

Primer Encuentro Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros

Informe de resultados del encuentro

Departamento de Cuidados y Políticas Sociales
Dirección Estratégica
Diputación Foral de Gipuzkoa

Noviembre 2025

Indice

RESUMEN EJECUTIVO

1. Introducción.....	6
2. Marco Institucional	7
2.1. El Plan Estratégico 2024–2027 – Diputación Foral de Gipuzkoa.....	7
2.2. El Fomento del Bienestar Emocional en las Personas Jóvenes de Gipuzkoa.....	7
3.2. Metodología del taller	9
4. Resultados del Primer Encuentro de Bienestar Emocional	9
4.1. Retos Identificados en el Taller	9
4.1.1. <i>Bienestar emocional y salud mental</i>	9
4.1.2. <i>Familia y convivencia</i>	10
4.1.3. <i>Desigualdades sociales</i>	11
4.1.4. <i>Comunidad y participación</i>	11
4.1.5. <i>Tecnología, redes sociales y alfabetización digital</i>	11
4.2. Soluciones propuestas.....	12
4.2.1. <i>Planificación y evaluación de programas</i>	12
4.2.2. <i>Educación emocional y competencias</i>	12
4.2.3. <i>Participación juvenil real</i>	13
4.2.4. <i>Familia y parentalidad</i>	13
4.2.5. <i>Deporte y ocio</i>	13
4.2.6. <i>Intervenciones de proximidad</i>	13
4.2.7. <i>Alfabetización digital</i>	13
5. Políticas para el desarrollo futuro	14
5.1. Refuerzo del sistema educativo y apoyo al alumnado.....	14
5.2. Coordinación intersectorial y estrategias integrales	14
5.3. Tecnología y uso de pantallas	14
5.4. Conexión de recursos comunitarios.....	15
5.5. Participación juvenil	15
5.6. Marco normativo y financiación	15
6. Red de Aprendizaje y Transferencia en Bienestar Emocional.....	16
6.1. Gobernanza clara y participativa	16
6.2. Mapeo y sistematización de buenas prácticas.....	16
6.3. Procesos de aprendizaje	16
6.4. Transferencia y acompañamiento	16

6.5. Evaluación e impacto	17
6.5. Resultados esperados y alcance territorial	17
7. Conclusiones.....	17

Resumen Ejecutivo

Objetivo general del primer encuentro de bienestar emocional para personas jóvenes

El Primer Encuentro Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros, celebrado el 12 de noviembre de 2025 en Donostia-San Sebastián, reunió aproximadamente a 50 personas procedentes de universidades, ayuntamientos, entidades del tercer sector y equipos técnicos de la Diputación Foral de Gipuzkoa.

El objetivo del encuentro fue presentar el *Proyecto Tractor: Fomento del Bienestar Emocional para personas jóvenes de Gipuzkoa* y explorar retos, desafíos y recomendaciones para impulsar una política territorial de bienestar emocional para jóvenes en Gipuzkoa.

Objetivos del taller

- Identificar retos que afectan al bienestar emocional juvenil.
- Explorar soluciones e innovaciones.
- Formular recomendaciones de políticas aplicables a nivel municipal y foral

Metodología

- 4 mesas de trabajo (9-10 personas cada una) con anfitriones.
- Deliberación secuencial sobre Retos, Oportunidades/Soluciones y Recomendaciones de Políticas.
- Análisis diferenciado por edad: 12-17 y 18-25 años.
- Uso de materiales visuales, cartulinas, plantillas y presentaciones audiovisuales.

RESULTADOS DEL TALLER				
Categoría	Aspectos Clave	Retos	Soluciones / Acciones	Políticas Recomendadas
Bienestar emocional y salud mental	Adolescencia y juventud (12-25 años)	Baja conciencia emocional, ansiedad, presión académica y laboral, falta de referentes, desigualdades culturales y sociales	Educación emocional, acompañamiento continuo, espacios de respiro, formación en habilidades socioemocionales	Incluir educación emocional en currículos, reforzar psicología y orientación educativa, atención en entornos comunitarios
Familia y convivencia	Modelos de parentalidad y relaciones intergeneracionales	Falta de límites claros, comunicación débil, inestabilidad en relaciones de pares, ausencia de espacios seguros	Programas de parentalidad positiva, formación y acompañamiento familiar	Integrar familias como agentes clave en políticas de bienestar, fortalecer entornos seguros y coherentes
Desigualdades sociales	Recursos económicos, migración, género, diversidad	Vulnerabilidad de jóvenes migrantes, mujeres y con menos recursos;	Acceso inclusivo a servicios, programas discriminación positiva,	Estrategias intersectoriales, políticas de igualdad, mejora en

		dificultades de emancipación, ocio excluyente, barreras culturales y lingüísticas	acompañamiento específico	acceso a vivienda, empleo y ocio
Comunidad y participación	Participación juvenil y cohesión social	Desconexión comunitaria, abandono del deporte, falta de redes de apoyo, participación insuficiente	Espacios de co-creación, voluntariado, programas peer-to-peer, fortalecimiento de vínculos entre pares	Gobernanza participativa juvenil, programas inclusivos, integración de jóvenes en decisiones locales
Deporte y ocio	Espacios inclusivos y seguros	Falta de inclusión de chicas, jóvenes LGTBI+ y migrantes, recursos insuficientes	Formación de profesionales, programas de calle, evaluación de impacto	Financiar iniciativas con evidencia, crear entornos protectores y libres de violencia
Tecnología y redes sociales	Uso de pantallas y alfabetización digital	Comparación social, ansiedad, hábitos digitales poco saludables, falta de referentes positivos	Alfabetización digital, sensibilización a jóvenes y familias, prevención de riesgos IA	Pacto social sobre uso de pantallas, formación digital preventiva, incorporación de familias como ejes de cambio
Intervenciones de proximidad	Atención psicológica y educativa	Acceso limitado a recursos, dependencia de proyectos temporales	Psicólogos y educadores en Atención Primaria, acompañamiento continuo, mirada comunitaria	Estrategias integradas en educación, salud y servicios sociales; continuidad y sostenibilidad de programas
Red de Aprendizaje y Transferencia	Coordinación, sistematización y aprendizaje	Prácticas aisladas, dificultad de transferencia, falta de evaluación	Mapeo de buenas prácticas, seminarios intersectoriales, acompañamiento entre municipios	Gobernanza interinstitucional, indicadores de impacto, escalabilidad de iniciativas, participación juvenil activa

Primer Encuentro

Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros

1. Introducción

El Primer Encuentro *Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros*, celebrado el 12 de noviembre de 2025 en Donostia-San Sebastián, reunió aproximadamente a 50 personas procedentes de universidades, ayuntamientos, entidades del tercer sector y equipos técnicos de la Diputación Foral de Gipuzkoa. El objetivo del encuentro era abrir un espacio de análisis, debate y co-creación para avanzar en la comprensión de los retos del bienestar emocional en la juventud de Gipuzkoa, identificar oportunidades de innovación, realizar recomendaciones para el impulso de políticas del bienestar y definir los elementos clave de una futura Red de Aprendizaje y Transferencia en este ámbito.

El taller se enmarca en las actividades del Proyecto Tractor: *Fomento del Bienestar Emocional en Personas Jóvenes de Gipuzkoa*, liderado por el Departamento de Cuidados y Políticas Sociales, y uno de los proyectos estratégicos del Plan Estratégico 2024–2027 de la Diputación Foral de Gipuzkoa, que sitúa a la juventud como prioridad política e institucional y reconoce el bienestar emocional de las personas jóvenes como un componente central del desarrollo integral y sostenible del Territorio.

La jornada incluyó una presentación inicial del marco institucional, el análisis de un estudio sectorial sobre buenas prácticas realizado por el SIIS y un taller dinámico en que las personas participantes pudieran deliberar y realizar propuestas en tres mesas de trabajo, que abordaron tres temas centrales: los retos del bienestar emocional de las personas jóvenes, las oportunidades para impulsar innovaciones / soluciones, y recomendaciones de políticas para fomentar el bienestar emocional de las personas jóvenes (entre 13-17 años y 18-25 años) del Territorio de Gipuzkoa. Adicionalmente, se debatieron y sugirieron actividades vinculadas al impulso de una Red de Aprendizaje y Transferencia en el ámbito del Bienestar Emocional para las personas jóvenes.

El documento está organizado en siete secciones aparte de esta introducción. En la primera, se describe el marco institucional que da origen al Primer Encuentro, que se realiza en contexto de la ejecución del Proyecto Tractor: Fomento del Bienestar Emocional en las Personas Jóvenes de Gipuzkoa. En la segunda sección, se destacan los retos identificados por las personas participantes de las mesas de trabajo. En la tercera sección, se ofrecen soluciones o propuestas para afrontar los retos identificados. En la cuarta sección se definen un conjunto de recomendaciones de política para el fomento y la mejora del bienestar emocional. En la quinta sección, se destacan los ejes centrales de una Red de Aprendizaje y Transferencia que permita mapear iniciativas, sistematizar innovaciones y articular los procesos de aprendizaje cruzado y transferencia de buenas prácticas. Por último, se sintetiza el documento con algunas conclusiones.

2. Marco Institucional

2.1. El Plan Estratégico 2024–2027 – Diputación Foral de Gipuzkoa

El Plan Estratégico 2024-2027 constituye el principal instrumento de innovación en políticas públicas que impulsa la Diputación Foral de Gipuzkoa ofreciendo una visión de Gipuzkoa como una comunidad responsable, igualitaria, sostenible y orientada al bienestar integral de todas las personas.

Dentro de sus pilares estratégicos, el Pilar I – *Bienestar, salud, protección e igualdad de las personas* – recoge la prioridad de impulsar proyectos tractores para el fomento del bienestar emocional de la juventud, articulando políticas coordinadas entre departamentos, agentes locales y personas jóvenes.

El despliegue del Plan Estratégico se realiza a través de Proyectos Tractores, es decir, proyectos diseñados para integrar recursos interinstitucionales, capacidades profesionales y redes de agentes con el fin de generar impactos significativos y medibles tanto en la pertinencia de las políticas, la eficiencia de los servicios públicos como en la calidad de vida de las personas que habitan en el Territorio de Gipuzkoa.

2.2. El Fomento del Bienestar Emocional en las Personas Jóvenes de Gipuzkoa

El *Proyecto Tractor: Fomento del Bienestar Emocional en las Personas Jóvenes de Gipuzkoa*, impulsado por el Departamento de Cuidados y Políticas Sociales y la Dirección Estratégica, en colaboración con el Departamento de Juventud de la Diputación Foral de Gipuzkoa, tiene como objetivo promover el bienestar emocional y la activación colectiva de la juventud. El Proyecto Tractor aborda la diversidad de perfiles, edades y situaciones que atraviesan las personas jóvenes en Gipuzkoa, integrando y articulando experiencias procedentes tanto del ámbito educativo como del comunitario.

El Proyecto Tractor organiza su gestión y despliegue mediante paquetes de trabajo, algunos de los cuales son secuenciales y otros transversales. Los Paquetes de Trabajo facilitan la articulación de objetivos, acciones, implementación de micro-proyectos experimentales, gobernanza de agentes y personas jóvenes, monitorización, evaluación de impacto y escalado del proyecto. :

- *Gobernanza interinstitucional (Grupo Motor)*

El Proyecto Tractor se organiza mediante un Grupo Motor, responsable de impulsar la gobernanza, coordinar a los servicios y agentes, monitorizar el avance y garantizar la coherencia metodológica del proyecto. El Grupo Motor está integrada a tres departamentos de la Diputación Foral de Gipuzkoa, por entidades municipales, organizaciones del tercer sector y universidades, así como por un panel de personas jóvenes que contribuyen en el desarrollo de iniciativas, diseño de políticas y evaluación de todo el ciclo del proyecto.

- *Marco conceptual y metodológico*

El Proyecto Tractor incorpora un marco conceptual y metodológico para abordar el bienestar emocional de las personas jóvenes, articulando dimensiones de desarrollo emocional, cohesión comunitaria, relaciones interpersonales, competencias socioemocionales, participación juvenil y hábitos de vida saludables. Para ello el Proyecto Tractor cuenta con la participación de grupos de investigación universitarios y un comité científico especializado en la materia.

- *Proyectos experimentales y territorialización*

El Proyecto Tractor coordina diferentes tipos de proyectos aprobados en diversas convocatorias públicas y anuales que realiza la Diputación Foral de Gipuzkoa en la materia, facilitando la evaluación y coordinación de sus actividades. Asimismo, el Proyecto Tractor colabora en el despliegue de las actividades ligadas al Programa TREBA Gaztea, impulsado por el Departamento de Juventud (Diputación Foral de Gipuzkoa) que estructura actividades educativas, comunitarias, de sensibilización y formación dirigidas a personas jóvenes de distintas edades, orientado al despliegue de iniciativas en cooperación con los ayuntamientos de todo el territorio de Gipuzkoa.

- *Evaluación y escalado*

El Proyecto Tractor diseña y pone en marcha modelos y metodologías de evaluación que dan soporte al seguimiento y medición de impacto de todas las actividades que se desarrollan en su seno. Asimismo, impulsa la Red de Aprendizaje y Transferencia con el objetivo es fortalecer un espacio intersectorial de aprendizaje, capaz de reunir a servicios, entidades y agentes diversos en torno a una reflexión compartida gracias al mapeo de buenas prácticas, la sistematización de innovaciones y el desarrollo de metodologías para la transferencia intersectorial de innovaciones que funcionan. Los procesos de aprendizaje cruzado (entre entidades, ayuntamientos, grupos de investigación y personas jóvenes) se realiza mediante seminarios, talleres y encuentros periódicos, concebidos como espacios de debate, contraste metodológico y generación de nuevas ideas.

- *Diseño de políticas de bienestar emocional y mejora de servicios*

El Proyecto Tractor diseña y pone en marcha metodologías colaborativas y participativas para el co-diseño, implementación y evaluación de políticas del bienestar emocional para personas jóvenes del Territorio de Gipuzkoa. Asimismo, promueve la mejora en los servicios de juventud, servicios sociales, educativos y otros servicios públicos que permiten mejorar el bienestar emocional de las personas jóvenes.

3. Objetivos y metodología del Primer Encuentro sobre Bienestar Emocional

El *Primer Encuentro Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros*, tuvo por finalidad presentar el Proyecto Tractor y explorar retos, desafíos y recomendaciones para el impulso de una política territorial del bienestar para personas jóvenes.

3.1. Objetivos del taller

El taller tuvo como finalidad identificar los principales retos que afectan al bienestar emocional de la juventud en Gipuzkoa, explorar soluciones e innovaciones que puedan mejorar dicho bienestar y formular recomendaciones de políticas de bienestar emocional que puedan aplicarse a nivel municipal y foral.

3.2. Metodología del taller

El taller se ha organizado en cuatro mesas de trabajo integradas por 9-10 personas. Cada mesa ha contado con una persona anfitriona responsable de dinamizar la deliberación y sintetizar las aportaciones de la mesa. Las mesas han deliberado de manera secuencial tres temas: Retos, Oportunidades / Soluciones y Recomendaciones de Políticas para el fomento del bienestar para las personas jóvenes. Para el análisis de estos tres factores se ha diferenciado por grupos de edad: 12-17 a 18-25 años. La dinámica se ha apoyado sobre materiales visuales, cartulinas, plantillas de síntesis y, presentaciones audiovisuales para reforzar la claridad de las instrucciones.

4. Resultados del Primer Encuentro de Bienestar Emocional

4.1. Retos Identificados en el Taller

Los retos recogidos durante el taller permiten comprender la complejidad multicausal del bienestar emocional juvenil, según tramos de edad (12-17 y 18-25 años) La deliberación en las mesas de trabajo se centró en cinco ámbitos claves: salud mental y gestión emocional; familia y convivencias; desigualdades estructurales; comunidad y participación; impacto del entorno digital.

4.1.1. Bienestar emocional y salud mental

En el ámbito del bienestar emocional y la salud mental, las personas participantes señalaron que todavía persiste una baja conciencia social sobre el cuidado emocional, lo que limita la capacidad de adolescentes y jóvenes para identificar, expresar y gestionar adecuadamente su malestar. Se observa una incidencia creciente de problemas de salud mental y sentimientos de “desesperanza”, que se manifiestan en dificultades para gestionar emociones intensas, tolerar la frustración y manejar situaciones de estrés, incrementando la vulnerabilidad frente a episodios de ansiedad, bloqueos o impulsividad.

Estas dificultades se hacen especialmente visibles en los momentos de cierre de etapas educativas, cuando surgen dudas sobre el propósito vital, crisis de identidad y falta de herramientas para afrontar la presión académica y las decisiones sobre el futuro. Las expectativas sociales elevadas en torno a los estudios, el trabajo y la emancipación generan una presión añadida que acelera los ritmos de vida y dificulta la construcción de estilos de vida más calmados y sostenibles.

Las mesas subrayaron también que estas vulnerabilidades no afectan por igual a toda la juventud: se identificaron situaciones especialmente delicadas en jóvenes migrados, en quienes transitan desde los sistemas de protección a recursos para personas adultas, y en jóvenes con adicciones, con mención específica al consumo de cannabis en el ámbito educativo. También se destacaron otras desigualdades que atraviesan a las personas jóvenes como las que afectan a personas LGTBIQ+, a jóvenes con diversidad funcional y las diferencias culturales entre entornos rurales y urbanos (en particular los itinerarios formativos y de inserción socio-laboral). En el caso de las personas adolescentes, se destacó la necesidad de promover el bienestar emocional en sus familias, mediante intervenciones intersectoriales que acompañen también al entorno familiar, así como la importancia de contar con espacios de “respiro” entendidos como tiempos y lugares seguros donde el alumnado pueda desconectar de las exigencias académicas, regular sus emociones, expresarse libremente y acceder a apoyo adulto cuando lo necesiten, especialmente en contextos donde confluyen múltiples presiones. Asimismo, fomentar conversaciones e intercambio entre centros educativos, especialmente en contextos donde confluyen múltiples exigencias. Además, se indicó que una parte importante de la población adolescente y juvenil carece de referentes y formación sobre cómo establecer relaciones saludables, y que persiste una falta de mensajes positivos sobre la juventud, predominando narrativas centradas en la falta de autonomía que acaban condicionando su autopercepción. Ante este escenario, las aportaciones de las mesas apuntan a la necesidad de reforzar el autoconocimiento, la reflexión sobre la propia identidad y las habilidades socioemocionales básicas, así como ofrecer apoyos continuados a aquellas personas jóvenes que, debido a situaciones de fragilidad personal, familiar o social, requieren un acompañamiento más intenso para avanzar hacia una mayor independencia emocional. Por otro lado, se ha señalado la situación de adolescentes que apenas cuentan con tiempo junto a personas referentes, padres/madres que, por circunstancias laborales o de otro tipo, apenas pueden estar con los/as hijos/as.

4.1.2. Familia y convivencia

En el ámbito de la familia y la convivencia, las aportaciones de las mesas reflejan que muchas familias presentan hoy modelos de parentalidad poco definidos, es decir, estilos educativos en los que no están claros los límites, las normas, los roles ni las responsabilidades de cada adulto en el cuidado. Esto se traduce en dificultades de comunicación entre generaciones y en una menor capacidad de acompañamiento emocional a adolescentes y jóvenes por parte de padres y madres y del entorno familiar. Ese acompañamiento puede implicar ofrecer espacios y programas de formación, pautas, orientación para solventar dudas, y aportar pautas de afrontamiento de situaciones tanto educativas, como personales, por su impacto en la tarea educadora. A esta fragilidad familiar se suma la inestabilidad de las relaciones entre iguales, donde aparecen dinámicas machistas, liderazgos negativos y la ausencia de espacios seguros en los que construir vínculos basados en la confianza y el respeto. Las personas participantes subrayaron también la falta de sentimiento de pertenencia que afecta a una parte significativa de la juventud, especialmente a quienes no cuentan con “cuadrilla”, redes de apoyo o referentes adultos estables capaces de ofrecer orientación coherente y cercana. En contextos multiculturales y diversidad de género y otro tipo, estas dificultades se intensifican: persisten barreras relacionales, estereotipos y prejuicios racistas que dificultan la convivencia positiva y limitan las oportunidades de interacción y cohesión comunitaria entre jóvenes de distintos orígenes.

4.1.3. Desigualdades sociales

En relación con las desigualdades sociales, las mesas destacaron que ciertos grupos de jóvenes — en particular jóvenes migrantes, mujeres y quienes cuentan con menos recursos económicos— enfrentan una vulnerabilidad significativamente mayor, que condiciona su bienestar emocional y sus oportunidades de desarrollo. Las dificultades para la emancipación y el acceso a una vivienda estable generan incertidumbre y sensación de precariedad vital, limitando la autonomía juvenil. A ello se suma un ocio que a menudo resulta excluyente para quienes no disponen de recursos, junto con desigualdades persistentes en el acceso al empleo y a sistemas de protección social, que profundizan las brechas ya existentes. También tienen un peso importante las brechas culturales y lingüísticas, especialmente en el caso de jóvenes de origen extranjero, que dificultan su participación plena en la vida comunitaria, reducen oportunidades de integración y refuerzan situaciones de aislamiento social.

4.1.4. Comunidad y participación

En el ámbito de la comunidad y la participación, las aportaciones del taller reflejan una creciente desconexión comunitaria, especialmente entre jóvenes de 18 a 24 años, un grupo para el que las iniciativas tradicionales de participación resultan menos atractivas o insuficientemente adaptadas a sus intereses y ritmos de vida. Esta situación subraya la necesidad de crear espacios estables de escucha activa, diálogo y co-creación, donde la juventud pueda expresarse, sentirse reconocida y participar de forma significativa en los asuntos que le afectan, más allá de dispositivos puntuales o de carácter exclusivamente consultivo.

Las personas participantes señalaron también el abandono progresivo de la práctica deportiva, que se acentúa en la adolescencia y, particularmente, entre las chicas, coincidiendo con una franja de edad en la que escasean programas ajustados a sus necesidades. Asimismo, se destacó que esta tendencia afecta también a jóvenes LGTBI+, quienes con frecuencia encuentran barreras adicionales en los espacios deportivos relacionadas con la falta de modelos inclusivos y de entornos seguros. En varias mesas también se destacó la figura de las personas monitoras de ocio, tiempo libre y deporte, dado el tiempo que comparten con adolescentes y jóvenes y la cercanía que suelen mantener con ellos y ellas. Esta relación cotidiana facilita que en estos contextos puedan aflorar dificultades o necesidades que, de otro modo, pasarían desapercibidas, convirtiéndoles en agentes clave para su detección temprana. En algunos municipios, a estas dinámicas se suma la existencia de tejidos comunitarios frágiles o insuficientes, que dificultan la construcción de vínculos, la participación en actividades locales y la generación de entornos seguros y acogedores para la juventud. Asimismo, se subrayó la relevancia de fortalecer la conexión entre pares, mediante iniciativas que faciliten redes de apoyo mutuo y procesos de acompañamiento entre iguales en ámbitos educativos, sociales y comunitarios. En algunos municipios, estas dinámicas se ven dificultadas por tejidos comunitarios insuficientes o frágiles, que limitan las oportunidades de encuentro y participación. Ante esta realidad, se señaló la importancia de fortalecer la conexión entre pares mediante iniciativas que faciliten redes de apoyo mutuo y procesos de acompañamiento entre iguales en ámbitos educativos, sociales y comunitarios, así como de impulsar propuestas que, además de ofrecer actividades, contribuyan a construir comunidad, reforzar el sentimiento de pertenencia y reconocer a adolescentes y jóvenes como protagonistas en la vida colectiva del territorio.

4.1.5. Tecnología, redes sociales y alfabetización digital

En relación con la tecnología, las redes sociales y la alfabetización digital, las mesas identificaron un impacto creciente del entorno digital en la autoimagen, la ansiedad y los hábitos relacionales de adolescentes y jóvenes. La exposición constante a comparaciones sociales, contenidos estéticos irreales o dinámicas de validación inmediata afecta de manera directa al bienestar emocional y

aumenta la vulnerabilidad ante situaciones de presión o inseguridad. Las personas participantes coincidieron en la necesidad de impulsar intervenciones preventivas desde edades tempranas, con el fin de desarrollar competencias críticas antes de que se consoliden hábitos digitales poco saludables. También se señaló la falta de herramientas y sistemas de apoyo para gestionar emocionalmente las experiencias digitales, así como la carencia de referentes digitales cercanos y saludables, que dificultan la construcción de modelos positivos de relación, identidad y uso equilibrado de la tecnología.

4.2. Soluciones propuestas

Las soluciones recogidas a continuación se formularon en relación directa con los retos descritos en la sección 3, y se presentan agrupadas por ámbitos temáticos.

4.2.1. Planificación y evaluación de programas

Las mesas coincidieron en la importancia de reorientar la planificación de programas hacia un enfoque basado en resultados, partiendo de una teoría del cambio clara que permita definir qué se quiere lograr y cómo se medirá el impacto. Se subrayó la necesidad de implementar intervenciones basadas en evidencia, evitando acciones aisladas o poco fundamentadas, y avanzando hacia modelos más rigurosos y sostenibles (realizar evaluaciones de coste-eficacia con pretest, postest y seguimientos).

En esta misma línea, se planteó la conveniencia de incorporar de manera sistemática evaluaciones de eficacia y coste-eficacia que incluyan mediciones antes de la intervención (pretest), al finalizarla (postest) y en momentos posteriores de seguimiento, de modo que sea posible observar la estabilidad de los cambios y aprender qué funciona, para quién y en qué condiciones. Asimismo, se señaló la necesidad de fortalecer la gobernanza comarcal, así como asegurar financiación a medio plazo que permita evaluar impactos consolidados y no únicamente resultados inmediatos. Asimismo, las personas participantes destacaron la necesidad de realizar evaluaciones de impacto sistemáticas, y desarrollar diagnósticos diferenciados por grupos de edad para adaptar mejor las respuestas a las distintas etapas del desarrollo juvenil.

Las personas participantes insistieron también en la importancia de desarrollar diagnósticos diferenciados por grupos de edad y otras variables clave (género, origen, contexto socioeconómico, ruralidad/urbanidad) para adaptar mejor las respuestas a las distintas etapas del desarrollo juvenil y a las realidades diversas de la juventud guipuzcoana. Un sistema de planificación y evaluación de estas características facilitaría la toma de decisiones informada, la comparación entre experiencias y la transferencia de aquellas prácticas que hayan demostrado un impacto positivo en el bienestar emocional juvenil.

4.2.2. Educación emocional y competencias

En relación con la educación emocional (e.g., autoconocimiento, regulación emocional, habilidades relacionales, resiliencia), se consideró fundamental integrar su desarrollo desde la primera infancia y reforzar su presencia en la formación inicial y continua del profesorado con programas basados en evidencia, reconociendo que muchos profesionales carecen de herramientas suficientes para abordar estas cuestiones en su día a día. Las mesas señalaron la prioridad de situar las habilidades socioemocionales en el centro de la vida escolar y de los espacios de ocio, mediante intervenciones accesibles, continuadas y coherentes en el tiempo. Además, se planteó la necesidad de incrementar acciones de sensibilización dirigidas tanto a la población joven como a sus entornos, y surgió con

fuerza la propuesta de retrasar la edad de acceso al teléfono móvil a los 16 años, como medida preventiva para reducir riesgos asociados al uso temprano de la tecnología.

4.2.3. Participación juvenil real

Las personas participantes insistieron en que avanzar hacia una participación juvenil auténtica requiere crear espacios estables de escucha activa, diálogo y co-creación, donde la juventud pueda influir realmente en el diseño de iniciativas. Para ello, resulta esencial adaptar el lenguaje, los formatos y los canales de comunicación a las formas de interacción propias de las y los jóvenes, garantizando su accesibilidad e interés. También se propuso impulsar programas peer-to-peer y experiencias de voluntariado que fomenten el liderazgo juvenil y el apoyo mutuo. Asimismo, se destacó la relevancia de diseñar proyectos basados en la discriminación positiva, orientados a grupos con mayores niveles de vulnerabilidad, sustentándose en la identificación de dichos grupos y de sus necesidades específicas, con el fin de garantizar que ninguna persona quede fuera de los procesos participativos.

4.2.4. Familia y parentalidad

Las mesas subrayaron la prioridad de reforzar la parentalidad positiva a través de programas que acompañen a las familias en el desarrollo de habilidades educativas y de convivencia. Se señaló la importancia de recuperar y fortalecer el papel de las familias y de las figuras adultas de referencia, no solo como agentes de cuidado emocional, sino también como actores clave en la creación de entornos seguros, estables y coherentes para el desarrollo de adolescentes y jóvenes.

4.2.5. Deporte y ocio

En el ámbito del deporte y el ocio, se identificó la necesidad de reforzar la formación de profesionales para que estos espacios actúen como entornos protectores, igualitarios y libres de violencia. Las mesas destacaron la importancia de evaluar los programas de ocio existentes y revisar su financiación, orientando los recursos hacia iniciativas con impacto demostrado. Asimismo, se planteó la urgencia de promover espacios inclusivos y seguros, especialmente para chicas adolescentes, jóvenes del colectivo LGTBI+ y jóvenes con menos redes de apoyo. Finalmente, se sugirió el impulso de programas de calle dirigidos a adolescentes migrados, favoreciendo su inclusión comunitaria y el fortalecimiento de vínculos significativos.

4.2.6. Intervenciones de proximidad

Las personas participantes destacaron la necesidad de desplegar intervenciones que se acerquen activamente a adolescentes y jóvenes, en lugar de esperar que estos acudan a los recursos formales. Este enfoque implica ofrecer atención psicológica accesible y sin esperas, incrementar la presencia de psicólogos/as y educadores/as sociales en la Atención Primaria —no solo sanitaria, sino también comunitaria—, así como garantizar acompañamientos continuos que no dependan exclusivamente de proyectos temporales. Las mesas del taller insistieron en la importancia de que todas las actuaciones —educativas, sociales o comunitarias— integren de manera coherente una mirada comunitaria, entendiendo que el territorio y las relaciones cotidianas son elementos esenciales para el bienestar emocional.

4.2.7. Alfabetización digital

En materia de alfabetización digital, se consideró prioritario desarrollar competencias para un uso crítico, seguro y equilibrado de las redes sociales, especialmente en edades tempranas. Las personas participantes resaltaron la importancia de sensibilizar sobre el impacto psicológico del entorno digital, incluyendo fenómenos como la comparación social, la presión estética o la exposición prolongada. También se subrayó la necesidad de comprender las dinámicas económicas y tecnológicas que configuran el funcionamiento de las plataformas digitales y que influyen

directamente en el bienestar emocional, así como de incorporar herramientas específicas para anticipar los riesgos asociados a la inteligencia artificial. En este sentido, se destacó la importancia de que las acciones de formación, sensibilización y prevención tomen a padres, madres y tutores/as como eje del cambio, dotándoles de recursos para acompañar adecuadamente a la infancia y la adolescencia en el entorno digital.

5. Políticas para el desarrollo futuro

5.1. Refuerzo del sistema educativo y apoyo al alumnado

Las aportaciones de las mesas coinciden en que el sistema educativo debe ocupar un lugar central en la promoción del bienestar emocional juvenil. Para ello, se considera prioritario reforzar los equipos de orientación educativa, reduciendo ratios y ampliando la presencia de profesionales especializados, incluyendo psicólogos y psicólogas que puedan ofrecer una atención más cercana y preventiva. Además, se propuso extender los servicios de apoyo psicológico existentes en entornos universitarios —como en las universidades de Deusto, EHU o Mondragón Unibertsitatea— a otros niveles educativos y espacios comunitarios, asegurando una cobertura amplia y accesible. Las personas participantes subrayaron también la necesidad de incorporar contenidos específicos sobre bienestar emocional en el currículo, garantizando que la educación emocional forme parte estructural de los aprendizajes y no dependa de iniciativas puntuales. En este marco, se planteó formalizar la figura del educador o educadora social en los centros, con funciones faro de acompañamiento, prevención y mediación. Finalmente, se destacó la importancia de desarrollar un marco protector para la Formación Profesional, atendiendo a las particularidades de este ámbito y a las problemáticas específicas que allí emergen, como el consumo de sustancias o la presión por la transición al empleo.

5.2. Coordinación intersectorial y estrategias integrales

Uno de los consensos más sólidos del taller es la necesidad de superar las intervenciones fragmentadas. Las mesas identificaron que muchos programas se desarrollan de manera aislada, con coordinación insuficiente entre educación, salud, servicios sociales y recursos comunitarios, lo que limita su impacto. Por ello, se destacó la urgencia de impulsar estrategias intersectoriales sólidas, alineadas entre distintos departamentos de la Diputación Foral de Gipuzkoa y con los municipios del territorio. En esta línea, se propuso promover políticas interdepartamentales en ámbitos como vivienda, empleo, migración y bienestar emocional, reconociendo que los factores que afectan a la juventud son multidimensionales. También se sugirió habilitar espacios de gobernanza de alto nivel entre educación, diputación y ayuntamientos, capaces de establecer agendas compartidas y coordinar recursos. Las personas participantes señalaron, además, la importancia de ajustar marcos administrativos y legislativos que dificultan la colaboración —como los procedimientos rígidos de contratación— y de promover estrategias de discriminación positiva cuando existan desigualdades estructurales que afecten a grupos específicos. Finalmente, se subrayó la necesidad de formar a los equipos técnicos en interseccionalidad y antirracismo, para mejorar la pertinencia y sensibilidad de las intervenciones.

5.3. Tecnología y uso de pantallas

Ante el impacto creciente del entorno digital en el bienestar juvenil, las personas participantes de las mesas señalaron la pertinencia de avanzar hacia un pacto social sobre el uso de pantallas, capaz de involucrar a instituciones, familias, centros educativos, comunidad y la propia juventud. El

objetivo sería establecer criterios compartidos para promover un uso equilibrado y consciente de los dispositivos digitales, reducir la exposición precoz y garantizar hábitos saludables que contribuyan a la protección emocional y al desarrollo cognitivo.

5.4. Conexión de recursos comunitarios

Las personas participantes destacaron la necesidad de fortalecer la articulación de los recursos comunitarios en torno al bienestar emocional. En el ámbito del deporte y el ocio, existe ya una colaboración estable con el sistema de salud para la derivación y orientación de jóvenes, pero se considera estratégico extender estas conexiones a servicios sociales, educación y entidades comunitarias. Asimismo, se propuso evaluar las políticas de ocio en términos de impacto, pertinencia y sostenibilidad, y orientar la financiación pública hacia iniciativas con evidencia contrastada. Las mesas también señalaron la necesidad de reforzar los servicios públicos de psicología comunitaria, más allá de Osakidetza, ampliando el acceso en barrios y municipios. Junto a ello, se mencionó la importancia de conectar mejor a los jóvenes con corporaciones y empresas para facilitar la inserción laboral y generar oportunidades que contribuyan a su bienestar emocional. Completa esta visión la propuesta de fomentar investigación comunitaria a largo plazo, con financiación plurianual mínima de cuatro años, así como flexibilizar los presupuestos destinados a programas comunitarios, que con frecuencia se ven limitados por convocatorias demasiado rígidas.

5.5. Participación juvenil

En lo relativo a la participación, las mesas señalaron la urgencia de incorporar la voz de las personas jóvenes de manera sistemática en el diseño y evaluación de políticas públicas. Esto implica no solo consultar, sino avanzar hacia gobernanzas participativas, donde la juventud tenga un papel real en la toma de decisiones, especialmente en los temas que afectan a su vida cotidiana. Se destacó también la importancia de promover políticas coparticipadas, en las que jóvenes y profesionales compartan responsabilidades en el diseño, ejecución y seguimiento de programas, fortaleciendo así el sentido de pertenencia y corresponsabilidad.

5.6. Marco normativo y financiación

Finalmente, las personas participantes de las mesas identificaron la necesidad de dotar a estas políticas de un marco normativo estable que garantice la continuidad de los procesos colaborativos y su institucionalización. En este sentido, se propuso regular jurídicamente las formas de gobernanza intersectorial, de modo que las estructuras de cooperación no dependan únicamente de voluntades coyunturales. Para ello, se explicitó la importancia de alcanzar acuerdos firmes entre los gestores y la administración, asegurando un compromiso conjunto que permita consolidar y sostener estas estructuras en el tiempo. También se subrayó la importancia de flexibilizar los mecanismos de financiación, priorizando modelos que apoyen procesos de medio y largo plazo frente a convocatorias por concurrencia competitiva que dificultan la continuidad. Las personas participantes destacaron que la inversión sostenida en educación, cuidados y prevención comunitaria es clave para reducir desigualdades y mejorar el bienestar emocional a escala territorial. Por último, se planteó la necesidad de simplificar cargas administrativas y económicas, que actualmente representan un obstáculo importante para entidades sociales y ayuntamientos en la implementación de proyectos transformadores.

6. Red de Aprendizaje y Transferencia en Bienestar Emocional

6.1. Gobernanza clara y participativa

La Red de Aprendizaje y Transferencia debe construirse sobre una gobernanza sólida, capaz de articular la colaboración entre instituciones, ayuntamientos, entidades y centros educativos. Para ello, se considera esencial contar con un grupo motor interinstitucional que guíe la estrategia, coordine las actividades y asegure la coherencia del proceso. Asimismo, se subraya la importancia de disponer de un protocolo de adhesión que facilite la incorporación de nuevos agentes — profesionales, entidades, municipios— mediante criterios claros y compromisos compartidos. Un elemento particularmente señalado fue la necesidad de incorporar la voz de la juventud en la toma de decisiones, no solo como participantes, sino como agentes activos que contribuyen a definir prioridades, contenidos y formas de trabajo de la red.

6.2. Mapeo y sistematización de buenas prácticas

La red debe desempeñar un papel central en el mapeo y la sistematización de buenas prácticas existentes en el territorio, integrando los mapeos ya realizados y existentes. Gipuzkoa cuenta con iniciativas valiosas en bienestar emocional juvenil, pero muchas permanecen poco documentadas, aisladas o sin herramientas para su evaluación y transferencia. Por ello, se propone desarrollar metodologías comunes para identificar, clasificar y documentar estas prácticas, así como elaborar mapas territoriales que permitan visualizar recursos, agentes y proyectos relevantes. La sistematización, además, permitirá generar evidencias claras sobre qué funciona y en qué contextos, facilitando la replicabilidad y el aprendizaje cruzado y territorial.

6.3. Procesos de aprendizaje

Uno de los aportes más importantes de la red será la creación de espacios estables de aprendizaje intersectorial. Esto incluye la organización de seminarios, talleres, encuentros y laboratorios de experimentación, donde profesionales de educación, salud, juventud, trabajo social, cultura o deporte puedan proponer/diseñar iniciativas, intercambiar experiencias, adquirir nuevas competencias y reflexionar sobre sus prácticas. Se destaca que estos espacios deben promover un aprendizaje bidireccional, en el que la juventud participe como generadora de conocimiento, compartiendo vivencias, perspectivas y propuestas. La red, en este sentido, debe favorecer una cultura de aprendizaje continuo, basada en la escucha, la colaboración y la mejora permanente.

6.4. Transferencia y acompañamiento

Otro componente clave es la transferencia estructurada de conocimientos, mediante procesos de acompañamiento entre municipios y entidades con distinta trayectoria. Esto implica que aquellas organizaciones que ya han desarrollado prácticas consolidadas puedan acompañar a otras en la adaptación o adopción de nuevos métodos, herramientas o modelos de intervención. Se destaca la importancia de que estos procesos sean planificados, evaluados y sostenibles, evitando transferencias puntuales o únicamente basadas en la buena voluntad. La red debe facilitar metodologías, guías y estructuras que garanticen que la transferencia genere mejoras reales en capacidades profesionales e institucionales, así como impactos visibles y evaluados en el bienestar emocional de la juventud.

6.5. Evaluación e impacto

La evaluación continua es identificada como un pilar crítico de la red de Aprendizaje y Transferencia. Los procesos de aprendizaje y transferencia deben ir acompañados de evaluaciones sistemáticas basadas en indicadores claros, recogida periódica de datos y análisis riguroso de los resultados. Este enfoque permitirá comprender no solo qué prácticas funcionan, sino también por qué funcionan, para quién y en qué condiciones, ofreciendo información valiosa para la mejora de políticas públicas y servicios. La red, por tanto, se concibe como un dispositivo que genera impacto institucional —al mejorar la capacidad de gestión y diseño de políticas— y impacto social, aumentando el bienestar emocional de la juventud de Gipuzkoa.

La red se concibe, por tanto, como un dispositivo orientado al impacto institucional y social. En el plano institucional, contribuirá a mejorar la capacidad de gestión, planificación y diseño de políticas y programas, favoreciendo la coordinación interdepartamental y la coherencia entre iniciativas. En el plano social, aspira a aumentar de manera tangible el bienestar emocional de adolescentes y jóvenes de Gipuzkoa, reduciendo desigualdades, fortaleciendo los entornos comunitarios y ampliando las oportunidades de participación significativa. La incorporación de la voz de la juventud en los procesos de evaluación se considera, asimismo, un elemento clave para asegurar la relevancia y legitimidad de los cambios impulsados.

6.5. Resultados esperados y alcance territorial

Se establecieron metas concretas para la implantación de la red, entre ellas: la participación activa de al menos 15 ayuntamientos, 30 entidades y 3 universidades, así como la creación de productos y metodologías transferibles a escala territorial (protocolos, guías, materiales formativos, sistemas de indicadores compartidos, proyectos piloto con evaluaciones, etc.). La red debe convertirse en un ecosistema operativo y sostenible, capaz de conectar agentes diversos, potenciar la innovación y apoyar la generalización de prácticas preventivas, comunitarias y basadas en evidencia. La expectativa compartida es que, a través de este trabajo conjunto, la red contribuya de forma directa tanto a la mejora del bienestar emocional juvenil como a la profesionalización y modernización de las políticas y los servicios públicos del territorio.

A medio plazo, se prevé que la red facilite también la emergencia de experiencias piloto en distintos municipios y comarcas, que puedan ser evaluadas y, en su caso, escaladas a otros contextos. Este movimiento incremental —de lo local a lo comarcal y de ahí al conjunto del Territorio— permitirá avanzar hacia un modelo de gobernanza multinivel en materia de bienestar emocional juvenil, coherente con los objetivos del Proyecto Tractor y del Plan Estratégico 2024–2027.

7. Conclusiones

El Primer Encuentro *Bienestar Emocional y Juventud: Construyendo Futuros* puso de manifiesto la complejidad y la urgencia de abordar de manera integral el bienestar emocional de la juventud en Gipuzkoa. Las aportaciones recogidas durante el taller muestran que las dificultades emocionales y sociales que atraviesan adolescentes y jóvenes no responden a un único factor, sino a la convergencia de condicionantes personales, familiares, escolares, comunitarios y digitales que requieren respuestas coordinadas y sostenidas en el tiempo.

Los retos identificados reflejan un escenario donde aumentan la ansiedad, la inseguridad vital y las dificultades en la gestión emocional, especialmente en un contexto de elevada presión académica, incertidumbre sobre el futuro y fragilidad de los apoyos familiares y comunitarios. A ello se suman desigualdades persistentes —de género, origen, situación socioeconómica o lingüística— que afectan de manera directa a las oportunidades de participación, emancipación y bienestar de la juventud. El impacto del entorno digital, por su parte, se perfila como un elemento transversal que intensifica vulnerabilidades y exige nuevos marcos legales, educativos y comunitarios.

Frente a estos desafíos, las soluciones propuestas apuntan hacia un modelo de intervención basado en la prevención, la educación emocional, la movilidad intersectorial del conocimiento y la creación de espacios estables de escucha y participación juvenil. Destacan la necesidad de planificar políticas con rigor metodológico, evaluar sistemáticamente su impacto y asegurar la continuidad de los acompañamientos más allá de los proyectos temporales. También se subraya la importancia de fortalecer la parentalidad, mejorar la formación de profesionales y promover iniciativas de ocio, deporte y comunidad que favorezcan vínculos positivos, especialmente en los colectivos más vulnerables.

En el ámbito de las políticas públicas, el taller evidenció un consenso amplio sobre la necesidad de avanzar hacia estructuras de gobernanza intersectoriales que permitan integrar educación, salud, servicios sociales, juventud, empleo y comunidad en un mismo horizonte estratégico. La creación de marcos normativos estables, la flexibilización de la financiación pública y la apuesta por políticas de largo recorrido aparecen como condiciones fundamentales para asegurar la eficacia y sostenibilidad de las intervenciones.

En este contexto, la Red de Aprendizaje y Transferencia se posiciona como un instrumento clave del Proyecto Tractor. Su potencial radica en su capacidad para articular la cooperación entre municipios, entidades, universidades y equipos profesionales; sistematizar buenas prácticas; impulsar procesos de aprendizaje y mentoring; y generar conocimiento útil para la toma de decisiones. La red permitirá, además, fortalecer capacidades institucionales y profesionales, avanzar hacia modelos preventivos y basados en evidencia, y consolidar un ecosistema territorial orientado a la mejora continua del bienestar emocional juvenil.

En síntesis, el encuentro constituye un punto de partida robusto para la consolidación de una estrategia compartida en Gipuzkoa. Las ideas, necesidades y propuestas formuladas no solo señalan los retos que enfrenta la juventud, sino que también abren un camino colectivo para fortalecer políticas, recursos y prácticas que contribuyan a garantizar que las personas jóvenes puedan desarrollarse en entornos protectores, inclusivos y emocionalmente saludables. El trabajo conjunto iniciado en este encuentro sienta las bases para avanzar hacia un territorio más cohesionador, participativo y atento a las voces y necesidades de su juventud.