los factores económicos, lo que difumina los objetivos iniciales. Además, se destaca la importancia de la educación emocional, no solo en las personas jóvenes, sino también de las/os profesionales, porque es imprescindible reforzar las competencias emocionales de sus ámbitos de trabajo.

``*Sobre todo la importancia de las extraescolares en la infancia, el cómo esas extraescolares ayuda también a crear un vínculo que hemos hablado también de la carencia a la hora de sobre todo de pasar de cierta edad a otra, el cómo se suelta como muchas veces en los colegios, en esas extraescolares, pues está muy fomentado el grupo de los niños y cómo luego se pasa un poco más al tema de dinero y se dispersa un poco el objetivo principal. De la importancia de la educación emocional, no solo en la juventud, sino también de los profesionales y a la hora de sus trabajos´´*

Asimismo, señala el deseo de colaboración entre la administración pública y otros agentes, sin embargo, en muchas ocasiones la falta de recursos dificulta la puesta en marcha de nuevos programas. No es sólo la falta de recursos económicos, sino también la falta de personal técnico suficiente.

``*Sobre todo las personas de recursos, que clarito, podemos tener dinero, pero ese dinero, si no hay forma de gestionarlo, si no hay personal técnico, qué ¿Hacemos con ese dinero? "*

.
Citan los patios abiertos guiados como ejemplo de una práctica que se ha puesto en marcha en Santurtzi.

``*De de las escuelas públicas, que cuando acaba el horario solar, los dejamos abiertos para que los que les puedan hacer uso de ellos, ¿vale? Pero un comentario que queríamos comentar era realizar actividades dirigidas cuando los platos están abiertos. No siempre, pero sí determinadas actividades, pues, igual, una vez al mes, que vaya un dinamizador y les dirijan actividades. De esta manera, pues, evitamos que, digamos, estén solos ¿no? Y, al mismo tiempo, dirigirse a actividades que puedan ser, por ejemplo, pues, reciclaje o, bueno, actividades que estén que estén relacionadas con los ODS, con los Objetivos de Desarrollo Sostenible que marca la ONU´´*

Subrayan la importancia de trabajar la salud mental como elemento transversal, es decir, la educación, las políticas sociales, el mundo laboral y el desarrollo comunitario como elemento central a tener en cuenta. En este caso se han destacado los psicobonos.

EJEMPLOS DE PROGRAMAS RELACIONADOS CON LA SOLEDAD COMPARTIDOS EN LA DINÁMICA

• Plan de prevención del suicidio en Abanto.	-
• Programa de psicólogos de Durango.	https://www.durango.eus/es/psikobonoaren-informazioa?inheritRedirect=true
• Patios abiertos de Santurtzi.	https://www.santurtzi.net/es-ES/Paginas/default.aspx
• Altxa burua Legazpi: para fomentar el uso responsable de los móviles entre la juventud.	https://altxaburua.eus/
• ``Gazte Solidarioak´´ Barakaldo.	-
• Gazteguneak	-
• Grupo Antirumores de CCAA.	https://zas.eus/zas/
• Sestao ``Construyendo futuros´´.	-