

## Nota de prensa

### DÍA MUNDIAL BIENESTAR MENTAL DE LOS ADOLESCENTES

## **Psicóloga de UIC Barcelona recomienda “no arrancar al adolescente de una situación de *bullying* sino enseñarle a hacerse respetar”**

La profesora del grado en Psicología Clàudia Rossy asegura que, a pesar de que “se han agravado” los factores que hacen vulnerables a los adolescentes, existe una “mayor aceptación y normalización” entre los jóvenes de hablar de salud mental

Según la especialista, la figura del psicólogo escolar “debería estar presente en todas las escuelas porque “no se puede pretender que el profesor haga de docente y psicólogo a la vez”

Rossy afirma que los padres no deberían “seguir con una educación autoritaria en la adolescencia porque aleja a los padres de los hijos” y es un colectivo que “necesita más acompañamiento que normas”

**Barcelona, 2 de marzo de 2023.-** La profesora del grado en Psicología de UIC Barcelona y especialista en psicología infanto-juvenil Clàudia Rossy ha recomendado a las familias “no arrancar al adolescente de una situación de *bullying* sino enseñarle a respetarse y a hacerse respetar”.

Con motivo del Día Mundial del Bienestar Mental de los Adolescentes, Rossy ha señalado que alejarse de la situación que le está generando malestar lleva al joven a pensar que “siempre necesitará la ayuda de un adulto para sobrevivir”, mientras que “se debería aprovechar la oportunidad para empoderarle”.

La especialista, profesional de Support - Clínica Universitaria de Psicología y Psiquiatría de UIC Barcelona, ha comentado que, ante un caso de acoso, los padres deberían “ayudar al afectado a tomar conciencia de que el trato que está recibiendo no es adecuado, a identificarlo y reconocerlo sin juzgarse a sí mismo”. “Sería conveniente que el adulto que acompaña al adolescente refleje y valide las emociones que éste está sintiendo al recibir *bullying* y le ayude a conectar con ellas sin juzgarse y a manifestarlas sin miedo”, ha añadido.

Para velar por el bienestar mental de los adolescentes, la profesora de UIC Barcelona ha instado a los padres a “romper tabúes y silencios, manifestar las emociones, sin que haya emociones prohibidas” y a “ajustar su relación paterno-filial a la edad madurativa del adolescente, que ya no es un niño”. Según Rossy, “hay padres que siguen con un estilo educativo demasiado autoritario con sus adolescentes y ello les aleja mutuamente. El adolescente necesita más bien un acompañamiento que unas normas a seguir”.

También ha señalado la importancia de la figura del psicólogo escolar, que “desgraciadamente no está presente en todas las escuelas”. Para la psicóloga, “no se puede pretender que el profesor haga de docente y psicólogo a la vez, y una buena coordinación entre el psicólogo escolar y los profesores puede marcar la diferencia en la salud mental de los alumnos”.

La profesora de UIC Barcelona ha explicado que en los últimos años se han agravado los “factores que hacen vulnerables a los adolescentes”, entre los que ha citado “la presión que ejercen las redes sociales, la confusión en torno al proceso de la búsqueda de identidad, la adicción a las nuevas tecnologías, las modas que promueven hábitos de vida no saludables, la hipersexualidad o la falta de límites en los estilos educativos”.

No obstante, ha celebrado que, en la actualidad, “exista una mayor aceptación y normalización a hablar abiertamente de salud mental”. “Los adolescentes mayoritariamente no sienten vergüenza al decir que van al psicólogo”, ha añadido.

#### **Para más información:**

##### **Marta González Martínez**

Responsable de Comunicación  
de las facultades del Campus Sant Cugat  
T. +34 935 042 000. Ext: 5153 / 657 736 887

[mgonzalezmar@uic.es](mailto:mgonzalezmar@uic.es)

Josep Trueta, s/n  
08195 Sant Cugat del Vallès

#### **Sobre UIC Barcelona**

*La [Universitat Internacional de Catalunya](#) (UIC Barcelona) nació en 1997 con el objetivo de ofrecer una formación universitaria de calidad y promover la investigación como servicio a la sociedad. Ligada al mundo empresarial y con un marcado carácter internacional, imparte 16 grados, 8 dobles grados, una treintena de dobles titulaciones internacionales y una amplia oferta de programas de posgrado en sus dos campus, situados en Barcelona y Sant Cugat del Vallès.*

*Como parte de su compromiso con la sociedad, UIC Barcelona también cuenta con tres clínicas universitarias ubicadas en el Campus Sant Cugat: la Clínica Universitaria de Odontología, Support – Clínica Universitaria de Psicología y Psiquiatría, y Cuides UIC Barcelona, centrada en la atención a pacientes con enfermedades avanzadas y cuidados paliativos.*