

La prevenció, detecció i acompanyament d'adolescents i joves en situacions de soledat

Recepció: 30/09/2021 / Acceptació: 17/01/2022

Resum

L'article presenta el procés de creació de la Guia per a la prevenció, detecció i acompanyament d'adolescents i joves en situacions de soledat per encàrrec de l'Ajuntament de Barcelona, en el marc de l'Estratègia Municipal contra la Soledat 2020-2030. Exposa la reflexió de partida que justifica la necessitat d'acompanyar adolescents i joves amb aquest sentiment de soledat o vivència d'aïllament social i el procés de debat, contrast i elaboració d'aquest recurs adreçat al conjunt dels professionals que treballen amb aquests col·lectius. Es descriu, també, l'estructura i el contingut de la guia amb la finalitat d'oferir estratègies concretes i pautes que esdevinguin útils als professionals de l'àmbit de l'adolescència i la joventut.

Paraules clau

Adolescents, joves, soledat, solitud, aïllament social, guia.

La prevención, detección y acompañamiento de adolescentes y jóvenes en situaciones de soledad

El artículo presenta el proceso de creación de la Guía para la prevención, detección y acompañamiento de adolescentes y jóvenes en situaciones de soledad por encargo del Ayuntamiento de Barcelona, en el marco de la Estrategia Municipal contra la Soledad 2020-2030. Expone la reflexión de partida que justifica la necesidad de acompañar a adolescentes y jóvenes con este sentimiento de soledad o vivencia de aislamiento social y el proceso de debate, contraste y elaboración de este recurso dirigido al conjunto de los profesionales que trabajan con estos colectivos. Se describe, también, la estructura y el contenido de la guía con el fin de ofrecer estrategias concretas y pautas que sean útiles a los profesionales del ámbito de la adolescencia y la juventud.

Palabras clave

Adolescentes, jóvenes, soledad, aislamiento social, guía.

Prevention, detection and guidance for adolescents and young people in situations of loneliness

The article describes the process of creating the Guía para la prevención, detección y acompañamiento de adolescentes y jóvenes en situaciones de soledad [Guide for prevention, detection and guidance of adolescents and young people in situations of loneliness], commissioned by Barcelona City Council within the framework of the Municipal Strategy against Loneliness 2020-2030. Its starting-point is the need to provide guidance for adolescents and young people that have these feelings of loneliness or experience of social isolation. It then describes the process of debate, testing and development of this resource, which is aimed at those who work with these groups. The article also includes a description of the structure and content of the guide with a view to suggesting specific strategies and guidelines that can be useful to professionals engaged in the field of adolescence and youth.

Keywords

Adolescents, young people, loneliness, social isolation, guide.

Com citar aquest article:

Soler-Masó, P., Iglesias Vidal, E. i Espona Barcons, B. (2022).

La prevenció, detecció i acompanyament d'adolescents i joves en situacions de soledat.

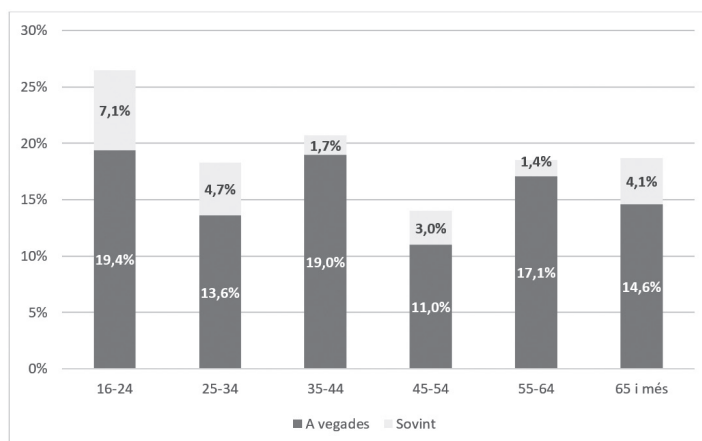
Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa, 80, p. 59-78.



Introducció

La soledat és un fenomen que pot afectar també les persones adolescents i joves, tot i que aquesta no és la visió més habitual que es té, ja que normalment es relaciona amb etapes més avançades de la vida d'una persona, especialment durant la vellesa (Rueda, 2018). Però les evidències demostren que no és així, ja que la soledat és un fenomen transversal al llarg de la vida. Les dades de l'Enquesta Òmnibus realitzada el mes de juny de 2020 des de l'Ajuntament de Barcelona assenyalen que el 26,5% de les persones joves de Barcelona d'entre 16 i 24 anys se senten soles sovint o a vegades, seguides de les persones adultes d'entre 35 i 44 anys (20,7%) i de les persones grans de més de 65 anys (18,7%) (Ajuntament de Barcelona, 2020). Vegeu taula 1.

Taula 1. Sentiment de soledat segons l'edat - Barcelona 2020



Font: Ajuntament de Barcelona, a partir de dades de l'Enquesta Òmnibus 2020.

La soledat és considerada per l'OMS una de les epidèmies més importants del segle XXI

En aquest cas concret, les persones joves manifesten sentir o patir aquest sentiment de soledat amb una proporció més gran que les persones de més edat. I és que la soledat és considerada per l'OMS una de les epidèmies més importants del segle XXI (World Health Organization, 2021; Organització Mundial de la Salut, 2015). Per això es considera un repte per a tota la societat, i l'àmbit de les polítiques locals és assenyalat com un dels espais on es poden impulsar actuacions estratègiques per fer-hi front.

Convé diferenciar, però, la soledat de l'aïllament social, tot i que poden estar estretament relacionats. La soledat s'entén com un desajust entre la quantitat i la qualitat de les relacions socials que tenim i les que voldríem tenir. Una de les definicions més referenciades és la que formulen De Jong Gierveld, Van Tilburg i Dykstra (1987) quan la defineixen com una situació experimentada

per l'individu com una manca desagradable o inadmissible de (qualitat de) certes relacions. Fa referència, doncs, a situacions en què el número de relacions existents és menor del que es considera desitjable o admissible, així com també situacions en què la intimitat que es desitja no s'ha assolit. Es tracta d'un sentiment subjectiu i poc desitjat; una percepció subjectiva de la persona respecte de les seves expectatives. Això vol dir que estar sol o sola no necessàriament és indicador de patir soledat. Alhora implica que persones amb vides molt similars puguin tenir diferents vivències i sentiments (Killeen, 1998). Segons el mateix autor, l'autoimatge i l'autoconcepte, per exemple, són elements que poden influir en aquest sentiment. L'aïllament social, en canvi, es pot concebre quan la xarxa familiar o d'amistats d'una persona és petita, o està allunyada, o suscita poca confiança de donar suport en cas de necessitat (Yanguas et al., 2019). Es tracta d'un estat objectiu, que fa referència a la xarxa social de cada persona i a la freqüència de contactes. Es relaciona directament amb la pèrdua de xarxa social i la síndrome de Hikikomori (Binaghi, 2020; Álvarez de Mon et al., 2019; Berman & Rizzo, 2018).



Convé diferenciar la soledat de l'aïllament social, tot i que poden estar estretament relacionats

Des del 2020 l'Ajuntament de Barcelona va establir l'*Estratègia municipal contra la soledat 2020-2030*. Una de les línies establertes es concreta a "Desplegar recursos i serveis per prevenir, detectar i atendre les situacions de soledat" (Ajuntament de Barcelona, 2021). I l'objectiu que es proposa és justament "Dotar d'eines a professionals que estan en contacte amb persones per detectar, prevenir i intervenir en casos de soledat, especialment pel que fa a la intervenció en escenaris de transició vital que impliquen un major nivell de risc en relació amb la soledat". La situació apuntada inicialment a la ciutat de Barcelona i l'estratègia municipal establerta per fer-hi front són el punt de partida de la guia i el treball que aquí es presenta. Es parteix d'una visió transversal per a totes les àrees de l'Ajuntament amb la voluntat de disposar de material i d'estratègies adequades per donar resposta als i les joves que es troben en aquesta situació. La guia es proposa, doncs, com un recurs per facilitar que la mirada de la soledat estigui present en la intervenció amb les persones adolescents i joves. Per això es pretén que inclogui i concreti orientacions pràctiques per als diferents professionals que s'adrecen a aquest col·lectiu des de diferents serveis i alhora ajudi a l'establiment de vincles que permetin lluitar contra la soledat en el període de l'adolescència i la joventut.

La *Guia per a la prevenció, detecció i acompanyament d'adolescents i joves en situacions de soledat* (Soler, Iglesias i Espona, 2021) es concep com un material útil per a la consulta i orientació específica pel que fa a situacions de soledat o aïllament social. Ha de constituir un eix de treball més, ja sigui des de propostes de prevenció i detecció o des de propostes de seguiment i acompanyament. Per això es creu essencial afavorir la presa de consciència per part dels diferents professionals i contribuir a la incorporació d'aquesta mirada en el conjunt de les polítiques de joventut.

La soledat com a vivència i sentiment entre les persones adolescents i joves

La incorporació de la mirada de la soledat sobre la pràctica socioeducativa durant l'adolescència i la joventut requereix de coneixement sobre el fenomen de la soledat, les seves causes i conseqüències i els factors de protecció i de risc davant d'aquestes situacions. Ferrara *et al.* (2020) apuntaven recentment a la revista de l'Associació Pediàtrica Europea que el fenomen *hikikomori* afecta adolescents i adults joves que decideixen aïllar-se del món exterior, sovint a causa de condicions de risc preexistents. Explicaven que aquestes persones es tanquen durant dies, mesos o inclús anys. En aquest sentit, els membres de l'Associació Europea de Pediatria sobre pediatria social insisteixen en la importància de la prevenció, la detecció precoç i la gestió dels diversos problemes de comportament, desenvolupament i funcionament social que porta implícit aquest fenomen.

La naturalesa de la soledat en els i les joves està vinculada a experiències de frustració i incerteses en la transició cap a l'etapa adulta

Podem trobar situacions en què persones joves no semblin trobar-se soles i siguin les que més pateixin la soledat. El coneixement que els professionals tinguin d'aquests adolescents i joves, així com dels factors i indicadors que poden alertar d'aquesta situació, els pot ser de molta ajuda. Entre altres raons, perquè es tracta d'un sentiment i una vivència molt relacionada amb el moment de transició vital quan és fàcil que pugui manifestar-se d'alguna manera en molts adolescents i joves. L'estudi *La soledat de les persones joves*, realitzat a partir de l'Enquesta a la Joventut de Barcelona 2020, assenyalava que la naturalesa de la soledat en els i les joves està vinculada a experiències de frustració i incerteses en la transició cap a l'etapa adulta (Mari-Klose i Escapa, 2021).

El *hikikomori* és un terme japonès que podem relacionar amb l'aïllament social i que pot ser una conseqüència de la situació de soledat i del context social i cultural que experimenten alguns joves, entre altres causes (Berman i Rizzo, 2019). No és una problemàtica exclusiva de la cultura japonesa sinó que aquesta patologia s'ha estès a molts altres països, inclòs Espanya (Álvarez de Mon, Pereira Sánchez, de Anta i Quintero, 2019; Malagón-Amor, Córcoles-Martínez, Martín-López i Pérez-Solà, 2015; Ovejero, Caro-Cañizares, de León-Martínez i Baca-García, 2014; Latorre, Calvo i Ruiz, 2016), i la seva presència és un clar indicador d'una malaltia social que té molt a veure amb el nostre estil de vida i l'exigència social (Voiskunskii i Soldatova, 2019; Hamasaki, Pionnié-Dax, Dorard, Tajan i Hikida, 2020). Es tracta, doncs, d'una forma extrema d'aïllament social.

Cal tenir en compte que la soledat és una realitat sovint amagada, poc acceptada socialment (Killeen, 1998), i probablement per això oblidada o considerada una problemàtica que bàsicament afecta les persones grans que *es queden soles*. Si bé aquesta percepció és real, cal dir que hi ha moltes altres persones, entre elles adolescents i joves, que també pateixen aquest senti-

ment. L'estudi realitzat per la Càtedra Amoris Laetitia en col·laboració amb la Fundació Casa de la Família el gener del 2020 (just abans de l'impacte de la pandèmia), centrat en la Comunitat de Madrid (Vidal i Halty, 2020), conclou que el sentiment de soledat augmenta a mesura que s'és més jove, anant del 14,7% entre les persones majors de 60 anys al 31% en els joves menors de 30 anys. Així doncs, segons aquest estudi el sentiment de soledat és doble entre les persones joves, i confirma també que els joves se senten menys satisfets amb la seva vida (54,6% de satisfacció en els joves davant una mitjana del 70% en el conjunt de la població) i que pateixen més aïllament social (5% en el cas dels joves i 3% de mitjana en el conjunt de la població). També la soledat intensa en el treball la pateixen més els treballadors joves (8%). D'alguna manera es reforça la tendència assenyalada en els resultats de l'Enquesta Òmnibus de l'Ajuntament de Barcelona, que ja hem presentat a l'inici d'aquest article, i s'accentua l'impacte entre els joves. Des d'una perspectiva internacional i comparada, aquesta és una tendència que té lloc a altes contextos. Per exemple, al Regne Unit també s'evidencia que són les persones joves les que se senten soles amb més freqüència (Government UK, 2018). Va ser aquest mateix país el pioner alhora de crear, l'any 2018, un Ministeri contra la Soledat i dissenyar la seva pròpia Estratègia Nacional contra la soledat.

Davant el fenomen de la soledat és important afegir-hi una mirada antropològica. Hi ha diferències culturals importants en la vivència d'estar en situació de soledat, o en com s'analitzen i quin valor tenen les relacions socials (de Jong & Van Tilburg, 2006; Killeen, 1998). En països de l'àrea mediterrània, per exemple, es valora molt la família i les amistats, però en alguns països de contextos anglosaxons, el fet d'estar separats de la família i els amics i fer molts canvis de residència al llarg de la vida es veu com un fet normal i, per tant, la vivència subjectiva que es té és molt diferent. És important saber contextualitzar bé les identifications culturals de cada família i ser respectuosos amb les formes de pensar i viure de cada persona i identitat cultural. De fet, estar sol o sola, ja hem comentat que no és sinònim de patir soledat.

La soledat també pot generar i pot ser la causa de diverses problemàtiques (Killeen, 1998) i alhora pot ser també la conseqüència d'algunes d'aquestes mateixes problemàtiques. Aquest pot ser el cas de l'aïllament social. Cal, per tant, realitzar l'anàlisi concreta i destriar les causes i les conseqüències de cada situació de soledat. Per exemple, moltes persones amb un problema d'alcoholisme pateixen soledat. Ara bé, l'alcoholisme pot ser a la vegada causa i conseqüència de soledat. Es pot començar a beure per omplir el buit que provoca la soledat, però el fet de beure pot fer disminuir el nombre de relacions socials que es tenen. De fet, diferents treballs de Killeen (1998) aborden aquesta mateixa relació de causa – conseqüència amb la soledat a partir d'àmbits com problemes d'ansietat; problemes de salut mental; malalties sensorials; hàbits no saludables; addiccions; nivells alts de tensió o trets de la personalitat com la timidesa. Coincidint amb aquest darrer àmbit, de



La soledat és una realitat sovint amagada, poc acceptada socialment, i probablement per això oblidada o considerada una problemàtica que bàsicament afecta les persones grans que *es queden soles*

Jong & Van Tilburg (2006) constaten que les persones amb poques habilitats socials i pocs recursos psicològics tenen més dificultats per establir i mantenir relacions amb altres persones i, per tant, poden sentir-se soles.

Els factors de risc són les transicions socials, l'aïllament, no tenir ningú amb qui contactar, les diferències de grup, les expectatives socials, la visió d'altres companys, el malestar, les emocions negatives, les experiències destructives anteriors o una imatge negativa d'un mateix

Normalment la soledat és progressiva. Conèixer les possibles causes pot ajudar a una detecció precoç dels elements i factors que incideixen en l'aparició i desenvolupament d'aquesta vivència, establint accions de prevenció (Sundqvist i Hemberg, 2021). És important conèixer els factors de protecció que són els que es reconeixen com a bones estratègies o recursos, ja que afavoreixen la protecció o la prevenció i, per tant, poden actuar com a mecanisme de protecció davant de situacions de risc. Al respecte, el treball educatiu ha de tenir molt present aquestes estratègies i recursos, justament per posar-los en joc i incorporar-los en les pràctiques d'intervenció socioeducativa. També, els factors de risc, que són aquells elements que es poden considerar potencialment determinants en la generació o aparició de situacions o vivències de soledat. Convé tenir-los presents perquè poden ajudar-nos a identificar contextos, situacions o persones que poden trobar-se en una situació que fàcilment pot induir a la soledat o a l'aïllament social. En aquest sentit, el mateix treball de Sundqvist i Hemberg (2021) detecta entre els factors de risc de la soledat involuntària en joves d'entre 17 i 28 anys: les transicions socials, l'aïllament, no tenir ningú amb qui contactar, les diferències de grup, les expectatives socials, la visió d'altres companys, el malestar, les emocions negatives, les experiències destructives anteriors o una imatge negativa d'un mateix.

Finalment, és també important comptar amb una mirada comunitària (Yanguas et al., 2019; Carrera & Bancells, 2018) per lluitar contra la soledat. Aquesta perspectiva àmplia i de conjunt pot aportar molta informació sobre els factors de risc i, sobretot, de protecció. La comunitat esdevé un dels principals factors de protecció (Cevallos, Osiàs i Torrico; 2020). Establir vincles de qualitat i proximitat amb la comunitat és essencial per prevenir situacions de soledat i afavorir la participació dels adolescents i joves (Checkoway et al., 2020; Mandel i Princeswal, 2010). Una comunitat forta, ben enxarxada, amb espais públics que no oblidin la seva funció relacional de qualitat entre els veïns i veïnes, esdevé sens dubte un antídote per aquesta epidèmia. És important promoure barris que cuidin les persones que hi viuen, entenen, tal com comenta Pié (2019), que les cures s'han de reivindicar des d'una perspectiva holística, que tingui en compte tots els espais, actors i activitats de la comunitat, conceptualitzant les cures com una manera de ser amb els altres i d'afrontar problemàtiques conjuntament. Per això és essencial que la perspectiva comunitària sigui un dels eixos vertebradors de tota acció que lluiti contra la soledat.

Metodologia

El procés metodològic d'elaboració de la guia ha estat marcat per la voluntat d'elaborar un recurs pràctic i capaç de respondre a les necessitats dels equips professionals que treballen en l'àmbit de l'adolescència i la joventut. En conseqüència, s'estableixen les següents quatre fases de treball.

- a) Procés de revisió bibliogràfica, tant de fonts d'informació i documents proporcionats per l'Ajuntament de Barcelona, com d'altres fonts recopilades a partir de la recerca bibliogràfica realitzada. La cerca es realitza a partir de les paraules clau *joves, soledat, aïllament social, xarxa social i relacions socials*, i el seu equivalent en castellà i anglès. L'objectiu d'aquesta revisió és doble. Per una banda, aprofundir en el coneixement del fenomen de la soledat i detectar elements que actuen com a factors de risc i de protecció de situacions de soledat en aquests col·lectius. I, d'altra banda, recopilar elements d'èxit relatius a pràctiques i experiències internacionals en què s'ha treballat aquesta temàtica, com per exemple el Regne Unit. Tota la informació recollida s'ha classificat en diferents àmbits de la vida de les persones adolescents i joves i també s'ha diferenciat entre aquells elements relatius a l'augment del risc de patir soledat i els que el disminueixen.
- b) Elaboració d'una primera proposta de recomanacions i orientacions. Per a la seva materialització, s'han considerat les diferenciacions entre els àmbits i els moments d'actuació. És a dir: *abans* que aparegui la situació de soledat, actuacions que tenen a veure amb la prevenció, el diagnòstic i la informació; *durant*, és a dir, un cop s'ha detectat la situació, actuacions que a la pràctica permeten realitzar seguiment i tractament; i *després*, actuacions amb voluntat de seguiment, registre i difusió. Aquest tercer moment s'ha inclòs com un apartat transversal que pot afectar el conjunt de les actuacions.
- c) Incorporació de l'opinió i les necessitats dels equips professionals susceptibles d'utilitzar la guia. El marc de participació ha estat a través de la jornada "Ens posem les ulleres: la soledat també va de joves", celebrada el dia 11 de desembre de 2020 i organitzada per la Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans de l'Ajuntament de Barcelona en el marc de l'Estratègia Municipal contra la Soledat 2020-2030. La jornada va oferir un espai per reflexionar, analitzar i compartir estratègies i recursos per atendre aquestes situacions. Aquest material ha estat una font d'informació i validació de les orientacions i pautes que figuren a la guia. La jornada va permetre donar visibilitat a la necessitat d'incorporar la mirada de la soledat al conjunt d'accions socioeducatives que s'impulsen en l'àmbit de l'adolescència i la joventut. Va estar ben acollida i hi van participar prop de cent cinquanta professionals d'acció social, ensenyament, educació, salut i altres camps de treball amb joves. La me-



Una comunitat forta, ben enxarxada, amb espais públics que no oblidin la seva funció relacional de qualitat entre els veïns i veïnes, esdevé sens dubte un antídoto per aquesta epidèmia

metodologia utilitzada fou participativa a partir de la dinamització de deu grups de treball: dos per cada àmbit de la guia i dos d'específics per analitzar i centrar l'atenció en l'afectació de la covid en aquesta temàtica. A partir d'una pauta inicial (vegeu figura 1), els grups formulaven les seves recomanacions i proposaven estratègies connectant la seva acció professional amb els plantejaments de la guia.

- d) Desenvolupament de cadascuna de les orientacions i recomanacions de la guia amb propostes pràctiques que recullin aportacions de la mateixa jornada de treball. En aquest desplegament hi ha hagut diferents variables que hem procurat tenir en compte perquè són determinants a l'hora de parlar de la soledat. No és el mateix un jove de setze anys que un de vint-i-vuit. També la qüestió de gènere condiona aquesta vivència. Així doncs, a l'hora de desenvolupar les orientacions de la guia s'ha procurat tenir presents aquestes perspectives i fer-hi incidència. Un cop ja elaborada una versió més avançada de la guia s'ha procedit a validar-la per part de professionals del Departament de Joventut de l'Ajuntament de Barcelona i del Consell Assessor Científic contra la Soledat (CACCS).

Figura 1: Exemple d'una de les quatre modalitats de fitxes que es van treballar a la jornada "Ens posem les ulleres: la soledat també va de joves"

Àmbit de la persona jove	
<p>Es tracta de l'àmbit de vida personal i individual, que defineix la persona jove i des del qual es relaciona amb els altres àmbits. Inclou aquells aspectes que estan més vinculats a les característiques personals de cada adolescent o jove. Hi podem situar els projectes de vida propis, les problemàtiques de salut, els trets de personalitat, la vida quotidiana o la rutina que realitza, la distribució del temps, etc. Per exemple, accions destinades a acompanyar persones adolescents i joves amb problemes de relació o comunicació, o accions que permetin dotar els adolescents i joves d'eines personals que els ajudin a afrontar o detectar situacions d'aïllament o soledat.</p>	
<p>Accions de prevenció i detecció de casos d'aïllament o soledat</p> <p>Són aquelles accions que els professionals realitzen amb l'objectiu de prevenir futures situacions d'aïllament o soledat i que alhora poden servir també per detectar o identificar casos que ja pateixen aquestes situacions. Us demanem que apunteu en aquesta taula aquelles orientacions, pautes, recomanacions o propostes que penseu que es poden fer des d'aquest àmbit (amb la intenció d'incidir sobre la persona adolescent o jove) i que estiguin plantejades, en aquest cas, des de la perspectiva de prevenció o detecció.</p>	
Títol (frase o paraules clau)	Explicació breu de la proposta

Accions d'actuació i seguiment de casos d'aïllament o soledat

Són aquelles accions que els professionals realitzen amb l'objectiu d'atendre casos d'aïllament o soledat. Es tracta d'identificar les actuacions, pautes, activitats o processos que cal portar a terme quan hem de donar resposta a adolescents o joves que pateixen aquestes situacions. Us demanem que apunteu en aquesta taula les accions, orientacions, pautes, recomanacions o propostes que penseu que es poden fer des d'aquest àmbit (amb la intenció d'incidir sobre la persona adolescent o jove) i que estiguin plantejades, en aquest cas, des de la perspectiva d'actuació o seguiment.

Títol (frase o paraules clau)	Explicació breu de la proposta

Amb quins recursos comptaríeu?

Ens agradaria conèixer quins recursos de l'entorn (entitats, serveis, etc.) creieu que poden ser útils i seria bo de treballar conjuntament si es detecten situacions de soledat en adolescents i joves.



Font: Jornada "Ens posem les ulleres: la soledat també va de joves". Ajuntament de Barcelona, 2020.

Resultats

A continuació es distingeixen els resultats d'aquest procés de treball segons el moment de la seva realització.

Resultats que es desprenen de les jornades de treball amb professionals

Relatius a perfils de joves

S'identifiquen perfils de joves amb més probabilitat de patir soledat. Concretament, joves migrats amb poca o nul·la xarxa de suport, sense documentació i, per tant, amb dificultats per participar en activitats laborals i acadèmiques. També, persones joves que no estudien o treballen, les que no tenen xarxa d'amistats, les que es troben en una situació econòmica difícil i les persones amb diversitat funcional. En aquest últim cas, s'han detectat situacions que s'han agreujat arran de la pandèmia per covid-19.

Relatius a estratègies per a la detecció, prevenció i seguiment de la soledat

Es considera també útil la creació de grups de suport entre les persones joves que pateixen soledat o que comparteixen situacions i experiències que els hi podrien dur

Es proposen estratègies que en comú s'orienten a la generació i cura de relacions entre els professionals i joves i entre ells mateixos. Es considera que la confiança esdevé un factor clau per a l'emergència de situacions de soledat i per al seu acompanyament emocional. També es proposen estratègies que, a partir de la creació de xarxes de suport, s'encaminin a l'escolta activa i el suport entre les famílies de les persones joves que pateixen soledat. En aquesta mateixa direcció, es considera també útil la creació de grups de suport entre les persones joves que pateixen soledat o que comparteixen situacions i experiències que els hi podrien dur. A més, les activitats grupals que generen relacions entre joves, amb o sense el comú denominador de patir soledat, són concebudes pels professionals com a estratègies útils per a la generació de pertinències. També, com l'oportunitat per a treballar factors de protecció i enfortiment de les xarxes interpersonals entre les persones joves. Com a estratègia comuna, es considera que seria útil disposar d'un llistat d'indicadors de risc de soledat, ja que facilitaria la detecció d'aquestes situacions i, per tant, l'actuació àgil en moments específics.

Des d'una perspectiva comunitària, es considera necessari incorporar la visió de les relacions socials al disseny de l'espai públic, ja que si aquest es caracteritza per ser amable i pensat per a la vida en comú, contribueix a la reducció del risc de patir soledat. Els professionals també consideren que la participació en el lleure educatiu de base comunitària esdevé una eina

estratègica de prevenció de la soledat i d'aïllament social. En comú, els i les professionals constaten la necessitat de conèixer amb precisió els recursos de l'entorn tant pel treball col·laboratiu com per orientar els i les joves segons les seves necessitats.

Finalment, els i les professionals assenyalen algunes condicions que al seu entendre garanteixen una millor actuació i acompanyament socioeducatiu: reforçar la detecció a les escoles i instituts, posant l'èmfasi en els moments i processos de transició educativa; promoure l'observació com a estratègia útil per a la detecció de situacions de soledat i potenciar l'ús de les tecnologies i les xarxes socials per apropar-se a les persones joves i fer-ne seguiment, especialment en aquells moments o situacions més crítics. En resum, els professionals valoren positivament aquells recursos que permeten una relació directa entre joves i professionals a partir d'un accés àgil. Igualment, s'identifica la necessitat de més serveis i suports orientats a la franja de majors de vint anys, ja que es troben de ple en un procés de transició, amb cerca de feina i desig d'emancipació. De fet, s'insisteix en el fet que les dificultats per a la materialització d'una transició real poden esdevenir un factor crític que accentuï la vivència de soledat, aspecte reforçat per les dades obtingudes en la mateixa enquesta a la joventut de Barcelona 2020 (Marí-Klose i Escapa, 2021).



Els professionals valoren positivament aquells recursos que permeten una relació directa entre joves i professionals a partir d'un accés àgil

Resultats globals: la guia com a producte final

Del conjunt del procés realitzat s'ha materialitzat una guia senzilla amb un format que pretén promoure'n la consulta pràctica. Després d'una primera part que introdueix la soledat, es presenten un total de trenta-una orientacions i recomanacions a partir de quatre àmbits connectats entre ells. Considerant que el concepte de soledat es troba estretament vinculat a les relacions socials que cada persona estableix, s'ha tingut en compte aquest criteri a l'hora d'ordenar i presentar les orientacions i pautes. Concretament, les orientacions tenen a veure tant amb accions que afecten la persona adolescent o jove, com també amb propostes que impliquen les persones properes al seu entorn i al context on es produeixen les relacions. Els àmbits que finalment ordenen l'estructura de la guia són:

- *Àmbit de la persona jove*: es tracta de l'àmbit de vida personal i individual, que defineix la persona jove i des del qual es relaciona amb els altres àmbits. Inclou aquells aspectes que estan més vinculats a les característiques personals de cada adolescent o jove. S'hi poden situar, per exemple, els projectes de vida propis, les problemàtiques de salut, els trets de personalitat, la vida quotidiana, les rutines o la distribució del temps.
- *Àmbit de la xarxa de convivència*: es tracta de l'àmbit que inclou aquells aspectes més relacionats amb l'espai on els joves i adolescents viuen i amb les persones amb qui conviuen. S'hi poden vincular les relacions

amb el nucli familiar, les relacions afectives o de parella, la situació socioeconòmica del nucli de convivència o les característiques de l'habitatge on viuen, tenint en compte també els centres residencials o penitenciaris.

- *Àmbit de la xarxa de relacions quotidianes de proximitat*: inclou aquells aspectes que estan més vinculats a les relacions que les persones joves i adolescents estableixen fora del seu nucli de convivència. S'hi poden ubicar les relacions amb amigats, les esferes d'estudi i treball, l'ús que fan de les xarxes socials i les seves activitats d'oci. Es tracta de l'àmbit que fa referència a totes aquelles relacions properes amb qui, tot i no conèixer-les, es comparteix molt de temps.
- *Àmbit de la dimensió comunitària*: inclou aquells aspectes que estan més vinculats a l'entorn comunitari on els adolescents o joves viuen i interaccionen amb altres persones. S'hi poden incloure l'ús i l'organització de l'espai públic, la mobilitat, la relació amb el veïnatge, les entitats i les associacions de barri, el rol dels equipaments públics i dels professionals de joventut, entre d'altres.

Cada una de les orientacions de la guia es classifica en dos criteris bàsics que permeten valorar el treball educatiu a realitzar: si s'orienta al treball de detecció o prevenció o si la seva naturalesa té a veure amb un treball d'acompanyament a situacions de soledat ja detectades i que requereixen d'acció socioeducativa. Alhora, els dos supòsits es relacionen amb dos criteris que es presenten com a essencials en l'abordatge de les situacions de soledat: els factors de risc i els factors de protecció.

Es fa referència a
propostes
plantejades per
prevenir situacions
de soledat, ja sigui
evitant l'existència
de factors de risc
o generant
condicions
protectores per al
benestar de les
persones joves

Així, en relació amb les orientacions per a la detecció o prevenció es fa referència a propostes plantejades per prevenir situacions de soledat, ja sigui evitant l'existència de factors de risc o generant condicions protectores per al benestar de les persones joves. També estan orientades a l'anàlisi o diagnòstic de situacions considerades rellevants des del punt de vista de la soledat. Alhora, les orientacions per a l'acompanyament o seguiment estan plantejades per al desenvolupament d'un treball continuat per part dels professionals. En funció de la diversitat de situacions, la intervenció es focalitza en la connexió continuada de les persones joves amb àmbits del seu entorn, a partir d'un marc de planificació professional més enllà d'accions puntuals.

Concretament, a la guia, per tal de diferenciar a quin tipus de treball es fa referència, s'utilitzen els següents símbols davant de cada orientació:



Treball de detecció o
prevenció



Treball d'acompanyament o
seguiment



Treball de detecció o
prevenció o
d'acompanyament o
seguiment

Cada recomanació es desenvolupa plantejant propostes pràctiques d'actuació. A continuació i a tall d'exemple, se'n destaquen quatre que corresponen a cada un dels àmbits. També es mostra el seu desenvolupament amb l'objectiu de veure'n l'estructura i algunes de les recomanacions més rellevants.

En primer lloc, pel que fa a l'àmbit de la persona jove, cal considerar que les onze recomanacions que s'hi presenten tenen a veure especialment amb el fet de conèixer més la persona jove: per exemple, les relacions, hàbits o factors de risc que acumula. També en propostes d'actuacions que permetin crear espais de confiança, formació i relacions amb altres persones.



Construir un mapa relacional d'aquelles persones joves o adolescents que creiem que pateixen soledat o aïllament:

- Analitzar les seves relacions socials segons paràmetres de quantitat i qualitat (familiars, amigats, persones amb qui es troba, etc.).
- Posar especial atenció en la detecció de la “dieta” que configuren els seus hàbits de relació i la detecció de persones significatives, de confiança, que en moments crítics o d'angoixa poden apropar-s'hi, parlar-hi o acompanyar-les.

En segon lloc, pel que fa a l'àmbit de la xarxa de convivència, les cinc propostes que el conformen es focalitzen en l'aprofundiment sobre el coneixement que es té de la persona jove, en relació amb aspectes del seu nucli de convivència i la seva xarxa de relacions. També s'aborda l'acompanyament de la gestió de la vida quotidiana. L'exemple que es presenta a continuació fa referència a una acció que té a veure tant amb la detecció o prevenció com amb l'acompanyament o seguiment.



Desenvolupar estratègies que assegurin el **benestar físic i emocional** de les persones al lloc on viuen:

- Oferir suports a les famílies de les persones adolescents i joves com ara: informació sobre recursos on trobar ajuda de tipus psicològica, econòmica o emocional; formació i assessorament sobre com fer front a la soledat; orientacions per a promoure espais de trobada i comunicació dins la família; treball amb grups de famílies i establiment de xarxes de relació i cooperació entre elles; etc.

- Promoure accions per acompanyar aquelles persones que no volen/poden viure soles o que tenen problemes amb qui conviu i busquen alternatives. Per exemple, consultori de problemes amb companys de pis o espai per a intercanviar anuncis per buscar companys de pis.
- Generar espais per a joves majors de vint anys que atenguin les inquietuds i incerteses derivades dels processos d'emancipació propis d'aquesta etapa.

En tercer lloc, pel que fa a l'àmbit de la xarxa de relacions quotidianes de proximitat, s'hi presenten set recomanacions. Aborden aspectes relatius a situacions d'aïllament i assetjament per part d'iguals, així com els àmbits d'amistat, treball, estudis, xarxes socials o relacionals. A continuació es presenta una orientació basada en la detecció o prevenció.



Posar atenció en aquelles persones joves i adolescents que tenen risc de patir aïllament de la seva **xarxa d'amistats**:

- Promoure accions per acompanyar aquelles persones que no volen/poden viure soles o que tenen problemes amb qui conviu i busquen alternatives. Per exemple, consultori de problemes amb companys de pis o espai per a intercanviar anuncis per buscar companys de pis.
- Afavorir, a través d'informació i activitats de formació, que les persones adolescents i joves estiguin alerta i puguin detectar situacions de soledat en el seu entorn proper.

Finalment, l'àmbit de la dimensió comunitària presenta vuit recomanacions relatives al coneixement de l'entorn comunitari de la persona jove, el treball en xarxa i actuacions que reforcen la connexió entre la persona jove i les oportunitats de relació que ofereix la comunitat. En són un exemple les condicions de mobilitat de les persones joves, que precisament aborda la següent recomanació d'acompanyament i seguiment.



Quan sigui necessari, construir un **mapa geogràfic** de la distància física entre la persona jove i la seva xarxa de suport:

- Conèixer la distància a què es troben aquells joves en vivència de soledat o aïllament social, partint del lloc on viuen, dels seus familiars, amistats, serveis bàsics, escola, feina.

- Detectar les facilitats o dificultats de transport que poden tenir per apropar-se, quan ho necessitin, a la seva xarxa de suport (disponibilitat de transport, proximitat, horaris, recursos econòmics, etc.).
- Promoure activitats que posin en contacte persones properes geogràficament per tal de facilitar noves coneixences i amistats que permetin que la persona jove estableixi relacions de suport més properes.
- Facilitar a les persones joves que ho necessitin informació i recursos per millorar la seva mobilitat (compartir cotxe, ajudes de transport, etc.).



Seguidament, la guia incorpora algunes qüestions clau per convidar a la reflexió. Concretament es proposen dues qüestions per a cada àmbit i tenen una funció d'autoavaluació sobre les actuacions que s'estan duent a terme per detectar situacions de soledat o acompanyar les persones joves. També compleixen una funció d'anàlisi davant la situació de partida del grup d'adolescents i joves amb qui es treballa.



Àmbit de la persona jove

- Coneixem amb qui i com es relaciona la persona jove?
- Coneixem quines necessitats i interessos té i amb quins riscos es troba?



Àmbit de la xarxa de convivència

- Coneixem quina és la situació familiar i de convivència de la persona jove?
- Sabem quin és el benestar físic i emocional de la persona jove?



Àmbit de la xarxa de relacions quotidianes de proximitat

- Coneixem si la xarxa d'amistats de la persona jove produeix relacions sanes i positives?
- Coneixem si la persona jove necessita suports específics davant d'objectius personals?



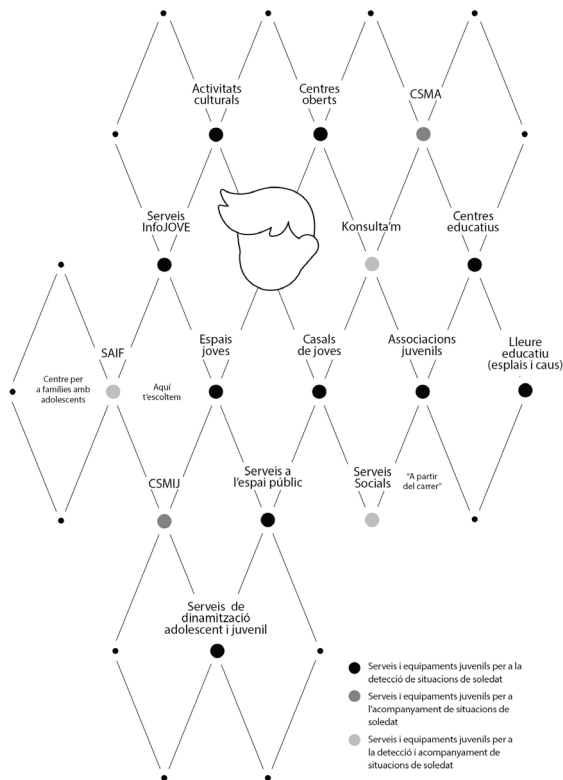
Àmbit de la dimensió comunitària

- Treballem de manera conjunta amb altres professionals i serveis del territori?
- Sabem si la persona jove coneix els serveis i oportunitats que li ofereix el seu entorn comunitari de referència?

La finalitat d'aquesta darrera part de la guia és reforçar la idea de la necessitat del treball en xarxa i el plantejament comunitari davant el fenomen de la soledat

Finalment i a mode de tancament, es proposa un recull gràfic de diferents recursos i serveis de l'entorn més proper per a la configuració d'aliances professionals. Alguns d'aquests recursos apareixen també durant la jornada de treball amb professionals abans referenciada. Hi ha equipaments i serveis juvenils que poden detectar casos de soledat amb adolescents i joves, i d'altres tenen una funció més d'acompanyament i seguiment d'aquestes situacions. La finalitat d'aquesta darrera part de la guia és reforçar la idea de la necessitat del treball en xarxa i el plantejament comunitari davant el fenomen de la soledat. Es presenta, doncs, un punt de partida per consolidar una xarxa que serveixi de suport a adolescents i joves davant de situacions de soledat, i on la persona jove es trobi al centre d'aquesta xarxa (vegeu figura 2).

Figura 2. Xarxa inicial de suport als adolescents i joves davant de situacions de soledat



Font: Soler, Iglesias i Espona, 2021, p. 56.

Reflexions finals

La guia que resulta després del treball que acabem de presentar (Soler, Iglesias i Espona, 2021) té la voluntat d'esdevenir un recurs accessible i compartit entre aquells professionals que treballen en l'àmbit de les persones adolescents i joves. No obstant això, no pretén ser un text d'aplicació automàtica al marge del context singular en què intervé el conjunt de professionals. És clar que, en cada cas particular (equipament, programa, servei, etc.), les pautes i orientacions que s'hi presenten han de ser revisades i adaptades a les possibilitats i necessitats d'aplicació a partir d'una reflexió i valoració prèvia dels i de les professionals.

Tal com ja s'ha exposat a l'inici d'aquest treball, tant la soledat com l'aïllament social mereixen una atenció especial. No només per l'impacte que poden acabar provocant en els adolescents i joves que el pateixen, sinó també per l'extensió que aquesta nova epidèmia està assolint. En els casos més greus cal, per descomptat, suport mèdic i psicològic, però la tasca educativa és fonamental per prevenir i acompanyar molts dels adolescents i joves que a vegades se senten sols o que pateixen situacions d'aïllament social per diferents raons. La tasca diària de moltes figures educatives en l'àmbit acadèmic, del lleure, de l'esport, de la cultura, de la participació social i els espais de participació i protagonisme dels adolescents i joves en aquests àmbits, és fonamental per combatre aquesta epidèmia, i es converteix en el millor antídote per evitar-la.

La construcció de vincles afectius entre professionals i adolescents i joves, basats en el reconeixement mutu i en la potència de la relació educativa, és un dels nuclis centrals de qualsevol acompanyament socioeducatiu. No obstant això, cal concebre el fenomen de la soledat com una de les principals amenaces cap al mateix acompanyament, ja que sentir-se en situació de soledat acostuma a emmarcar-se en una espiral o dinàmica en què les persones adolescents i joves que la pateixen assumeixen l'aïllament social com a propi de l'entorn quotidià. Els i les professionals han d'assumir, doncs, el repte de ser visibles, propers i connectors entre les persones joves i un entorn que hauria d'estar dotat de sentit i valor personal per a les persones joves.



La guia que resulta després del treball que acabem de presentar té la voluntat d'esdevenir un recurs accessible i compartit entre aquells professionals que treballen en l'àmbit de les persones adolescents i joves

Pere Soler-Masó

Liberi. Grup de Recerca en Infància, Joventut i Comunitat
Institut de Recerca Educativa
Universitat de Girona
pere.soler@udg.edu

Edgar Iglesias Vidal

Liberi. Grup de Recerca en Infància, Joventut i Comunitat
Institut de Recerca Educativa
Universitat de Girona
edgar.iglesiasv@udg.edu

Berta Espona Barcons
 Liberi. Grup de Recerca en Infància, Joventut i Comunitat
 Institut de Recerca Educativa
 Universitat de Girona
 bertaespona@gmail.com

Bibliografia

Ajuntament de Barcelona (2020). *Diagnosi de la soledat a Barcelona*. Observatori de la Soledat. Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans. Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Barcelona.

Ajuntament de Barcelona (2021). *Estratègia municipal contra la soledat 2020-2030*. Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans. Ajuntament de Barcelona.

Álvarez de Mon, M. A., Pereira, V., de Anta, L. i Quintero, J. (2019). Aislamiento social prolongado. Hikikomori: un fenómeno creciente en Occidente. *Medicine – Programa de Formación Médica Continua Acreditado*, 12(92), 5427–5433. <https://doi.org/10.1016/j.med.2019.12.005>

Berman, N. i Rizzo, F. (2018). Unlocking Hikikomori: an interdisciplinary approach. *Journal of Youth Studies*, 22(6), 791-806. DOI: 10.1080/13676261.2018.1544416.

Binaghi, G. (2020). La sindrome degli Hikikomori. *Rivista Di Scienze Sociali*. 21. https://www.rivistadiscienzesociali.it/la-sindrome-degli-hikikomori/#_edn3

Cevallos Correa, F., Osíás Valverde, M. i Torrico Catalan, J. (2020). Conectar y fortalecer la comunidad desde la participación y el liderazgo juvenil: Experiencia del proyecto Esfera Jove de la Fundación Marianao. *RES, Revista de Educación Social*, 30, 303-315.

Carrera, E. i Bancells, Q. (2018). *Solituds. Una reflexió sobre solitud, aïllament i relacions socials*. Consorci d'Acció Social de la Garrotxa.

Checkoway, B., Richards-Schuster, K., Abdullah, S., Aragon, M., Facio, E., Figueroa, L., Reddy, E., Welsh, M. i White, A. (2003). Young people as competent citizens. *Community Development Journal*, 38 (4), 298–309, <https://doi.org/10.1093/cdj/38.4.298>

de Jong, J. i Van Tilburg, T. (2010). The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness: tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European Journal Ageing*, 7, 121-130. DOI 10.1007/s10433-010-0144-6

de Jong Gierveld, J., Van Tilburg, T. i Dykstra, P. (2018). Loneliness and Social Isolation. Dins: A. Vangelisti i D. Perlman (Eds.). *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (p. 485-500). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511606632.027>

Ferrara, P., Franceschini, G., Corsello, G., Mestrovic, J., Giardino, I., Sacco,

- M., Vural, M., Pettoello-Mantovani, M. i Pop, T. L. (2020). The Hikikomori Phenomenon of Social Withdrawal: An Emerging Condition Involving Youth's Mental Health and Social Participation. *Journal of Pediatrics*, 225, 286–288. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.06.089>
- Government UK (2018). *A connected society A strategy for tackling loneliness – laying the foundations for change*. Department for Digital, Culture, Media and Sport. Parliament Street London. <https://www.gov.uk/government/publications/a-connected-society-a-strategy-for-tackling-loneliness>
- Hamasaki, Y., Pionnié-Dax, N., Dorard, G., Tajan, N. i Hikida, T. (2021). Identifying Social Withdrawal (Hikikomori) Factors in Adolescents: Understanding the Hikikomori Spectrum. *Child Psychiatry and Human Development*, 52, 808-817. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01064-8>
- Killeen, C. (1998). Loneliness: an epidemic in modern society. *Journal of Advanced Nursing*, 28(4), 762-770.
- Latorre Forcén, P., Calvo Sarnago, A. i Ruiz Lázaro, P. (2016). La gran epidemia actual: Adicció a tecnologies, “Síndrome de Hikikomori.” *Revista de Psiquiatria Infanto-Juvenil*, 33(1), 34–37. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v33n1a4>
- Malagón-Amor, Á., Córcoles-Martínez, D., Martín-López, L. M. i Pérez-Solà, V. (2015). Hikikomori in Spain: A descriptive study. *International Journal of Social Psychiatry*, 61(5), 475–483. <https://doi.org/10.1177/0020764014553003>
- Mandel Butler, U. i Princeswal, M. (2010). Cultures of participation: young people's engagement in the public sphere in Brazil. *Community Development Journal*, 45(3), 335–345. <https://doi.org/10.1093/cdj/bsq027>
- Marí-Klose, M. i Escapa, S. (2021). La soledat de les persones joves. Dins: DIVERSOS AUTORS, *La joventut de Barcelona l'any de la pandèmia. 10 anàlisi de l'Enquesta a la joventut de Barcelona 2020* (p. 152-167). Ajuntament de Barcelona.
- Organització Mundial de la Salut (2015). *Informe mundial sobre l'envelliment i la salut*. OMS.
- Ovejero, S., Caro-Cañizares, I., De León-Martínez, V. i Baca-Garcia, E. (2014). Prolonged social withdrawal disorder: A hikikomori case in Spain. *International Journal of Social Psychiatry*, 60(6), 562–565. <https://doi.org/10.1177/0020764013504560>
- Pié, A. (2019). *La insurrección de la vulnerabilidad. Por una pedagogía de los cuidados y la resistencia*. Edicions de la Universitat de Barcelona.
- Rueda, J. D. (2018). *La soledad en las personas mayores en España. Una realidad invisible*. Fundación Caser. <http://riberdis.cedd.net/handle/11181/6199>
- Soler, P., Iglesias, E. i Espona, B. (2021). *Guia per a la prevenció, detecció i acompanyament d'adolescents i joves en situacions de soledat*. Estratègia municipal contra la soledat 2020-2030. Departament de Joventut. Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans. Ajuntament de Barcelona.
- Sundqvist, A. i Hemberg, J. (2021). Adolescents' and young adults' experiences of loneliness and their thoughts about its alleviation. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 238-255. <https://doi.org/10.1080/102673843.2021.1908903>



- Vidal, F. i Halty, A. (2020). La soledad del siglo XXI. Dins: A. Blanco, A. Chueca, J. A. Lopez-Ruiz i S. Mora (Eds.). *Informe España 2020. Cátedra José María Martín Patino de la Cultura del Encuentro* (p. 90-167). Universidad Pontificia Comillas, Cátedra J. M. Martín Patino.
- Voiskunskii, A. E. i Soldatova, G. U. (2019). Epidemic of loneliness in a digital society: Hikikomori as a cultural and psychological phenomenon. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 27(3), 22-43. <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270303>
- World Health Organization (2021). *Social isolation and loneliness among older people: Advocacy brief*. WHO, ITU, UN.
- Yanguas, J; Cilveti, A.; Hernández, S. i Segura, C. (2019). *Xarxa social i soledat al municipi de Palma. Anàlisi comparada a través del programa sempre acompanyats*. Anuari de l'envelliment. Illes Balears.