



JOAN R. RIERA (ed.)

LES SOLEDATS

REFLEXIONS, CAUSES I EFECTES

Joan R. Riera (ed.), Manuel Cruz, Laura Alejandra Rico,
Sara Marsillas, Daniel Prieto, Elena del Barrio,
Mayte Sancho, Francesc Núñez, Ferran Casas, Liliana Arroyo,
Paco López, Joan Gené, Sara Moreno, Fernando Fantova,
Rocío Calvo, Elvira Lara, Víctor Pérez, Adrián Pérez,
Jordi Alonso, Montserrat Celdrán i Laura Coll-Planas

Icaria ✿ editorial



Ajuntament
de Barcelona





Aquest llibre ha estat editat en paper 100% Amic dels boscos, provinent de boscos sostenibles i amb un procés de producció de TCF (Total Chlorin Free), per a col·laborar amb una gestió dels boscos respectuosa amb el medi ambient i econòmicament sostenible.

Edita: Icaria editorial i Ajuntament de Barcelona

Disseny de la coberta: Icaria editorial

Il·lustracions de la coberta i de l'interior: Maria Romero García

© Joan R. Riera (ed.), Manuel Cruz, Laura Alejandra Rico, Sara Marsillas, Daniel Prieto, Elena del Barrio, Mayte Sancho, Francesc Núñez, Ferran Casas, Lilitiana Arroyo, Paco López, Joan Gené, Mercè Pérez, Dolores Majón, Sara Moreno, Fernando Fantova, Rocío Calvo, Elvira Lara, Víctor Pérez, Adrián Pérez, Jordi Alonso, Montserrat Celdrán i Laura Coll-Planas, 2022

© Icaria editorial
Vilassar de Dalt, Barcelona
www.icariaeditorial.com

© Ajuntament de Barcelona
Direcció de Serveis Editorials
Passeig de la Zona Franca, 66
08038 Barcelona
www.barcelona.cat/barcelonallibres

ISBN: 978-84-18826-59-7

ISBN: 978-84-9156-420-1

Dipòsit legal: 11476-2022

Consell d'Edicions i Publicacions de l'Ajuntament de Barcelona: Jordi Martí Grau, Marc Andreu Acebal, Águeda Bañón Pérez, Xavier Boneta Lorente, Marta Clarí Padrós, Núria Costa Galobart, Sonia Frias Rollon, Pau González Val, Laura Pérez Castaño, Jordi Rabassa Massons, Joan Ramon Riera Alemany, Pilar Roca Viola, Edgar Rovira Sebastià i Anna Giral BrUNET

Directora de Comunicació: Águeda Bañón

Directora de Serveis Editorials: Núria Costa Galobart

Col·lecció «Barcelona present i futur» a càrrec de Pilar Conesa

Primera edició: juny de 2022

Maquetació: Marina Sanchez

Imprès a Ulzama (Navarra)

Printed in Spain – Imprès a Espanya. Prohibida la reproducció total o parcial





SUMARI

Pròleg. La soledat com a causa i la soledat com a efecte, *Joan R. Riera* 9

PRIMERA PART ENTENDRE LA SOLEDAT

I. Soledat, aïllament i abandó. Tres conceptes i tres paradoxes, *Manuel Cruz* 17

II. Què és la soledat?, *Laura Alejandra Rico Uribe* 23

III. La soledat i els seus matisos, *Sara Marsillas, Daniel Prieto, Elena del Barrio i Mayte Sancho* 31

IV. La soledat es diu i es viu de moltes maneres, *Francesc Núñez Mosteo* 39

SEGONA PART LA SOLEDAT EN EL CICLE VITAL

I. La soledat en els infants, *Ferran Casas* 47

II. Soledat juvenil en temps hiperconnectats, *Liliana Arroyo Moliner* 53

III. Estimar i sentir-se estimats en temps líquids. Una mirada socioeducativa a les soledats juvenils, *Paco López* 61

- IV. Posa l'àvia en línia, *Joan Gené Badia* 69
- V. Apunts per projectar mirades alternatives sobre la soledat i la vellesa, *Mercè Pérez Salanova i Dolores Majón Valpuesta* 73

TERCERA PART DETONANTS DE LA SOLEDAT

- I. Quan els treballs causen soledat, *Sara Moreno Colom* 85
- II. Enfocament i abordatge de la soledat, *Fernando Fantova* 93
- III. La soledat de l'immigrant: causes, efectes i responsabilitat social, *Rocío Calvo* 99
- IV. Soledat no desitjada i deteriorament cognitiu, *Elvira Lara Pérez* 105
- V. La soledat i la salut mental. Una relació bidireccional on l'estigma, les habilitats d'autoregulació i l'estil de vida tenen un paper determinant, *Víctor Pérez, Adrián Pérez Aranda i Jordi Alonso* 115

QUARTA PART LA SOLEDAT. UNA MIRADA DE FUTUR

- I. La soledat és una bona companya de viatge en la meua vida?, *Montserrat Celdrán* 127
- II. Les relacions socials: font de salut o focus de contagi?, *Laura Coll-Planas* 135
- Agraïments 143



*L'ésser humà, per esdevenir humà,
necessita d'altres humans.*

David Pastor Vico







PRÒLEG. LA SOLEDAT COM A CAUSA I LA SOLEDAT COM A EFECTE

Joan R. Riera

Era pels volts de 2018 quan es va començar a parlar a Europa de la soledat no desitjada. Fins aleshores era una qüestió tractada només als països de cultura saxona (Regne Unit i Canadà) i sobretot al Japó. Des de llavors diversos països, i també la Unió Europea, han pres la decisió de fer un abordatge polític del fenomen de la soledat no desitjada, primer des d'un punt de vista preventiu per a les persones grans amb l'impuls del Llibre Verd per a l'envelliment actiu, i més recentment amb la constitució d'un grup de treball d'assessorament de la Comissió Europea en matèria de soledat no desitjada (en el qual Barcelona hi participa amb l'aportació de l'estratègia municipal contra la soledat).

D'ençà, doncs, de l'inici del camí, en aquest quadrienni (2018-2022) han estat moltes les institucions que han optat per desenvolupar plans o estratègies per fer front a la soledat no desitjada, la gran majoria dirigides sobretot a les persones grans i en alguns casos, excepcionals (cas Barcelona), amb l'addició de la mirada intergeneracional.

I en el supòsit que tots aquests plans esdevinguin exitosos, és previsible que les condicions de vida de les persones milloraran, tant en el sentit relacional (major socialització) com de prevenció i cura de la salut (s'ha demostrat que les situació d'aïllament





impliquen pitjors condicions de salut) o de drets polítics (la ciutadania s'exerceix respecte a les relacions amb la comunitat, amb la *civitas*). Així doncs, actualment plantejem el fenomen de la soledat com a «causa» d'un seguit «d'efectes» que es pretenen evitar o minimitzar.

Així mateix, és sabut que la soledat, o la tristesa, per exemple, no són malalties, són emocions, però sí que poden derivar en segona instància en quadres que un metge podria diagnosticar. La soledat no desitjada, en sí mateixa, doncs, no es pot resoldre amb una recepta, una píndola o un tractament, és un problema social que interpel·la el conjunt de la societat, els que se senten sols i els que no. I, sobretot, per combatre el fenomen, els diferents plans en marxa proposen accions en els diferents nivells de la vida pública: des de diversos serveis públics a accions contra l'aïllament digital i fins a accions a nivell comunitari, de barri, des de la proximitat. Calen accions capil·lars que arribin al màxim de ciutadania i a tots els nivells per fer front a allò que és la causant del desempoderament, de la sensació d'aïllament i de males condicions de salut.

Ara bé, de tot aquest treball de lluita contra la soledat no volguda en neix un interrogant que també ens ha d'interpel·lar com a societat més enllà de l'estricta lluita contra el fenomen.

L'abordatge que fins ara s'està fent de la soledat, al tractar-se de la primera vegada en la història recent que es proposa de fer un tractament de la soledat com a problema polític, un problema de la *polis*, s'està esdevenint i construint sobretot amb un caire preventiu i de promoció de les persones, és a dir, es parteix de la soledat com a causa d'altres efectes no desitjats, per aconseguir un reempoderament de la ciutadania, és a dir, prenent un llenguatge més poètic: que a partir d'accions que afavoreixin la socialització i la resocialització, les persones que pateixen soledat, recuperin les regnes de la seva pròpia vida amb les noves relacions i així esdevinguin més autònoms i capaces.





Tot això pot semblar un molt bon inici del camí, però la reflexió última que neix en el rerefons de tota política contra la soledat, ja sigui «estratègia» o «pla d'acció», ja sigui intergeneracional o només per a persones grans, és: i de què és efecte la soledat? Ara ja sabem a què ens pot dur la soledat, però què la provoca? Sabem de què és causa, però quin origen té? Què fa que ara ens amoïni i abans no? Per què la cultura urbana occidental tendeix a generar persones soles? Quines són les causes d'aquest desempoderament, d'aquesta sensació d'aïllament?

Si prenem la imatge de la societat i la vida urbana com l'ecosistema d'un riu, ¿per què deixem còdols en les riberes? Subjectes a rebre la pressió del cabal però arraconades, sense opció de tornar a la llera.

Voler respondre aquestes qüestions implica escapar dels estudis sociològics i fer-ne un abordatge més especulatiu i, en primera instància, és senzill pensar en Bauman i la seva metàfora sobre la societat líquida. Hem passat de la solidesa d'una societat industrial, amb institucions molt sòlides, a una societat postindustrial líquida on les institucions socials cada dia són més febles: la família, l'escola, la democràcia, el treball, l'Església, etc.

I de Bauman, podem arribar fins i tot al pensador alemany (d'origen coreà) Chul-Han, el qual intenta anar més enllà i parla de la pèrdua de rituals i rols que eren propis de societats pretèrites i que eren els marcadors dels estadis vitals, i situaven l'individu en un «cosmos» conegut i ordenat: un casament, la comunió, el rol clarament definit de la dona i l'home en la institució familiar, la figura de l'hereu i la pubilla, etc.

En síntesi, en una societat amb regles del joc sòlides i definides era molt més senzill esbrinar quin era el paper que tocava fer a l'individu que no pas en una societat líquida on s'hi pot trobar fins i tot desemparat.

I que aquest darrer paràgraf no s'interpreti com una nostàlgia de temps passats, és clar que el moment present i l'abolició de rols i rituals ha implicat uns graus de llibertat col·lectiva i individuals molt





superiors, però cal decidir quin ús donem a aquesta llibertat, ja que si no l'hi donem un sentit (tant individualment com col·lectiva) podem caure en allò que el grup filosòfic Tiquun va teoritzar com el *Bloom*. I què és el *Bloom*? El tedi, el buit, la manca de sentit vital, de trobar sentit a allò que ens envolta.

De ben segur convindrem que és molt més senzill trobar sentit a la vida quan la societat et diu què has de fer a partir de codis morals preestablerts (ser una bona muller, ser l'hereu del mas, fer el soldat, seguir l'ofici del pare, etc.), que no pas quan ets tu, des de la teva llibertat individual qui ha de definir allò que vols ser, i més en un moment en què la ciència i la tècnica han obert tant el ventall de possibilitats (avui fins i tot és possible definir la pròpia identitat de gènere).

L'individualisme és possiblement l'element del pensament neoliberal que ha quallat amb més força en les societats occidentals. I no es tracta d'emetre judicis de valor de si això és bo o no, però sí que vull apuntar que aquest individualisme no ha estat innocu a l'hora de construir relacions profundes, a l'hora de combatre, com afirma Manel Cruz en el seu article, la sensació de «no importar a aquelles persones que ens importen».

I a tota aquesta fluïdesa de la societat, ja gairebé etèria, cal afegir-hi dos elements més, molt significatius en les darreres dècades i els quals, com a societat, encara avui no hem interioritzat amb plenitud.

En primer lloc, l'ús intensiu i normalitzat de la tecnologia com a base per a l'establiment de relacions socials de tota mena (laborals, amistoses, afectives...), especialment entre els més joves, i que ha dut a noves formes de relacionar-se, encara no sabem si millors o pitjors, però en qualsevol cas, diferents. Es fa evident que les persones més joves han perdut habilitats socials, almenys com enteníem que eren les habilitats socials fa unes dècades, i això





hem d'aprendre a mesurar-ho. Cal una major investigació sociològica sobre l'ús de la tecnologia en les relacions socials i defugir del titular escandalós i fàcil que tot sovint trobem als mitjans al voltant de «l'amenaça tecnològica». Encara cal aprendre molt, tant dels efectes positius com dels nocius, de l'ús de la tecnologia.

I en segon lloc, l'important increment de l'esperança de vida d'occident en les darreres tres dècades. En paraules del filòsof francès Pascal Bruckner,¹ «els avenços de la ciència mèdica no ens han perllongat la vida, sinó que ens han perllongat la vellesa» i cal, doncs, omplir de vida aquests anys de vellesa que s'han guanyat, entenent «vida» no com la mera existència, sinó com l'existència amb sentit, amb finalitats diverses. I no és feina dels investigadors i metges dotar els anys de vida, és feina de tots, també de l'àmbit públic, el qual ha de ser capaç d'oferir a la ciutadania polítiques de promoció de les persones que empoderin, és a dir, dotar les persones d'eines i recursos per fer un ús profitós de la pròpia llibertat i de la vida.

En resum, cal defensar les polítiques de lluita contra la soledat, així com les de promoció de les persones, i tot apunta que oferiran resultats. Però aquestes mateixes polítiques indiquen una simptomatologia social de la qual hem de prendre consciència per tal d'afavorir el canvi cap una societat més humana. Alguna cosa està fallant en el nostre món i no sabem ben bé què és. Segurament allò que falla ho podríem situar en l'escala dels valors socials o en el combat cultural, i l'extensió de la tecnologia i els avenços mèdics ho fan encara més plausible, però en alguna cosa estem fallant que fa que deixem còdols aïllats a la ribera i suportant la pressió del cabal del riu. Les polítiques de promoció ens han de

1. Bruckner, Pascal (2021). *Un instante eterno. Filosofía de la longevidad*. Madrid, Siruela.





permetre de repescar-los i tornar-los a la llera, però això no ens eximeix de reflexionar sobre la necessitat de canvi social, de fer el riu més ample potser.

L'avenç social, si volem que esdevingui sòlid, passa en primera instància per la reflexió, la dels experts en ciències socials, de la política, la del debat públic, i és per això que presentem aquest conjunt d'articles d'experts en diverses matèries, als quals hem demanat que reflexionin al voltant de la soledat no desitjada i tenint en compte la pluralitat de la societat, per afavorir una visió de 360° sobre el fenomen.

Amb la modernitat, neix el concepte «d'individu», tal com el coneixem avui, i durant segles ens hem preocupat per les seves condicions materials de vida. Però l'individu (com a concepte cultural) ha arribat a un estadi en què comença a malmetre les pròpies relacions socials; calen, doncs, polítiques socials no només encaminades a la millora de les condicions materials de vida, sinó també a refer la pròpia societat, refer o recodificar nous vincles, per fer, en definitiva, una societat en la qual sapiguem donar col·lectivament un sentit més ple a les paraules «vida en llibertat».

Joan R. Riera

