



# JORNADAS DE SOLEDAD NO DESEADA PROYECTO CRECE

20 de febrero de 2025

# Proyecto CRECE

"Hagamos comunidad"

Irene Álvarez y Belén Delgado: Trabajadora Sociales y  
Dinamizadoras Comunitarias

20-02-2025

Financiado por:





# Una pequeña introducción...

- Breve presentación de las ponentes y su experiencia en el ámbito social.
- Explicación del contexto: *¿Por qué estamos aquí?*  
Importancia del tema de la soledad no deseada en nuestra sociedad actual.
- **Objetivo** de la presentación: compartir experiencias, estrategias y aprendizajes sobre la intervención comunitaria en soledad no deseada.



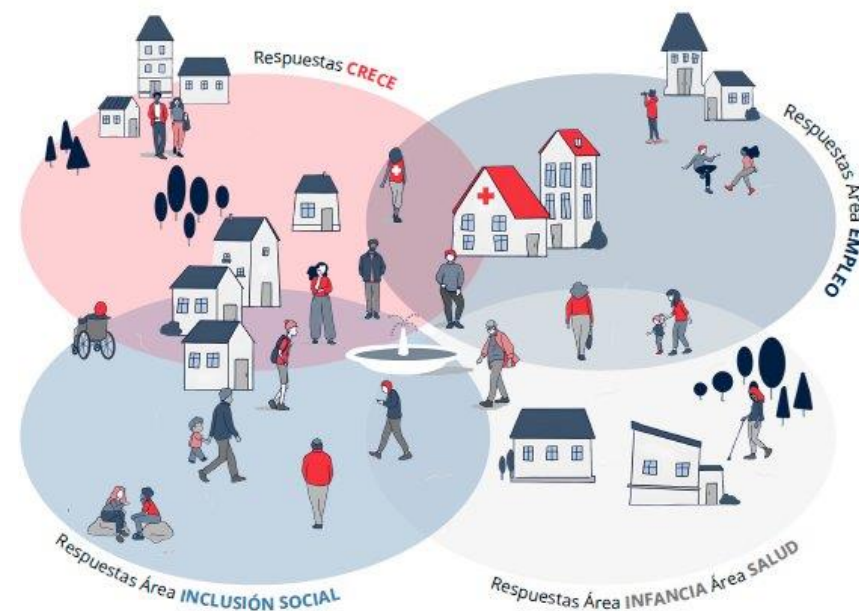
# ¿Qué es CRECE?

- CRECE es una iniciativa de Cruz Roja que busca prevenir la institucionalización y fomentar la autonomía personal mediante el fortalecimiento de redes de apoyo comunitarias
- Se centra en intervenciones comunitarias que refuercen los lazos sociales y ayuden a reducir el aislamiento.
- **Ámbitos de intervención:** Trabajo con mayores, mujeres en situación de vulnerabilidad, jóvenes ex tutelados y personas sin hogar.



# ¿Qué sabemos?

- Numerosos **prejuicios** en diferentes grupos de población. Factores que aíslan.
- Personas que carecen de **proyectos de vida** fuera de los estándares convencionales.
- Necesidad de **escuchar e implicar** desde el inicio a las personas destinatarias de las respuestas.
- Existen territorios con **iniciativas** muy avanzadas.



# ¿Qué no sabemos?

- El nombre de nuestras vecinas.
- Cómo **ofrecer apoyo** a las personas que tenemos cerca.
- Cómo valorar el **patrimonio social** de una comunidad.
- Cómo incorporar el **ecosistema emocional** en las decisiones burocráticas.
- Desde qué área se debe **liderar** una estrategia efectiva para paliar la Soledad no deseada.



# ¿Qué no sabemos?

- Como **acelerar** la participación individual en la vida comunitaria y la generación de vínculos.
- Qué factores influyen en la **soledad deseada**.



# ¿Cómo lo hicimos?

- Compromiso de la X Asamblea. Intervención preventiva y paliativa. Humanidad.
- **Grupos de trabajo** de SND y enfoque comunitario.
- El enfoque comunitario como un **proceso** que respete el ritmo humano.
- **Acompañamiento** en la creación de una identidad colectiva.
- Itinerario **formativo**.





- Incorporación **sistematizada** del enfoque comunitario como proceso.
- Incorporación de **nuevos roles** profesionales y funciones ampliadas de las **infraestructuras**.

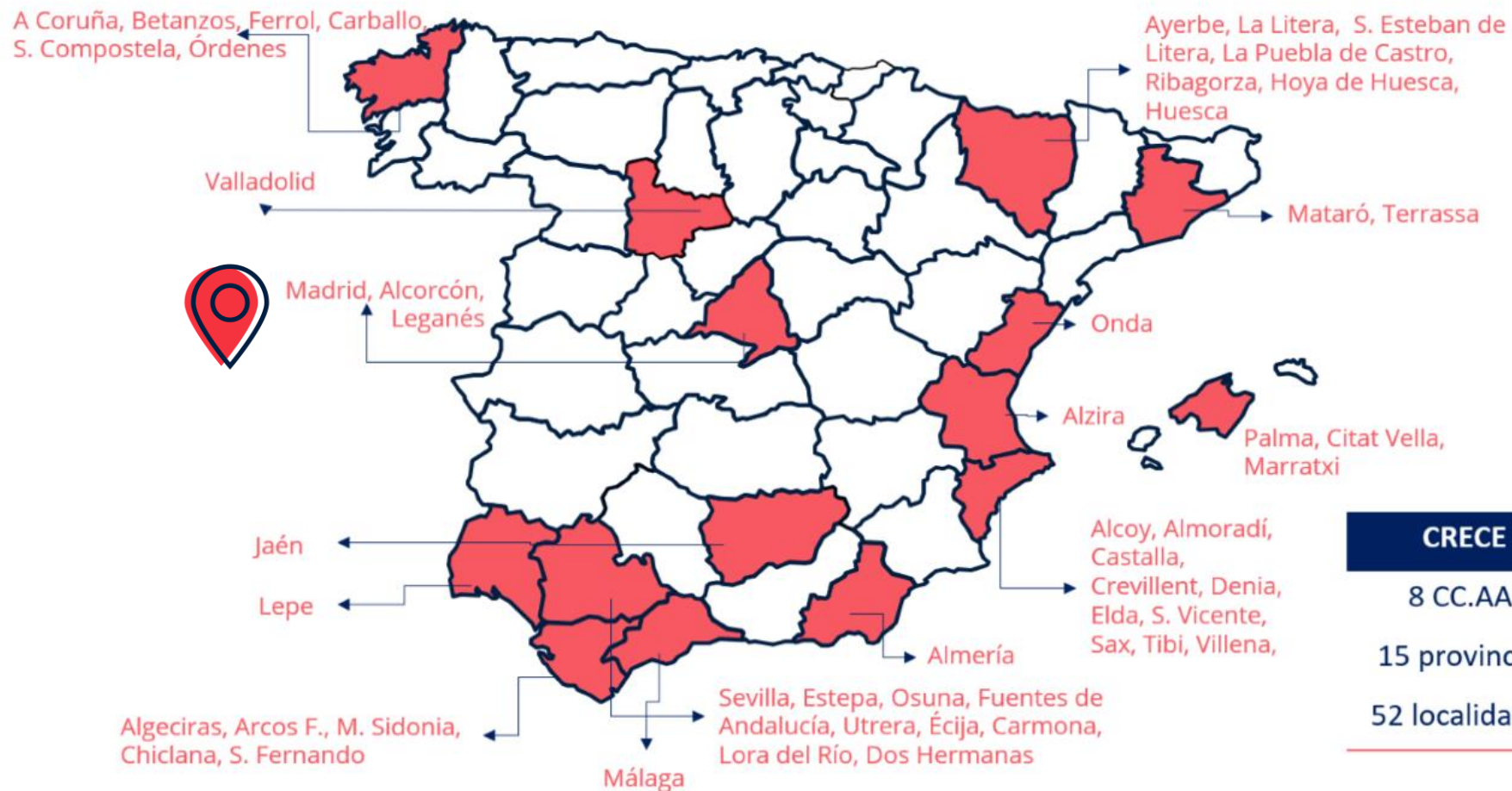


# ¿Cómo lo llevamos al territorio?

- **Grupos focales** para identificar necesidades y establecer vías de intervención efectivas.
- Acciones **individuales y grupales** para **acompañar y empoderar** a los participantes en la construcción de relaciones significativas.
- Coordinación con otros **agentes comunitarios**: Trabajo en red con entidades locales, servicios sociales y voluntariado.
- Acciones de sensibilización: Campañas para visibilizar la problemática de la soledad y **promover la participación social**.



# ¿DÓNDE HEMOS TRABAJADO?



**CRECE**

8 CC.AA.

15 provincias

52 localidades

# HEMOS TRABAJADO CON:

**459** personas que manifestaron soledad no deseada (122 H; 337 M)

**153**

Mujeres vvg, en riesgo de serlo y/o en dificultad social

**98**

Personas en situación de sinhogarismo

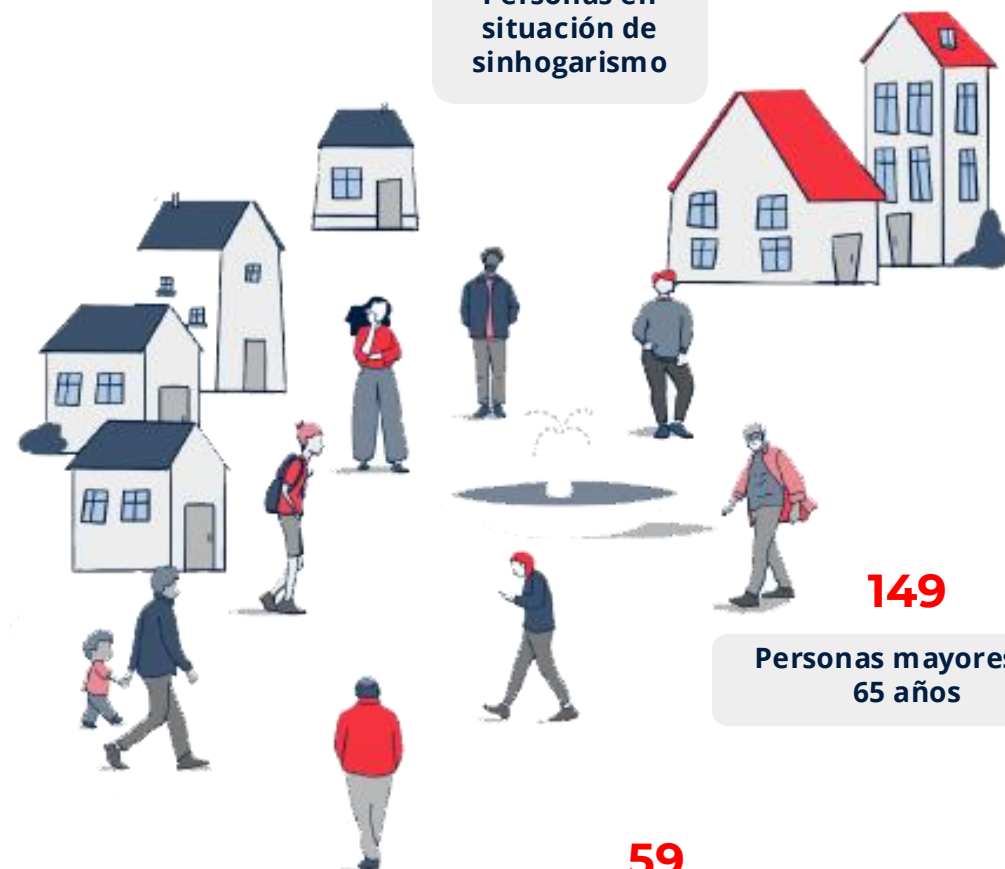
**149**

Personas mayores de 65 años

**59**

Jóvenes en situación de extutela

| DATOS GLOBALES DE ACTIVIDAD (15-11-2024) |       |         |         |
|--|-------|---------|---------|
| ACTIVIDADES ÚNICAS                       | 6.688 |         |         |
|  | TOTAL | MUJERES | HOMBRES |
| PARTICIPANTES                            | 459   | 337     | 122     |
| X ACTIVIDADES/PERSONA                    | 15    | 16      | 10      |



# ¿Cómo lo hemos abordado ?



# ¿CÓMO ABORDAR EL **INCREMENTO** DE LA SOLEDAD NO DESEADA?



Integración de la SND en el modelo de acompañamiento centrado en la persona.

## ESCUCHA ACTIVA

GENERACIÓN DE VÍNCULOS

MENTORING PARA LA PARTICIPACIÓN EN LA COMUNIDAD

Herramienta de **mentoring**  
*"Construyendo logros para una buena vida en comunidad"*

INFORMACIÓN RECURSOS DEL ENTORNO

COBERTURA OTRAS NECESIDADES

# ¿CÓMO ABORDAR EL **INCREMENTO** DE LA SOLEDAD NO DESEADA?



Integración de la SND en el modelo de acompañamiento centrado en la persona.

## HERRAMIENTA DE **MENTORING** “CONSTRUYENDO LOGROS PARA UNA BUENA VIDA EN COMUNIDAD”



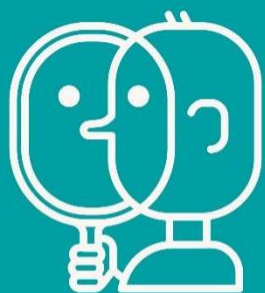
Talleres participativos  
Acompañamiento individualizado





## RELACIÓN INTERPERSONAL

Conocer, vincularse y relacionarse con otras personas.



## AUTOCONOCIMIENTO

Conocer las propias emociones, creencias, fortalezas, limitaciones, etc.



## RESPONSABILIDAD

Cumplir con las tareas implicándose en el proceso y con interés en el resultado.



## ORGANIZACIÓN

Ordenar las tareas y cumplir con el calendario.



## ADAPTABILIDAD

Afrontar los cambios con facilidad.

### Comunicación

Hablo con otras personas con amabilidad y respeto.



### Asertividad

Soy capaz de explicar mi punto de vista respetando el de los demás.



### Identificación emocional

Sé reconocer al instante cuándo estoy enfadado,me frustrando, poseyéndome, etc., y cómo me afecta.



### Autoestima

Estoy orgulloso de ser quien soy, con mis virtudes y mis defectos.



### Compromiso

Cumplo lo que debo hacer sin necesidad de supervisión constante ni avisos de otros.



### Toma de decisiones

Soy capaz de escoger entre varias opciones valorando cuál es la mejor y sin bloquearme.



### Priorización

Soy capaz de ordenar lo que tengo que hacer de más importante a menos.



### Calendarización

Soy capaz de organizar mis días y horas para hacer todo lo que me propongo en el tiempo previsto.



### Flexibilidad

No me asustan las situaciones nuevas y soy capaz de adaptarme a ellas.



### Proactividad

Colaboro y participo sin necesidad de que alguien tenga que pedírmelo.



### Gestión de conflictos

Soy capaz de buscar acuerdos y el interés común cuando hay un problema.



### Escucha activa

Soy capaz de escuchar a otra persona con interés y atención.



### Participación social

Colaboro en actividades de la comunidad.



### Humildad

Conozco que se me da bien y qué no y me siento a pedir ayuda si la necesito.



### Autoconfianza

Creo en mí mismo/a y confío en superar los desafíos con que me encuentro.



### Regulación emocional

Soy capaz de controlar mis emociones o dejar que fluyan dependiendo de la situación.



### Aprendizaje

Soy capaz de aprender nuevas cosas que antes no sabía.



### Orientación al objetivo

Intento que todo salga lo mejor posible, no me conformo con lo mínimo.



### Asunción de consecuencias

No me escondo y me hago responsable de las consecuencias de mis actos.



### Motivación

Soy capaz de mantener interés por las cosas desde el principio hasta el final.



### Medición de resultados

Soy capaz de darme cuenta si he cumplido una tarea, si soy capaz de decirme qué cosas me quedan por hacer.



### Gestión de imprevistos

No me asustan los imprevistos y tomo decisiones cuando aparecen.



### Gestión de la frustración

Soy capaz de aceptar que no he conseguido lo que quería y que las cosas a veces no salen como uno quiere.



### Resiliencia

Soy capaz de superar situaciones complicadas con buen humor y sin lamentarme.



### Creatividad

Soy capaz de hacer las cosas de forma original y diferente.





# ¿CÓMO ABORDAR EL **INCREMENTO** DE LA SOLEDAD NO DESEADA?



Integración de la SND en el modelo de acompañamiento centrado en la persona.

## “CONSTRUYENDO CAPACIDADES PARA LA INTERVENCIÓN COMUNITARIA”

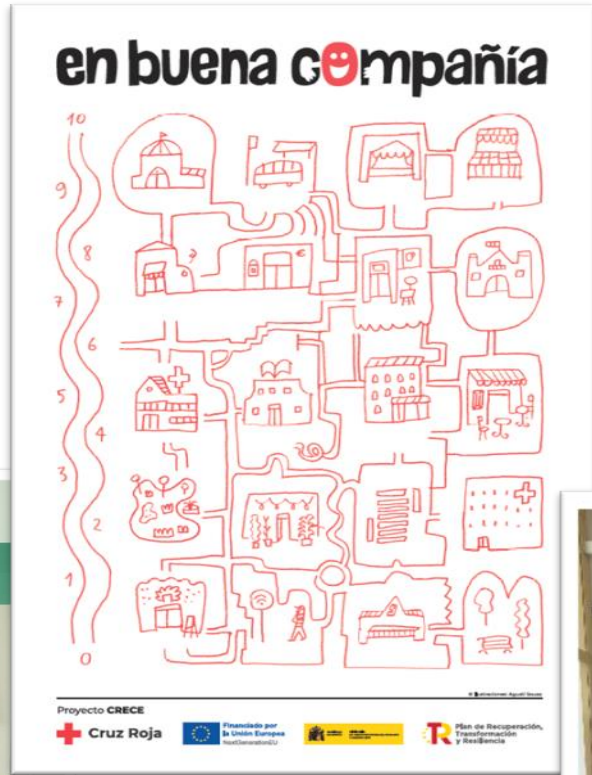
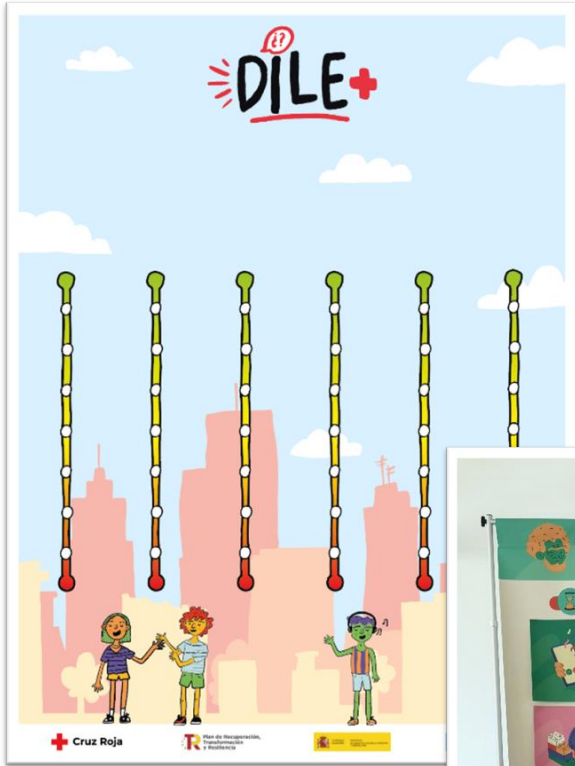
### Capacitación Online

Píldoras formativas / Cursos de capacitación sobre SND



### Capacitación Presencial

Gamificación



# ¿CÓMO ABORDAR EL **INCREMENTO** DE LA SOLEDAD NO DESEADA?

---



**HALLAZGOS**

**COCREACIÓN EN  
BASE A INTERESES  
COMUNES**

**ESTRUCTURAS Y  
ENTORNO  
SOCIAL**

**NUEVOS ROLES  
PROFESIONALES**

# ¿CÓMO MEJORAR LA RESPUESTA A LA SND A TRAVÉS DE LA **TECNOLOGÍA**?



**HALLAZGOS**

**PROXIMIDAD  
LOCAL**

**ASISTENTES DE  
VOZ Y LAS  
PLATAFORMAS DE  
MENSAJERÍA  
INSTANTÁNEA**

**DESINSTITUCION  
ALIZACIÓN DE  
LOS CUIDADOS.**

# ¿CÓMO PROMOVER LA **CORRESPONSABILIDAD SOCIAL** ANTE LA SND?



**Nuevos formatos para cambiar la percepción de la SND**

**Vídeo** *“Banco para compartir” y colaboración con Transmigrarts*

<https://www.youtube.com/watch?v=JHklvHtXunU>

**Podcast** *“Tengo algo que Contar” como parte de la Estrategia Anti-Rumor y “Voces unidas” con Tapeando Radio.*

**Exposiciones inmersivas sobre SND** *“Un espacio a solas”, “Un momento a solas”*



**HALLAZGOS**

**Narrativas transformadoras sobre la vivencia de la soledad**





¿Y ahora qué?

**No estamos en un momento de  
cambios, sino en un cambio de  
momento**

## ¿CÓMO ABORDAR EL **INCREMENTO** DE LA SOLEDAD NO DESEADA?



### IMPACTO EN LAS PERSONAS

**Analítica de datos** (Escala Este II pre y post a 206 personas)

**89,51%** disminución en su nivel de soledad no deseada tras su paso por el proyecto:

**47,47%** Reducción moderada (1-4 puntos)

**31,84%** Reducción alta (5-9 puntos)

**10,20%** Reducción muy alta (10 puntos o más)

**Medición SROI<sup>(\*)</sup>** (82 personas)

**93,8%** de todos los grupos participantes consideran que el proyecto **CRECE les ha ayudado en mucho o algo a sentir menos soledad.**

**8,1:** Valoración otorgada por las y los participantes al hecho de dejar de sentir soledad o sentir menos soledad (escala 1-10)



## OTRAS ACCIONES DE CRECE



**INVESTIGACIÓN** "Percepción y vivencia de la SND y sus respuestas en el ámbito comunitario"

DESCRIPCIÓN

De **situaciones, perfiles y factores**

IDENTIFICACIÓN

De **necesidades y actuales respuestas**

GENERACIÓN

De **nuevas respuestas**

INFLUENCIA

En la toma pública de **decisiones**



**EVALUACIÓN**<sup>(\*)</sup>

**90,7%:** el proyecto CRECE **les ha ayudado mucho o bastante a resolver necesidades reales.**

**95,5%:** tienen **bastante o mucho interés en seguir participando**, en un futuro, en las actividades del proyecto CRECE.

**91,3%:** les ha ofrecido **respuestas nuevas que no conocían** antes de entrar en CRECE y que les han ayudado a resolver, mucho o bastante, sus necesidades y dificultades.

<sup>(\*)</sup> Valores promedios de todos los grupos participantes

**iiiGRACIAS!!!**

# Muchas gracias por asistir

Para más información:

Proyecto **CRECE**  
**Hagamos**  
*comunidad.*



Contacta con nosotros  
[Cruzroja.es](http://Cruzroja.es) | 900 22 11 22