

Experto entregó recomendaciones para revertir este escenario.

María José Villagrán  
 prensa@latribuna.cl

# Estudio revela que tres de cada 10 estudiantes de 15 años se sienten solos en el colegio

**D**atos de los jóvenes que rindieron la prueba PISA, reveló que el 27% de los estudiantes chilenos de 15 años –esto es, cerca de tres de cada 10– se sienten solos en los colegios.

Esta cifra representa un aumento en comparación con años anteriores; en 2018, la cifra era del 22% y en 2012, solo del 9%.

Ello, luego de que ese porcentaje de alumnos contestara estar “de acuerdo o muy de acuerdo” a la afirmación “me siento solo en el colegio”, cuando se le preguntó sobre ello en dicho examen.

A nivel internacional, en respuesta a la misma pregunta, el promedio OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico) fue del 16% en 2022.

A quienes rindieron la prueba, también se les preguntó sobre si se sienten como un outsider, si hacen amistades fácilmente en el colegio, si perciben que pertenecen al establecimiento educacional, si se sienten “ratos” o fuera de lugar en la escuela y si parece que le agradan a otros estudiantes.

Con la información que arrojaron estas seis preguntas, la psicóloga estadounidense Jean Twenge construyó, en 2021, un indicador de soledad elevada.

Según los resultados de su estudio, casi el doble de los adolescentes en 2018 presentaban niveles prominentes de soledad en el colegio frente a 2012.

En Chile, la cantidad de jóvenes que presentaba soledad ele-

vada aumentó de 13,6% a un 31% entre 2012 y 2018.

Algo similar fue lo que hizo Harald Beyer, ex ministro de Educación y académico de la Escuela de Gobierno de la UC, quien replicó la metodología del estudio, con algunas adaptaciones, y con ello estimó que en 2022, un 34,3% de los alumnos chilenos estaba en esta condición; es decir, uno de cada tres jóvenes.

Al respecto, “lo que preocupa es el incremento de esta cifra en adolescentes de nuestro sistema escolar, que –en general– hay que mirarlos con cautela porque, en el fondo, es una pregunta respecto a la sensación de soledad que no necesariamente es un cuadro clínico pero sí es un llamado de alerta a identificar si efectivamente nuestros estudiantes están presentando o no más problemas de salud mental en relación consigo mismos”, explicó el investigador del Instituto de Bienestar Socioemocional y académico de la Facultad de Psicología de la Universidad del Desarrollo (UDD), Jorge Varela.

Asimismo, explicó que es importante no solo estar atentos a si se trata de un problema de salud mental en los estudiantes chilenos sino que, además, es necesario considerar otros indicadores como la sensación de soledad y el suicidio en adolescentes, ya que este último ha ido aumentando significativamente y dentro de los países de la OCDE, Chile es el que tiene



SEGÚN LA PRUEBA PISA, EL 27% de los estudiantes chilenos de 15 años se sienten solos en los colegios.

la tasa de crecimiento más alta.

Respecto a los factores que inciden en que cada vez más estudiantes se sientan solos en sus colegios, “lo que podría hipotetizar tiene que ver con los vínculos, el cómo –quizás– en sociedades más modernas estamos dejando de lado la importancia de los vínculos en la casa, en la familia, en el colegio, en espacios de interacción, con las comunidades”, relató Varela.

Contrario a lo que se plantea en la actualidad en torno al uso casi indiscriminado de teléfonos celulares en adolescentes, el profesional tiene una postura contraria a esta “revolución” de prohibirlos.

A su juicio, “el abuso de la tecnología simplemente es parte del síntoma, no es la causa. Creo que si un chico se siente solo, se refugia en el teléfono y no es culpa del teléfono que se sienta más solo; se siente más solo porque tenemos menos espacio, quizás en las familias están menos presentes, el tener hitos en los cuales compartamos juntos, establecer más interacciones con otros y otras, puede ser producto de eso”, expresó el profesional de la salud.

**¿QUÉ HACER PARA EVITAR QUE LOS NIÑOS SE SIENTAN SOLOS?**

En torno a las potenciales

soluciones para evitar que los adolescentes se sientan más solos, Varela entregó dos posibles soluciones.

Lo primero, es contar con datos locales que permitan determinar si es que efectivamente el escenario a nivel local se representa o se replica en el contexto en el cual está inserta una persona.

En segundo lugar, “cuando identifico alumnos en riesgo, lo recomendable es tener algún tipo de intervención que aumente la intensidad”, sostuvo Varela.

En este contexto, lo ideal sería aumentar la cobertura de actividades, no aumentar la intensidad de las actividades y disminuir la cobertura.

Es decir, “a pocos estudiantes brindarles más apoyo. Si un 5% de mis estudiantes están en un nivel alto de soledad, sería bueno tratar de caracterizar eso: si son hombres o mujeres, en qué curso están, qué pasa en la casa y en el curso; son alumnos que están aislados o si son víctimas de acoso escolar y si son estudiantes que tienen problemas de notas. Con todo eso, uno puede pensar en una intervención más integral, entonces puedo apoyar en la casa, puedo ver cómo lo apoyo en la sala de clases, generando más interacciones o trabajos grupales, etc.”, explicó Varela.

Respecto a cómo la familia

puede ayudar a revertir este escenario, lo que debería hacer no es muy distinto a lo que se realizaría en un colegio.

El llamado también es a “levantar información sobre cómo se sienten mis hijos, cuánto converso o interactúo con ellos, cómo son nuestros intercambios y si estos son de calidad”, explicó el profesional.

Asimismo, también exhortó a evaluar el uso de los celulares: “cuando estamos cenando juntos ¿estamos cenando realmente y conversando o estamos sentados en la mesa y cada uno preocupado del teléfono?”, puntualizó Varela.

En ese contexto, el primer consejo para evitar que los jóvenes se sientan solos es velar por tener una calidad en las interacciones con los miembros de la familia.

El segundo, en tanto, es levantar información: “mi hijo, ¿con quiénes comparte? ¿Con quiénes interactúa? ¿Con quiénes tiene amistad? Hay un cumpleaños y no lo invitan, ¿por qué no lo invitan? ¿Es porque está pasando algo en el colegio o porque se siente solo?”, relató el psicólogo.

En este sentido, la única manera de hacerlo –agregó el docente de la UDD– es tratando de tener instancias de intercambio y generando vínculos con los adolescentes, ya que eso facilita la comunicación.



INVESTIGADOR DEL INSTITUTO DE BIENESTAR Socioemocional y académico de la Facultad de Psicología de la Universidad del Desarrollo (UDD), Jorge Varela.