



Aprendizajes y buenas prácticas Juventud y soledad

Join Us

Seminario celebrado el 27 de octubre de 2022

Una iniciativa de: 



A la hora de **comunicarse con las personas jóvenes, se hace desde una actitud positiva**, sin hablar de soledad de manera directa. En lugar de preguntar por el sentimiento de soledad, se ofrecen soluciones o recomendaciones para hacer amigos o profundizar las relaciones que ya se han establecido. También se ofrece participar en eventos comunitarios con personas de su misma edad.

Otro aspecto fundamental del método Join Us es **garantizar el contacto entre iguales y otras personas que han experimentado y superado su situación de soledad**. Para estas actividades, organizamos grupos de jóvenes entre 12 y 18 años y entre 18 y 25 años. De este modo, garantizamos que las edades sean similares y se puedan entablar conversaciones con mayor facilidad, haciendo los encuentros más cómodos y asequibles para empezar a poner en práctica las herramientas que ponemos a su disposición desde la entidad.

Programas que ofrece la entidad

Join Us estructura sus cuatro líneas de trabajo en acciones de prevención primaria, secundaria y terciaria.

Join Us on Location

•PREVENCIÓN PRIMARIA

- Se trata de abordar la soledad no deseada de manera preventiva
- Los trabajadores sociales participan en esta etapa
- Se busca formar en materia de soledad a las personas usuarias para que la reconozcan como un problema y puedan detectarla lo antes posible

Join Us Community

•PREVENCIÓN SECUNDARIA

- Grupos con mayor vulnerabilidad, como jóvenes que sufren acoso o que tienen algún tipo de discapacidad
- Lugar de encuentro para compartir experiencias en el que se organizan actividades semanales
- Las conexiones que se crean sirven para que surjan planes fuera del programa

Join Us Online

•PREVENCIÓN TERCIARIA

- En este grupo entran los jóvenes que ya sufren de soledad crónica, aquellos para los que la soledad ya supone un problema
- Reuniones en grupos de ocho personas
- Un trabajador social y un voluntario participan cada semana en las reuniones

Join Us Academy

- Programa anual en el que los jóvenes se reúnen dos veces al mes, acompañados por trabajadores sociales

Aprendizajes, reflexiones finales y buenas prácticas

- ▶ Las personas jóvenes sucumben a una **hiperconectividad fomentada por las redes sociales** que, por una parte, les reportan una fuente de gratificación instantánea, pero por otra son también un canal directo para el acoso escolar.
- ▶ **La población joven que no estudia ni trabaja tiene un mayor riesgo de sufrir soledad**, dada su situación de vulnerabilidad ante una etapa de grandes cambios vitales, en la que hay que tomar decisiones importantes.
- ▶ **El 61 % de las personas jóvenes creen que la soledad está estigmatizada.** Cuando se trata de la soledad no deseada, las personas jóvenes tienen una alta predisposición a participar en actividades destinadas a paliar la soledad. Sin embargo, estas mismas personas dicen sentir vergüenza al pensar en pedir ayuda a otros o reconocer su propia soledad.
- ▶ Se deben poner en marcha **programas dirigidos específicamente a personas jóvenes**, como se hace en Países Bajos a través de Join Us: una entidad dirigida a la soledad de la juventud. En España hay un camino por recorrer en este sentido.
- ▶ La soledad no deseada se identifica tradicionalmente como una afección que afecta a las personas mayores, pero la juventud también **es uno de los colectivos más afectados. En los primeros meses de la pandemia, el porcentaje de jóvenes entre 18 y 25 años en soledad aumentó del 9% al 35%.** Los adultos jóvenes eran el grupo más solitario, con niveles incluso más altos que los que presentaban las personas mayores antes de la pandemia.
- ▶ Es necesario **abordar a las personas jóvenes de manera positiva** en lugar de hablar directamente de la soledad. Por ejemplo, ofreciendo herramientas para aprender a relacionarse o profundizar en las relaciones que ya tienen.
- ▶ Una herramienta potente contra la soledad de las personas jóvenes es el **trabajo en las habilidades sociales** de la juventud.

Material adicional

- ▶ Join Us: <https://www.soledades.es/inspiracion/iniciativas/join-us-ingles>
- ▶ Video testimonio « Hanneke se siente sola, como miles de jóvenes»: <https://www.youtube.com/watch?v=HmXbFV1Kua0&t=11s>