

¿Es la participación un potenciador del bienestar emocional de los jóvenes?

TAMIRE APARECIDA SERAFIM DE PAULA
Universidad de Huelva, tamiresaparecida.serafim@alu.uhu.es

M.^a SOLEDAD PALACIOS-GÁLVEZ
COIDESO, Universidad de Huelva, maria.palacios@dpsi.uhu.es

Resumen

El trabajo que se presenta está enmarcado en el proyecto para el diagnóstico y elaboración del II Plan de Juventud de la ciudad de Huelva, realizado por un equipo de investigadores de la Universidad de Huelva. El objetivo del presente trabajo es conocer el estado de bienestar emocional percibido por los jóvenes onubenses, analizando la relación entre el bienestar y los diferentes tipos de participación ciudadana. A tal fin, se ha utilizado una metodología mixta, recogiendo información de 615 jóvenes de entre 16 y 25 años, mediante una encuesta en línea (abril-junio de 2022), así como los grupos focales llevados a cabo con jóvenes de 16 a 29 años (mayo-junio de 2022). Los resultados revelaron una correlación positiva entre el bienestar de los jóvenes y la participación en actividades sociales, comunitarias y ciudadanas, siendo estas realizadas de forma grupal o individual, observándose diferencias entre quienes participan y quienes no lo hacen. Encontramos también diferencias según el tipo de actividad y el género. Los jóvenes que son más participativos afirman que se sienten menos solos o tienen menos pensamientos autodestructivos. Se concluye que la participación es una variable que influye significativamente en el bienestar emocional de los jóvenes.

Palabras clave: bienestar emocional, participación, jóvenes

1. Introducción

Para muchos países, la juventud consiste en una transición hacia la edad adulta, aunque no exista una definición internacional úni-

ca del grupo de edad, como apuntan los estudios del reciente Plan Estratégico de Juventud de Andalucía (2022). Para fines estadísticos, en la Resolución 36/81 de la Asamblea General de las Naciones Unidas, define como *juventud* aquellas personas de edades entre 15 y 24 años (ONU, 1981). Sin embargo, otros programas e iniciativas a nivel internacional, como el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo 2014-2017, Erasmus, Garantía Juvenil y otros definen la juventud entre otras edades, incluyendo desde 25 y 30 años, 13 y 30 años, o incluso hasta los 35 años.

Otros estudios, como el *Diagnóstico de la juventud rural en Andalucía de 2011*, se refieren a la juventud como una etapa de tránsito entre la adolescencia y la edad adulta, como «una situación provisional en la que se permanece hasta que se readquieren competencias sociales» (Fernandez Esquinas *et al.*, 2003, como se citó en Fernández *et al.*, 2011). La *juventud* también podría ser definida como la etapa en la que las personas se preparan para asumir las responsabilidades de la vida adulta, cuando se definen proyectos de vida y se establecen prioridades y objetivos de futuro (Mínguez *et al.*, 2012). Biológicamente, la juventud comprende el periodo de la vida que se extiende entre la adolescencia y la madurez, y socialmente se define como la etapa en la que el comportamiento del individuo aún no ha adquirido reconocimiento social autónomo y la plena participación en las instituciones sociales (Alonso *et al.*, 2010).

La juventud es un grupo social con gran potencial y, como frecuentemente se argumenta, el futuro de una nación. Según el Programa de acción mundial para los jóvenes, de 1995, de las Naciones Unidas, la juventud es un importante recurso humano para el desarrollo y es agente decisivo del cambio social, el desarrollo económico y la innovación tecnológica. A lo que se refiere a los Objetivos de Desarrollo Sostenible, con el objetivo primordial de la Agenda 2030, que es la garantía de que «nadie se quede atrás», implicando a los jóvenes en todos los objetivos y metas, mencionando específicamente a los jóvenes en cuatro áreas: empleo juvenil, adolescentes, educación y deportes por la paz.

Para entender la juventud, se hace necesario saber que no hay una única juventud, sino que se trata de una pluralidad de juventudes y de grupos sociales que dependen de variables como la clase social, la situación económica, la procedencia familiar, la edad y sus distintos tramos (adolescente, juvenil y preadulto), el

género, el nivel de instrucción, la ocupación, las formas de movilidad, etc. (Alonso *et al.*, 2010). Los cambios que sufre la sociedad condicionan la percepción y la interacción de los jóvenes con su entorno. Conocer la realidad social es estudiar los diferentes determinantes relacionados con los jóvenes, como el entorno donde viven, actividades ofrecidas por los servicios públicos, y los estilos de vida que caracterizan a su comunidad y a él como individuo (Dever, 1976, como se citó en Hernán *et al.*, 2004). La plena integración de los jóvenes a la sociedad puede ser definida cuando ocurre la inserción en la esfera económica, a través de la inserción laboral, y en su esfera sociopolítica y cultural, con la integración social y el acceso a la plena ciudadanía.

Dificultades en torno al mercado laboral, con los estudios, acceso a la casa propia, enfermedades, consumo de drogas o tener acceso a actividades de ocio de calidad son algunos de los problemas que más preocupan a los jóvenes. Cabe añadir que la pandemia de covid-19 ha podido agravar esta realidad. La salud física y la mental de las personas se han visto afectadas por las complicaciones de las medidas y restricciones de la pandemia de covid-19, generando en muchos de ellos depresión, ansiedad y otros trastornos mentales. Los problemas de salud mental en jóvenes tienen un importante impacto no solo en el propio individuo, sino en la familia, en el entorno educativo y en la comunidad. El estigma y la falta de conocimientos de salud mental se han asociado a un retraso en el reconocimiento de los trastornos mentales y en la búsqueda de ayuda para afrontarlos, y tan solo una minoría de jóvenes que experimentan un trastorno mental diagnosticable accede a ayuda profesional.

El bienestar psicológico no está influenciado solamente por características intrínsecas al individuo, sino también está relacionado por las circunstancias ambientales y socioeconómicas de la persona, joven.

Los problemas relacionados con el empleo es uno de los que más preocupan a los jóvenes. Entrar en el mercado laboral para muchos significa mayor autonomía, crecimiento personal, reconocimiento de sus habilidades o el poder de compra. El mercado laboral ha sido fuertemente condicionado por las consecuencias de la pandemia de covid-19, conforme los datos del Informe sobre la situación socioeconómica de Andalucía de 2020. La reducción de la actividad tuvo como consecuencia el aumento de ni-

veles de desempleo, de personas inscritas en el paro y dificultades en conseguir el primer empleo para algunos jóvenes.

Tras el análisis de lo expuesto, el presente estudio se plantea, como objetivos: realizar un estudio sobre las condiciones de vida y opinión de la población juvenil onubense (de entre 16 y 25 años; conocer el estado de bienestar percibido por los jóvenes, con el fin último de obtener un diagnóstico de la juventud para que posteriormente, por parte del Ayuntamiento de la ciudad, pueda elaborar un Plan de Juventud.

2. Metodología

Se ha utilizado un diseño mixto, con la combinación de técnicas de investigación cuantitativas y también las cualitativas. Además, el uso de las fuentes secundarias ofrece muchos datos relacionados con la temática. La muestra que ha participado en la encuesta en línea (método cuantitativo) está compuesta por un total de 615 personas, de edades entre los 16 y 25 años. Los criterios de selección de los usuarios han sido: tener entre 16 y 25 años; y residir la mayor parte del año en Huelva. Se ha descartado a las personas que no cumplieron toda la encuesta, que no correspondían a la edad estudiada, y que no residían en la ciudad de Huelva. De los 615 jóvenes residentes, o que pasen mayor parte del año en Huelva capital, 275 son hombres (44,7%), 327 mujeres (53,2%), y 13 (2,1%) que se describen como otros (personas con género no binario), estos estaban divididos por barrio de Huelva donde residen.

En el estudio, se han estudiado las variables de sexo/género y de barrio/zona de Huelva donde los jóvenes residen en Huelva. La encuesta se difundió por folletos con un código QR y de forma en línea. Los participantes accedieron a la encuesta habilitada por la plataforma LimeSurvey, entre los meses de abril a junio del año de 2022. Los datos de la encuesta han sido analizados con el paquete estadístico SPSS 27.

El Excmo. Ayuntamiento de Huelva facilitó datos de los temas estudiados en el presente estudio como fuente secundaria. A través de las concejalías, se han obtenido datos sobre la participación de la población joven en los programas y actividades ofertados.

En la investigación cualitativa, se ha utilizado la técnica de grupos focales con los jóvenes. La duración de cada entrevista con los jóvenes ha sido de 60-90 minutos, y siempre estaba presente uno o dos entrevistadores. Para la realización de las entrevistas, se ha utilizado un guion elaborado a partir de distintas áreas relacionadas con los objetivos: percepción de tu ciudad, hábitos de la juventud, y sentirse escuchados. En todas las entrevistas se ha comunicado sobre la confidencialidad de los datos y se pidió el consentimiento para grabación (audio) y se informó sobre el objetivo de la investigación y que el contenido sería utilizado con fines académicos y para la Administración. Para el análisis de los datos de las entrevistas, se ha hecho la transcripción de las grabaciones, de forma literal para mantener lo más fiel el contenido de la información (no se ha tenido en cuenta los ruidos o acentos). Luego, se hizo la lectura de las transcripciones y una revisión de su concordancia con las grabaciones. Finalmente, se realizó la fase de análisis.

3. Resultados

En los resultados, se han abarcado distintas áreas de interés para este estudio y las opiniones de los jóvenes, todo ello para ofrecer una visión integral de la situación social de la juventud onubense. En la tabla 1 se observa el número de participantes de la encuesta.

Tabla 1. Número de jóvenes que ha participado de la encuesta.

Mujeres	Hombres	Otros (persona con género no binario)
327 (53,2%)	275 (44,7%)	13 (2,1%)

Según los resultados, en relación con preocuparse con su aspecto, salud mental y salud física, los jóvenes se preocupan un poco más por su salud mental, el 30,9%, el 30,6% por su aspecto y el 26,5% por su salud física. El 30,9% (n = 190) de los jóvenes de Huelva se preocupan por su salud mental con mucha frecuencia. También se preocupan por su salud física, y en relación con el género, se observa que el 26,6% (n = 87) las mujeres y el

30,8 % (n = 4) de otros se preocupan más. En los grupos focales, los jóvenes aluden a los problemas de su salud mental, y resaltan que está peor como consecuencia de la pandemia de covid-19:

Muy mal. (H. GF 24-29 años)

Y sobre todo después de la pandemia [...] Creo que la pandemia, por ejemplo, yo personalmente para mí la pandemia ha sido un antes y un después, ¡brutal! [...]. Totalmente negativo. Todo. O sea, nos ha restado oportunidades en todo. (M, GF 24-29 años)

Según los resultados, el 7,5 % de los jóvenes se han sentido solos/as siempre o casi siempre. A respecto de qué frecuencia han tenido pensamientos autodestructivos o dañinos sobre ti misma/o, se observa que el 7,8 % también representa de manera diaria. Entre los resultados, se nota una diferencia entre los sexos. En el último año, el 46,2 % (n = 6) de otros y el 38,8 % (n = 127) de las mujeres afirman que con bastante frecuencia se han sentido solos/as. En contrapartida, se destaca a los hombres en la frecuencia «Nunca», con el 19,6 % (n = 54). Esta diferencia también se observa en relación con los pensamientos autodestructivos. El 50,9 % (n = 140) de los hombres afirman que nunca han tenido pensamientos autodestructivos o dañinos en el último año. En contrapartida, el 30,8 % (n = 4) de otros y 11,3 % (n = 37) de las Mujeres afirman que han tenido estos pensamientos siempre o casi siempre.

Los jóvenes de Huelva creen muy importantes informaciones para obtención de ayuda psicológica y campañas para la prevención del suicidio juvenil. El 56,4 % (n = 347) de los jóvenes consideran como muy importante disponer de mayor información sobre dónde obtener ayuda psicológica. Mientras a las campañas para prevención del suicidio entre la población joven, el 63,3 % (n = 389) de los jóvenes consideran como muy importante.

Los resultados y la opinión de los jóvenes indican que se preocupan por sus estudios y formación. El 52,7 % (n = 324) de los jóvenes de Huelva se preocupan por sus estudios y formación con mucha frecuencia, eligiendo la categoría «Todos los días». A su vez, solo el 1,8 % (n = 11) afirma que «Nunca». Algunos jóvenes se preocupan mucho por sus estudios y se quejan de la calidad:

Para empezar, creo que hemos conseguido ser la generación más engañada y estafada. (M, GF 24-29 años)

El empleo es una de las preocupaciones de los jóvenes de Huelva con bastante frecuencia.

Los jóvenes participan, en su tiempo libre, en algunas actividades. Se observan diferencias destacadas entre los sexos de los jóvenes y la zona donde residen en relación con la participación en actividades deportivas. Un 58,9% (n = 162) de los hombres participan más en actividades deportivas que con relación a las mujeres y otros. El 45,9% (n = 282) de los jóvenes afirman que nunca han participado en manifestaciones autorizadas. En relación con la participación de actividades religiosas, el 29,4% (n = 181) afirma que sí. El 17,1% (n = 105) de los jóvenes de Huelva afirman participar en actividades culturales organizadas en grupo o individuales. El 18% (n = 111) de los jóvenes de Huelva afirman participar en actividades benéficas o de voluntariado. En comparación, el 47,5% (n = 292) de los jóvenes afirman que no realizan estas actividades, aunque les gustaría realizarlas. El 10,4% (n = 64) de los jóvenes de Huelva participan de actividades de asociaciones (scouts, grupos de amistad, asociación juvenil, asociación de juego de mesa, etc.). Sin embargo, aunque el número de jóvenes que no participan en algunas actividades (sociales, comunitarias, ciudadanas) sea superior a los que no participan, estos últimos afirman que se sienten menos solos y que tienen menos pensamientos autodestructivos.

4. Conclusiones

El objetivo principal de este estudio fue saber cómo es el estado de bienestar de los jóvenes residentes de la ciudad de Huelva, y comprobar si las variables sexo/género, barrio/zona donde viven y si la participación influye en este bienestar emocional.

De este modo, los resultados obtenidos, el referencial teórico utilizado y las contribuciones de los jóvenes, corrobora que existen diferencias según el tipo de actividad y el género. Que la participación es una variable que influye significativamente en el bienestar emocional de los jóvenes. Hay una correlación positiva entre el bienestar de los jóvenes y la participación en actividades

sociales, comunitarias y ciudadanas, siendo estas realizadas de forma grupal o individual. Se concluye, por tanto, que la atención a las demandas de la juventud debe partir de los principios de equidad, heterogeneidad, integralidad, y participación de los propios jóvenes, tanto a nivel individual como colectivamente para que sean sus propias necesidades las que definan las intervenciones.

5. Referencias bibliográficas

- Alonso, M. P., Albertos, M. G., Molina, M. E. P., Ibáñez, J. M., Montoya, M. J. C. y Alba, M. C. L. (2010). *Guía para elaborar planes de juventud de la región de Murcia*. Insignia Creativa.
- Fernández, M. T. G. et al. (2011). *Diagnóstico de la juventud rural en Andalucía*. Consejería de Agricultura y Pesca, Servicio de Publicaciones y Divulgación.
- Hernán, M., Fernández, A. y Ramos, M. (2004a). La salud de los jóvenes. En: *La salud y el sistema sanitario desde la perspectiva de género y clase social* (pp. 47-55). Gaceta Sanitaria. Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria.
- Hernán, M., Fernández, A. y Ramos, M. (2004b). *Salud y juventud*. Escuela Andaluza de Salud Pública.
- Mínguez, A. M., Peláez, A. L. y Sánchez-Cabezudo, S. S. (2012). *La transición de los jóvenes a la vida adulta*. Crisis económica y emancipación tardía. Obra Social la Caixa.
- Naciones Unidas (1995). *Programa de acción mundial para los jóvenes*. Naciones Unidas.