



**Aprendizajes y buenas prácticas
Juventud y soledad**

**SOLIDARIOS para el Desarrollo
CONVIVE**

Seminario celebrado el 27 de octubre de 2022

Una iniciativa de: 





SOLIDARIOS para el Desarrollo

Desde [SOLIDARIOS para el Desarrollo](#), Marcos Böcker es el responsable del proyecto CONVIVE, además del programa de Solidarios orientado a personas con un diagnóstico de salud mental grave, que ha estado en marcha desde el año 1997. Este último también muy orientado a la soledad.

Desde SOLIDARIOS trabajan con una definición de soledad que responde a la valoración subjetiva que hace una persona de su situación. Más allá de la interacción social, se toman en cuenta la calidad esperada y la calidad detectada de las relaciones interpersonales y las redes de personas a las que se pertenece. Es decir, van más allá de la existencia o ausencia de aislamiento social objetivo. Es decir, **lo contrario a la soledad no es la interacción social, sino el sentido de pertenencia.**

CONVIVE forma parte de [Homeshare International](#), red con sede en Oxford (Reino Unido) y a la que pertenecen más de 100 programas de 14 países. A partir de 2019, han participado en el [proyecto europeo WeShareWeCare](#) financiado con fondos ERASMUS, junto a organizaciones: l'Assurance Retraite, Cohabilis y ESN France (Francia), 1Toit2Âges (Bélgica) y EUF (Luxemburgo). Este proyecto buscaba promover la convivencia intergeneracional y sus beneficios sociales en la Unión Europea a nivel local, nacional y europeo a través de estudios y herramientas disponibles en la página web del programa enlazada en este documento.

Contenido del programa

CONVIVE es un programa de convivencia o *coliving* intergeneracional, que pone en contacto a personas mayores que viven solas en Madrid con jóvenes estudiantes que se ven obligados a dejar sus ciudades y mudarse a la capital para continuar sus estudios.

A través de este proyecto se trabaja para **generar conexiones significativas** entre personas jóvenes y mayores, recreando la seguridad del hogar que los jóvenes han tenido que abandonar y proporcionando compañía a las personas mayores, que pueden contar con el apoyo de sus convivientes en el día a día.

El programa logra poner en contacto a dos personas que, de otro modo, no habrían llegado a encontrarse. Permite que dos trayectorias vitales muy diferentes se entrelacen y generen una relación de solidaridad a través de la convivencia y de una experiencia común.

El programa cuenta con la colaboración del **Ayuntamiento de Madrid** y de las siguientes universidades de la provincia: **UCM** (Universidad Complutense de Madrid), **UAM** (Universidad Autónoma de Madrid), **UC3** (Universidad Carlos III), **UPM** (Universidad Politécnica de Madrid), **URJC** (Universidad Rey Juan Carlos), **UAH** (Universidad de Alcalá de Henares), **UPC** (Universidad Pontificia Comillas)

Metodología

En cuanto a la **selección de participantes** en el programa, existen ciertos requisitos para jóvenes y mayores.

PERSONAS MAYORES	PERSONAS JÓVENES
<ul style="list-style-type: none">▶ Tener más de 65 años▶ Vivir solas (con ciertas excepciones a parejas de personas mayores)▶ Estar en situación de soledad▶ Contar con una vivienda que disponga de una habitación propia en condiciones de habitabilidad para el o la estudiante que se acoge▶ Tener disposición de compartir toda la casa, más allá de la habitación asignada▶ Tener una vida autónoma que no requiera de cuidados y permita la actividad física▶ No estar en situación de dependencia física ni psíquica▶ Contar con recursos suficientes para cubrir sus necesidades	<ul style="list-style-type: none">▶ Tener entre 18 y 37 años▶ Contar con ingresos suficientes para cubrir sus gastos personales y contribuir al pago de las facturas (con un máximo determinado por el programa)▶ Contar con recursos para navegar la convivencia▶ Estar matriculados en una de las siete universidades que colaboran con el programa▶ Compartir un mínimo aproximado entre 2 y 3 horas diarias y realizar conjuntamente las actividades que entre ambos acuerden.▶ Estar en el domicilio de la persona mayor antes de las 22:30h, salvo el día semanal de libre disposición.

A lo largo de todo el proyecto, se incluye un **elemento de evaluación que sigue el desarrollo de los procesos de:**

1. **Difusión** del programa entre las personas jóvenes (a cargo de las universidades) y las personas mayores (a cargo de SOLIDARIOS y del Ayuntamiento de Madrid).
2. **Valoraciones** paralelas de las personas jóvenes y las personas mayores y sus viviendas.
3. **Presentación** de las parejas e inicio de la convivencia.
4. **Seguimiento** a la convivencia y atención a las incidencias que puedan surgir.

Ficha técnica de la experiencia – Programa CONVIVE	
Recorrido	Desde 1995 hasta la actualidad (2022)
Población objetivo	Personas jóvenes entre 18 y 37 años Personas mayores de más de 65 años
Alcance territorial	Personas jóvenes provenientes de fuera de la Comunidad de Madrid.

	Personas mayores con vivienda en la Comunidad de Madrid.
Medios a disposición	Cada persona debe tener medios para mantener una convivencia pacífica, así como recursos económicos suficientes para cubrir los gastos de su estancia.
Objetivos	<p>Recuperar la corresponsabilidad e implicación social en la resolución de nuestros problemas.</p> <p>Ofrecer una solución económica.</p> <p>Reducir la carga sobre otros recursos de la red pública, como las residencias.</p> <p>Fomentar las relaciones intergeneracionales.</p> <p>Reducir la soledad no deseada de jóvenes y mayores.</p>
Retos	<p>Este programa se realiza en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid y con universidades públicas de la provincia, por lo que hay que contar con su beneplácito en lo que se hace.</p> <p>El programa encuentra dificultades a la hora de llegar a más cantidad de personas mayores. Este es el límite del crecimiento del programa.</p> <p>El compromiso de convivencia de este programa es exigente por parte de mayores y jóvenes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Las personas jóvenes se tienen que comprometer a compartir con su conviviente un tiempo mínimo diariamente, además de tener un toque de queda. Cuentan con un único día a la semana para salir y un único fin de semana al mes en el que pueden ausentarse. ▶ Las personas mayores deben permitir que una persona entre en sus casas con pleno derecho de uso, alterando unas rutinas ya establecidas. Algo que puede resultar complicado llegada una edad. <p>Además, se buscan personas con casi plena autonomía, lo que reduce las personas potencialmente candidatas a participar. Al programa suelen llegar personas que ya pasan los 85 años y no disfrutan del nivel de salud que requiere el programa.</p>
Ventajas o valor añadido	<p>El programa comenzó como una experiencia dirigida a las personas mayores, pero gracias a las evaluaciones se ha comprendido el beneficio bidireccional de la convivencia.</p> <p>El programa permite paliar dos soledades con una misma acción, que no requiere de grandes esfuerzos económicos y está al alcance de un conjunto poblacional amplio.</p>

	<p>CONVIVE ayuda a desestigmatizar la soledad y promueve que se entablen conversaciones honestas alrededor de esta temática.</p> <p>Cada convivencia llega a acuerdos específicos dentro del marco general que ofrece el programa, permitiendo que cada convivencia sea única y adaptada a las parejas establecidas.</p>
Claves de éxito	<p>Contar con el apoyo de la Administración Pública facilita el acceso a la colaboración con las universidades públicas de la provincia.</p> <p>Cada año se realizan cuestionarios de satisfacción dirigidos tanto a las personas jóvenes como a las mayores. 2022 es el primer año en el que se han introducido escalas específicas de medición de la soledad.</p> <p>A través de estos cuestionarios, se ha detectado que es común que las expectativas de las personas jóvenes no coincidan con aquello que más valoran al final de la experiencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ La motivación inicial suele ser la posibilidad de acceder a un alojamiento en Madrid que no requiera pagar un alquiler. ▶ Al final de la experiencia, se suele destacar el haber podido construir una convivencia significativa con otra persona y recuperar el sentimiento del hogar, de tener un refugio donde estudiar y habitar.
Resultados	<p>Se estima que se llevan a cabo en torno a 100 convivencias cada año.</p> <p>Se han realizado desde el inicio del programa cerca de 2.300 convivencias intergeneracionales en el marco del programa CONVIVE.</p>

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.
- ▶ Las personas jóvenes que se mudan a edades tempranas valoran la **creación de relaciones significativas en su convivencia.**
- ▶ Las personas jóvenes que estudian fuera de sus ciudades valoran la posibilidad de recuperar el **sentimiento de pertenencia a un hogar** que les ofrece seguridad y tranquilidad, ayudando al estudio.
- ▶ Las iniciativas dirigidas a personas jóvenes deben incorporar actividades fuera de la convivencia en la vivienda para generar experiencias significativas
- ▶ **Las personas jóvenes tienen interés en formar parte de las iniciativas intergeneracionales** contra la soledad, son las personas mayores y, en ocasiones sus familias, quienes dudan más.
- ▶ **La educación emocional es clave** para aprender a gestionar el sentimiento de soledad, una habilidad que es más frecuente en personas mayores, que suelen tener más herramientas para enfrentarse a la soledad.

Material adicional

- ▶ SOLIDARIOS Para el Desarrollo: <https://www.solidarios.org.es/>
- ▶ CONVIVE: <https://www.soledades.es/inspiracion/iniciativas/convive>
- ▶ Homeshare International: <https://www.homeshare.org/>

- ▶ Proyecto europeo WeShareWeCare: <https://wesharewecare.eu/es/>
- ▶ Conocer más sobre CONVIVE:
https://www.solidarios.org.es/que-hacemos/programa-convive/?gclid=EAlaIQobChMImoSY9tWe-wlVV8TVCh1xyw7dEAAYASAAEgKHmvD_BwE
- ▶ Condiciones y compromisos del programa:
<https://www.solidarios.org.es/wp-content/uploads/Convive-Informaci%C3%B3n-general-2022.pdf>
- ▶ Información para inscripción de estudiantes:
<https://www.solidarios.org.es/wp-content/uploads/FAQs-Convive-estudiantes-1.pdf>