ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL

vinca

ESTRUCTURACIÓ DEL PROJECTE FAMILIAR

Materials pràctics

PRESENTACIÓ

Introducció

La família, com a sistema dinàmic, responsable de la cura, criança, desenvolupament i protecció dels seus membres, és alhora la cèl·lula més vulnerable als canvis socials i pressions de l'entorn.

A la nostra societat emergeixen i s'integren diferents models de família i unitats de convivència amb tipologies, cultures i formes d'organització molt diverses. Les diferents expressions de l'anomenada *família postmoderna* (L. Flaquer, 1998) reflecteixen la diversitat que caracteritza i fonamenta una societat democràtica i plural. Observem una ràpida transformació del model de família nuclear, amb canvis en els rols i funcions de la família en general, i dels seus progenitors en particular, deguda a: la normalització de la vida laboral de la dona, l'arribada de famílies d'altres arrels culturals amb models i codis diversos, l'augment de les càrregues econòmiques de la família, el descens de la natalitat, la longevitat creixent, les distàncies geogràfiques que van dispersant les xarxes familiars... juntament amb la individualització, l'acceleració del ritme de vida i el sacrifici dels espais bàsics d'interrelació i suport. Aquests són alguns dels factors que afecten, i sovint erosionen, les capacitats d'adequació de les famílies a les necessitats dels seus membres.

En la recerca de l'IGOP 2009 (*), en la que orienten noves polítiques per a les noves famílies de la nostra societat, es planteja dues línies de treball complementàries: l'atenció als col·lectius a les zones amb condicions de pobresa i d'exclusió continuades, i l'abordatge de les situacions conjunturals que afecten les persones al llarg de les diferents etapes del cicle vital:
"Els entrebancs que van sorgint al llarg de la vida, troben a les persones menys acompanyades que abans, de manera que aquestes disrupcions poden fàcilment implicar caure en situacions de gran vulnerabilitat i fins i tot en risc d'exclusió. Sobretot quan als vells riscos (atur, malaltia, vellesa...), hi afegim els nous, derivats de la precarietat laboral, la fragilitat familiar, les dificultats de combinar feina i cura, les dificultats d'estabilitzar-se laboralment i econòmica, o les incerteses pel que fa al final de la vida laboral, les condicions i el temps que resta, etc... *(especialment pel que viuen en el moment actual i per la manca de perspectives de futur al seu abast) //*... Caldrà doncs combinar l'atenció a grups, persones i zones amb situació continuada de pobresa i exclusió, i al mateix temps abordar i acompanyar les situacions conjunturals de persones i col·lectius (cerca de primera feina, transicions laborals, desajustos familiars, discapacitats, prejubilacions...) distingint així **"vida de risc"** de **"riscos vitals"** *(*) (Collet, J. i Subirats, J. 2009. Noves Famílies Noves Polítiques. IGOP, UAB i Àrea de Benestar Social de la Diputació de Barcelona).*

En aquest context, els professionals dels SSAP que reben les necessitats detectades per altres serveis o plantejades pels propis interessats, sovint es veuen desbordats per atendre allò més peremptori, combinant els recursos i serveis institucionals al seu abast, i conscients que massa vegades no arriben a poder desenvolupar les capacitats i recursos d'aquestes famílies, tot i ser una de les màximes prioritats del propi sistema de Serveis socials bàsics.

D'altra banda, en el seu esforç de superació i d'adaptació, les famílies suporten processos complexes que, si es mantenen més enllà de llurs possibilitats, comporten la pèrdua dels elements essencials que les configuren i, amb ells les seves possibilitats de recuperació.

En aquest sentit, el repte rau en trobar el que la Sra. Esther Khavous, del ministeri de l'habitatge de Tel Aviv va dir sobre els models d'estructura familiar, en el *Congrés Europeu de Santiago de Compostela, XII-2001: "Aprender a ser, aprender a vivir juntos":*
"Com enfortir l'estructura familiar en aquest procés dinàmic de constants canvis i no forçar inútilment els codis culturals, ans valorar-los i reforçar l'estructura familiar desenvolupant valors com l'estimació, el respecte, la solidaritat, la unitat, etc. a la nostra societat i, particularment, en el seu nucli més bàsic, la família …//… entenent la validesa de **la Família** com el propi cor de la nostra societat"

Tenint en compte que, al marge del tipus i model de cada família, a la seva base hi ha un **projecte** constitutiu i vinculant específic en cada cas, partim de la premissa que, ajudant-les a desenvolupar-lo, estimularan les seves potencialitats i recursos davant els nous reptes.

En què consisteix

En sí mateix, el concepte de Projecte de Família és un terme ampli i difús que, d'alguna manera recull les vivències interioritzades, les expectatives explícites i implícites, compartides pels adults de la unitat familiar, vinculants i relatives a: llurs aspiracions a mig i llarg termini; al repartiment de rols; sistema de supervivència; criança i desenvolupament de la unitat de convivència; principis i creences; normativa i regles internes; organització familiar i de la llar; relacions amb les famílies d'origen; relacions socials... El sistema familiar, generalment compost pel conjunt de membres dels subsistemes parental, filial i de germans, des dels seu inici s'impulsa i s'organitza en una complexa combinació de conveniències i necessitats especials per a cada etapa evolutiva de la família: construint els processos evolutius personals de tots els seus membres, al llarg dels diferents cicles i etapes de la vida en família.

Aquest complex conjunt d'elements, configura la particular articulació entre l'estil i la pròpia idiosincràsia de cada família, amb els condicionants del seu bagatge intern i del context social.

Identificar-ho en cada cas, recuperar els seus elements constitutius, impulsors i cohesionadors del nucli familiar per consolidar-lo, esdevé un repte professional.

La funcionalitat de la família en les societats més modernes, implica un dinamisme continu en l'exercici de les funcions que han de cobrir durant les etapes de desenvolupament del sistema, sobretot pel que fa a l'afecte, la cura, la criança, la socialització i l'estatus familiar, en tot llur procés evolutiu. Amb destresa per a:

- Mantenir un ordre estructural i estructurador
- Establir i mantenir els límits de manera clara i flexible alhora
- Repartir-se els rols i complementar-se per a assumir-los
- Comunicar-se fluida i clarament
- Mobilitzar els seus recursos per adaptar-se als canvis interns i externs, i a les diverses necessitats de cada membre i de la família en el seu conjunt.

Donat que l'**aprenentatge significatiu** es produeix sobre la base de l'experiència, aquest programa aborda els diferents temes en uns tallers vivencials organitzats per a grups reduïts de pares i mares. A través de dinàmiques específiques i jocs de rol, es propicia que s'experimentin a sí mateixos/es altrament, i que es descobreixin amb iniciatives i respostes diferents davant les situacions escenificades, totes elles reflex de la vida quotidiana de les famílies.

Per a què

Els Objectius Generals del programa, pretenen:

a. Consolidar l'estructura familiar reforçant el rol parental i desenvolupant valors com l'estimació, el respecte per l'autonomia de cadascú, la solidaritat entre els membres i la unitat com a estructura de parentiu.

b. Desenvolupar els vincles de parentiu, afecte i convivència en el marc dels diferents models familiars.

c. Potenciar el desenvolupament integral dels menors d'edat, des de la seguretat i fermesa afectiva i efectiva dels progenitors i de la necessària flexibilitat davant les situacions vitals.

d. Millorar la capacitat de les famílies d'abordar constructivament els seus reptes socials i familiars.

e. Optimitzar la protecció, per part de la família, de les seves xarxes de suport.

f. Contribuir a optimitzar el treball dels professionals dels serveis locals amb cada família.

Els objectius operatius del programa, orientats als resultats se situen en:

I. Oferir uns mòduls didàctics per a l'estructuració del projecte de família.

II. Facilitar la incorporació i la consolidació d'eines útils i singularitzades per a la vida quotidiana de les famílies.

III. Aportar als serveis socials locals, les potencialitats i la perspectiva de canvis iniciats per les famílies participants.

La nostra mirada

- Es contempla la família com a sistema, per bé que aquest programa focalitza el treball amb els seus progenitors o adults responsables per tal de reforçar primordialment el seu rol parental.

- Treball de grup: la intervenció es planteja en grups reduïts de caps de família defugint l'esquema "professional - persona necessitada". En aquest model, la dinamització del grup fa que aquest esdevingui el referent que aporta una nova perspectiva a cadascú, que qüestiona les maneres de fer de pares i mares, que possibilita experimentar altres pautes de relació més favorables... El fet d'incentivar la interpel·lació per part del propi grup, fa que s'autovalorin més, i que es disposin millor als canvis. Al final de tot el procés, es complementen els tallers de grup amb una entrevista personalitzada, on s'adeqüen i es reforcen els aprenentatges, i els petits canvis que es planteja o que ja ha començat a incorporar cadascú en el sí de la seva família.

- L'estructuració dels continguts s'organitza en base a tres mòduls temàtics que aborden els principals aspectes que acostumen a configurar el projecte de família, tot i la seva diversitat de models, d'estructures, estils relacionals i organitzatius amb els que convivim. Cada un dels mòduls contenen entre 2 i 3 tallers específics cadascun, per tal de fer-ho màximament assolible per a les famílies. S'ha concebut aquest format àgil, tenint en compte que en la vida de les persones i les famílies, sovint hi irrompen factors imprevistos que poden interferir la seva continuïtat amb el grup. Per això, els tallers vivencials -de 2h cada un- s'agrupen en mòduls tan curts i es realitzen en setmanes consecutives, per tal que les famílies puguin començar i acabar tot el mòdul sencer i, per poc que puguin, fàcilment continuar amb el mòdul següent. L'assoliment de cada mòdul es ritualitza amb el lliurament d'un diploma; així, al final del procés acostumen a disposar de 3 diplomes diferents que, tot i no tenir cap valor acadèmic ni laboral, son apreciats: molts participants, no tenen cap altre diploma ni certificat de mèrits.

- El model desenvolupat, planteja una estratègia socioeducativa en un marc integrador entre el sentir, el pensar i la projecció de canvis en les dinàmiques particulars de cada família. En aquest sentit, les dinàmiques dels tallers de grups de pares i mares, estan plantejades en la dialèctica experimental, acció-reflexió-acció modificada amb la perspectiva del canvi desitjat per aquella persona o parella. Els tallers permeten vivenciar les situacions plantejades en el sí del grup, i experimentar nous encaixos, desenvolupar noves accions amb les que les persones participants es descobreixen diferents, procedint d'altres maneres i desplegant altres capacitats, sovint desconegudes. Els exercicis dissenyats per aquests tallers, contenen elements d'autoconeixement, de reforç positiu de les "bones pràctiques" que s'hi donen i que, alhora, els impulsen a interpel·lar-se i a explorar altres possibilitats que poden transformar les seves dinàmiques familiars. S'incideix, sobretot, en aquells aspectes estructuradors de la família i en el reforç dels rols parentals.

- El disseny de cada taller comprèn:
    - La fitxa tècnica amb la programació detallada de tota la sessió. Aquesta fitxa, en els tallers 2, 5, 6 i 7 es desdobla:
        - fitxa tècnica de programació per a Grups A: amb poc o nul domini de la lectura i l'escriptura
        - fitxa tècnica de programació per a Grups B: amb òptim domini de la lectura i escriptura.

      Aquestes fitxes tècniques inclouen l'avaluació i recull de la sessió amb cada grup
    - La maleta: com es pot observar a la programació del taller 1, el 1r dia s'introdueix la metàfora de la maleta com a símbol del bagatge que cadascú anem integrant, fet de vivències, esforços i experiències que incorporem; però també fruit de les pèrdues que patim al llarg de les diferents etapes de la vida. Per a cada taller, un cop introduït el tema, se'ls hi dóna a cadascú la fitxa amb la maleta oberta, corresponent al taller, per tal que la complimentin a l'inici amb allò que ja tenen sobre aquell tema i, en acabar, que hi puguin posar els nous elements que hi incorporen.
    - Fitxes de treball 1, 2, 3 ... corresponents als diferents exercicis programats / taller
    - Material de suport: selecció de fotos suggerents per evocar situacions diverses en un exercici determinat; presentació power point ...
    - Full de registre de les persones participants
- Tot el programa, amb les diferents fases de desenvolupament i en cada aspecte de la seva implementació, se cenyeix al que prescriu la LOPD, garantint la protecció i la confidencialitat de totes les dades personals dels participants. En aquest sentit, a l'inici cada participant ha d'haver complimentat una fitxa d'inscripció amb el/la professional de referència, manifestant els seus motius per incorporar-se al programa i signant el seu compromís, inclòs el protocol de la LOPD.

Com ho fem

- Inicialment, els/les professionals de referència de cada família complimenten una fitxa inicial amb les dades bàsiques d'identificació, genograma del nucli de convivència i els seus elements funcionals observats. Amb aquesta informació, cada equip valora les adequacions pertinents que requereix el programa per a cada grup.

- La composició del grup: pel que fa als perfils de les famílies, es recomana que puguin ser grups heterogenis (amb famílies nuclears, monoparentals i monomarentals, o amb famílies nouvingudes i d'altres més arrelades; famílies sense recursos i d'altres amb treball regular...). Tot i que també resulten rics i interessants els grups amb perfils més similars: grups de mares immigrades amb fills petits; grups de mares soles arrelades al municipi; grups de famílies amb fills en edats similars... Val a dir que, en general, amb els grups més heterogenis, inicialment costa més de crear un clima de grup participatiu que respongui als interessos i necessitats de tots els participants, alhora que acostumen a ser els grups més rics i integradors. Els grups homogenis potser agilitzen aquest procés inicial i permeten aprofundir més alguns temes, per bé que poden perdre riquesa de perspectiva en alguns continguts.
  Es poden seguir altres criteris, a considerar. Aquest és un element més que incideix en la implicació i dinàmica de cada grup. En qualsevol cas, sempre es reforça la figura del/la professional de referència que té cada família en el servei que l'atén.

- El disseny dels mòduls permet que es puguin programar i treballar de manera independent i complementària, llevat del mòdul 1, "Vida en família", que és l'inicial amb els 2 tallers que el componen. Els altres dos mòduls, el d'Habilitats Socio-Familiars i el d'Habilitats Pràctiques i Entorn, s'adapten al que es valora més escaient per a cada grup de famílies. Cada equip local decideix els tallers més adequats d'aquests dos mòduls, i la seva ordenació per a cada grup, en cas que no s'implementi tot el conjunt.

- La programació, doncs, s'adapta a les modalitats, als continguts i al ritme que cada equip considera oportuns. També s'acorden el calendari i l'horari segons convingui per cada grup, tenint en compte la disponibilitat dels diferents participants, i que els seus fills estiguin atesos i ocupats.

- Materials: a l'inici, es lliura a les famílies una carpeta amb l'índex dels mòduls i tallers del programa. A la carpeta hi poden anar ordenant els materials que treballen a cada taller. El final de cada mòdul es remarca amb el lliurament d'un diploma personalitzat, que cobreix la doble funció de reconeixement dels aprenentatges assolits i de vinculació al procés.

- Al llarg de tot el cicle, es coordinen els professionals de referència de cada família amb la tècnica del programa, per tractar els aspectes organitzatius i les incidències en relació a cada família del grup.

- Avaluació:

  - En la línia de reforçar que els participants són els protagonistes del seu propi procés, al taller-2 se'ls hi presenta "l'estrella", una eina molt visual en la que cada braç representa una de les àrees de la vida familiar. Cercant de facilitar-los la perspectiva global de la majoria d'aspectes que conformen el projecte de família. I per tal que

puguin disposar d'un instrument àgil d'autovaloració, en clau de procés, que alhora els hi permet visibilitzar els reptes per al desenvolupament continu de la seva dinàmica familiar.

A l'entrevista de cloenda, s'acostuma a revisar l'estrella inicial, per reflectir-hi les modificacions que considerin i per reforçar els canvis que vulguin assolir. Llavors, se'ls convida a que ho treballin amb el/la seva professional de referència.

- En el taller de cloenda, se'ls hi facilita un qüestionari per tal que el complimentin anònimament, amb la seva valoració dels tallers a tall organitzatiu i pedagògic.

- Al final de cada edició, el tècnic/a dinamitzador del grup complimenta una fitxa final de cada participant on hi recull els elements funcionals observats, les potencialitats i els canvis que està començant a incorporar o que es proposa dur a terme. Finalment ho lliura al professional de referència per a que pugui ser tingut en compte en els eu acompanyament regular.

Bibliografia

- ✓ *Noves famílies, noves polítiques.* IGOP, J. Collet i J. Subirats, 2009. Dip. Barcelona
- ✓ *Atención temprana y familiar: cómo intervenir creando entornos competentes*. Perpiñán, S. 2009. Ed. Narcea, colección Educación Hoy, nº 256
- ✓ *Educar en la comunidad y en la familia: acompañando familias en el día a día*. Comellas, Mª J. Ed. Graó 2008 i Ed. La Nau 2009
- ✓ *Trabajar con los padres: marcos de colaboración*. Cunnighan, C. y Davis, H. Ed. MEC-Siglo XXI
- ✓ *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática*. Linares, J.L. y Coletti, M. 1997. Ed Paidós, Barcelona
- ✓ *Los desafíos invisibles de ser madre o padre: manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Barudy, J. 2010. Ed. Gedisa
- ✓ *Redes Familiares*. Speck, R. Y Attneave, C. Ed. Amorrortu
- ✓ *Cómo hablar para que los niños escuchen y cómo escuchar para que los niños hablen*. Faber, A. Y Mazlish, E. 2005. Ed. Harper Collins
- ✓ ¡¡¡SOS!!! ¡Tengo un adolescente en casa! Laurence Delpierre y Xavier Pommereau. Ed. Espasa Calpe 2006
- ✓ ¡No me hables en ese tono! ¿Cóm reaccionar? Laurence Delpierre y Patrice Huerre. Ed. De Vecchi 2006
- ✓ ¡Socorro! ¡Tengo un hijo adolescente!: Guia de supervivencia para padres desesperados. Robert T. Bayard y Jean-Pierre Bayard Ed. Temas de Hoy 2007
- ✓ *Pobreza, institución y familia*. Minuchin y Colapinto. 2000. Ed. Amorrortu
- ✓ *Trabajo Social y procesos familiares*. Quintero Velásquez, A.M. Ed. Lumen Humanitas, Buenos Aires
- ✓ *Fortalezas y estresores de las familias en dos contextos*. Esteinou, R. 2006. Publicaciones de la Casa Chata (México)

Qui som

VINCLE dissenyem i realitzem programes d'atenció social i educativa adreçats als col·lectius més vulnerables de la nostra societat, i de desenvolupament comunitari, des d'una òptica integradora dels elements que configuren l'hàbitat humà en cada context local. En tant que consultors especialitzats, també fem projectes de recerca, diagnòstics socials, plans de remodelació de barris, plans locals d'habitatge, plans locals d'inclusió social, dictàmens experts en matèria d'habitatge i població exclosa, avaluacions de plans integrals.

Treballem en equip amb dispositius territorialitzats, però també amb equips itinerants, sobretot a les comarques catalanes. Esporàdicament treballem en altres regions de l'estat.

Per a més informació us podeu adreçar a:
direccio@vincle.org

Índex esquemàtic dels tallers, continguts i materials corresponents

Treball introductori amb els serveis socials			
Guia	**Accions**	**Continguts**	**Materials**
Inici procés	Inscripcions	Motivació	✓ Fitxa inicial (professional) ✓ Fitxa inscripció (prof. i família)
Intervenció amb les famílies			
Guia/ Mòdul	**Tallers**	**Continguts**	**Materials**
MÒDUL 1: VIDA EN FAMÍLIA	1.Taller d'identificació del propi projecte de família	- Funcions de la família - Models de famílies - La família d'origen i la pròpia família actual	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre
	2. Taller les arrels i les relacions familiars (Versió desdoblada A i B)[1]	- Costums i tradicions familiars - Full de ruta: projecció de futur i expectatives de desenvolupament	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre ✓ Diploma mòdul 1
MÒDUL 2: HABILITATS SOCIOFAMILIARS	3. Taller de necessitats personals i necessitats familiars	- Identificació i reconeixement de les pròpies necessitats i les dels altres	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre
	4.Taller de comunicació i habilitats socials en família	- Eines bàsiques d'escolta i de comunicació assertiva - L'expressió i la contenció emocionals	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre
	5.Taller d'organització domèstica i rols. (Versió desdoblada A i B)	- Necessitats organitzatives i tasques quotidianes - Identificació dels diferents rols i responsabilitats familiars - Identificació i manteniment de normes i límits	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre ✓ Diploma mòdul 2
MÒDUL 3: HABILIATS PRÀCTIQUES I ENTORN	6. Taller de manteniment de la llar i economia domèstica.	- L'organització i cura de la llar - Bases per la organització i gestió del pressupost	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre

[1] Versió A: Per a grups amb poc domini de la lectura i escriptura. S'accentuen les dinàmiques per sobre del material escrit
Versió B. Per a grups amb domini acceptable de la lectura i escriptura

	7. Taller sobre l'entorn de la família. (Versió desdoblada A i B)	- Xarxes de suport - Relacions socials	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre
	8. Taller sobre la resiliència i els recursos de l'entorn	- Capacitats resiliència en la pròpia família - Recursos de suport de l'entorn	✓ Fitxa tècnica ✓ Materials específics ✓ Materials registre ✓ Qüestionari avaluació ✓ Diploma mòdul 3
AVALUACIÓ DELS PARTICIPANTS	Relatiu als tallers realitzats	- Valoració sobre la realització i sobre els efectes	✓ Qüestionari global d'avaluació
CLOENDA	Entrevista personalitzada	- Assessorament i devolució personalitzada - Valoració final	✓ Guió entrevista ✓ Estrella ✓ DAFO
Treball devolutiu amb els serveis socials			
Guia	**Accions**	**Continguts**	**Materials**
Finalització	Reunió en equip	- Transferència dels aspectes més significatius del procés seguit per cada família. - Avaluació	✓ Fitxa final ✓ Qüestionari global d'avaluació (còpia)

TREBALL INTRODUCTORI AMB ELS SERVEIS SOCIALS

INICI DEL PROCÉS

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

FITXA INICIAL (Professional)

FAMÍLIA

Servei derivant:	
Professional de referència:	
E-mail:	Telèfons de contacte:

Lloc de residència actual de la família:
Des de (data):
Telèfons:

Data constitució del nucli:

Estructura de la unitat de convivència (genograma)

Dades d'identificació dels membres de la unitat de convivència
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....
- Nom i cognoms: ..... - Data Naixement: ..... Lloc: ..... - Ocupació actual: .....

CONDICIONS DE VIDA ACTUALS	Si ó No
1.- Autonomia	
Reben remuneració regular i suficient, per treball, pensions o altres Estan al corrent dels pagaments de l'habitatge Estan al corrent dels pagaments per subministraments Cobreixen necessitats bàsiques de nodriment, escolarització i tractaments mèdics Mostren iniciativa per abordar situacions noves i resoldre dificultats	
2.- Necessitats individuals	
Atenen les necessitats bàsiques dels menors i altres dependents Atenen les necessitats de desenvolupament progressiu dels fills Promouen l'autonomia dels seus fills amb accions o decisions concretes Mantenen algun moment, espai o activitat per les necessitats del nucli parental Demanen ajuda i/o orientació en moments de canvi	
3.- Organització domèstica	
Mantenen la neteja i l'ordre a la llar Mantenen les instal·lacions i l'equipament de l'habitatge Els adults es reparteixen les tasques domèstiques i les responsabilitats familiars Els fills assumeixen tasques domèstiques adequades per la seva edat Habitualment mantenen uns horaris regulars pels àpats i activitats diàries	
4.- Comunicació interna	
Demostren fluïdesa relacional entre tots els membres S'observen gestos i mostres d'expressió dels afectes Es percep un clima de confiança entre els caps de família Expliciten les queixes i crítiques internes Parlen els temes que els preocupen i/o els relatius a l'organització familiar	
5.- Rols parentals	
Procuren relacions estables i mantenen els vincles afectius entre sí Expliciten i mantenen normes de convivència clares Els adults combinen la coherència entre el que diuen i el que fan Aporten certa flexibilitat pel manteniment dels límits i les normes Reforcen les conductes desitjades	

6.- Relació amb la família extensa	
Participen en celebracions habituals amb altres parents Regularment tenen ocasions de trobada Comparteixen algunes relacions d'ajuda mútua La llunyania geogràfica no els hi impedeix trobar altres vies de relació i suport Fan esforços concrets per mantenir els vincles respectant la seva autonomia	
7.- Relacions socials	
Es relacionen amb altres famílies del seu entorn: escola, feina ... Mantenen relacions amb cercles personals d'amistat o altres Fan activitats conjuntes amb persones o famílies conegudes Reben ajuda de persones dels seus cercles d'amistat o similars Comparteixen relacions d'ajuda mútua	
8.- Relació amb l'entorn	
Coneixen els seus veïns més propers Compten amb els seus veïns i mantenen relacions cordials Participen amb la seva comunitat de veïns Mantenen relacions de suport i/o d'ajuda amb alguns veïns Participen en activitats del barri	
9.- Relació amb els serveis de proximitat	
Coneixen els serveis d'atenció personalitzada i recursos del barri Es mouen pel barri amb autonomia Respecten les dates i horaris de visita pactats Compleixen els acords Reconeixen com a referent especial algun professional o responsable d'un servei	
10.- Resiliència	
En altres ocasions han assolit reptes que els hi eren importants Han viscut situacions en què han superat dificultats o esculls complexes En altres moments de canvi, han trobat noves adaptacions, nous encaixos Davant les dificultats, cerquen alternatives, demanen ajuda... es mobilitzen Es mostren capaços/es de contenir el patiment que els hi aporta la nova situació	

Expectatives de la seva participació al programa

Punts Forts de la Família

Altres Observacions

Full d'inscripció (Família)

Municipi:	Dates d'inscripció:

DADES PERSONALS

Nom:	Cognoms:	
Edat:	Català Oral:	Català Oral i Escrit:

MOTIVACIONS PER A LA SEVA PARTICIPACIÓ

DISPONIBILITAT DE PARTICIPACIÓ

Mòdul 1: Vida en família	Taller 1	Taller 2	
Mòdul 2: Habilitats sociofamiliars	Taller 1	Taller 2	Taller 3
Mòdul 3: Habilitats socials i entorn	Taller 1	Taller 2	Taller 3

I per la present, autoritzo la utilització de les meves dades personals, només per als efectes oportuns estrictament relacionats amb l'organització i la realització de l'esmentat programa.

Signat:

Data:

- *VINCLE i els responsables tècnics municipals garanteixen l'aplicació de la LOPD a tots els seus efectes*.

INTERVENCIÓ AMB LES FAMÍLIES

MÒDUL 1: VIDA EN FAMÍLIA

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

Taller 1
Identificació del propi projecte de família

VIDA EN FAMÍLIA **T-1 Identificant el propi projecte de família** **FITXA TÈCNICA** **A/B**

FINALITAT
Introduir el programa, reforçant i estimulant les bones pràctiques en les relacions i el desenvolupament familiars

OBJECTIU 1	
Contextualitzar i explicar la proposta de treball com a construcció participativa (explicitant que cadascú té uns dominis i capacitats per aportar al grup)	
ACCIONS	**RECURSOS**
2.- Recepció i presentació inicial per part del/la professional referent de les famílies 3.- Presentació del programa: objectius, temari, calendari, horari, organització, funcionament... Explicació de la metàfora de "la maleta" amb la que es treballarà cada taller. 4.- Lliurament de carpetes a cada participant per als materials de les sessions	T: 10 min. T: 10 min.

OBJECTIU 2		
Crear un clima de grup distès, agradable, obert i discret. Concretar la responsabilització de cadascú per implicar-se en el treball del grup		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
5**.- Dinàmica de presentacions en xarxa**. El grup unit per la corda: Amb una corda de color, l'animador/a inicia una roda de presentacions agafant un cap del cordó i, després de dir el seu nom, orienta la pauta que pot seguir cadascú: ▪ Sóc en/na ... ▪ Espero que aquest grup m'ajudi a ... ▪ No m'agradaria que aquí féssim ... o que aquí passés ... (la persona que dinamitza, al seu torn, diu que no li agradaria que els continguts personals que aportem al grup, es divulguin fora d'aquest context)	T: 30 min. Una corda prima i acolorida o similar	SENTIR - Se'ls hi propicia la vivència d'un espai serè i de confiança en el grup. - S'evoca el record de situacions en que l'incompliment o poca implicació d' algú proper, han generat perjudicis en la vida domèstica dels participants del grup. PENSAR

▪ Visc aquí des de fa x anys, amb -parella? Fills? Altres ...- Després passa el feix de corda a una altra persona del grup perquè es presenti seguint les mateixes indicacions, i ella sosté la corda amb una mà, pel punt que l'ha agafat. I així successivament s'ho van passant, fins que tothom queda enllaçat. 6.- Se'ls hi explica que això pot ser una metàfora dels vincles de suport que pot representar el grup per a cadascú.		**-** A l'inici de la dinàmica, se'ls hi explica que, fàcilment la majoria experimentem inseguretats i pors davant les situacions noves i desconegudes, com ara aquest grup en que, d'entrada, no ens coneixem. Això, alhora, és una avantatja per generar noves possibilitats...
7.- Mantenint les mans unides per la corda, explicitar i il·lustrar els compromisos del grup, anotant-los al paperògraf o pissarra: • venir puntualment a cada trobada o avisar en cas contrari (anotar el tf. de contacte de la dinamitzadora) • mantenir la confidencialitat de tot el que s'expliqui a tall personal • participar amb les pròpies aportacions 8.- A continuació, es convida al grup a fer-los una foto de la malla resultant amb totes les mans unides sobre la taula. El proper dia, se'ls hi pot lliurar una còpia d'aquesta foto a cada participant, com a record. A cada nova trobada, posar la foto sobre la taula com a recordatori de tots els compromisos i de la força del grup	Càmera de fotos	PROJECTAR - En acabar, se'ls hi explica que el manteniment d'aquest clima de participació i de suport mutu requereix la voluntat de cadascú per assumir responsablement els seus compromisos. - S'explicita que cadascú s'ha de responsabilitzar dels propis compromisos en relació al grup, en benefici propi i de tothom. Es fa el paral·lelisme amb la família: com a casa, per a l'òptim funcionament i un bon clima familiar - S'assagen possibles reaccions diferents davant les situacions desconegudes. Alternatives: • Preguntar per conèixer millor l'altre • Expressar opinions, idees, necessitats pròpies • Observar i adaptar-se • Identificar els esforços necessaris per la pròpia implicació amb el grup, per una millor satisfacció de tots ...

OBJECTIU 3		
Definir conjuntament els elements bàsics de llur projecte de família, focalitzant els satisfactoris de cadascú en la seva dinàmica i relacions familiars, recollint també els aspectes emergents d'insatisfacció que els hi agradaria canviar.		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
9.- **Dinàmica pel recull de relats** sobre allò més satisfactori de llur família actual: • Es distribueixen els fulls preparats i diversos Post-it a cadascú perquè hi vagin posant (escrit o retallat de les revistes) el que valoren més de la seva família actual, bo i suggerint-los exemples: la relació que tenen, el lloc on viuen, els seus fills, la salut, la organització familiar, les normes de convivència, les persones de suport... Es distribueixen, també, revistes i tisores perquè, qui ho prefereixi, retalli una imatge i l'enganxi. Després cadascú explica al grup per què l'ha escollit	<u>T: 80 min</u>. Bloc Post-it gran Fulls en blanc Revistes, dibuixos, fitxes il·lustratives Tisores Cola de paper 4 retoladors de colors diferents Full de signatures 1 Carpeta per cada participant	SENTIR Es procura que recorrin a les vivències més satisfactòries que recorda cadascú, com a bagatge positiu que poden mostrar, compartir en el grup, contribuint a conèixer-se ... Finalment, se'ls ajuda a poder identificar també les mancances i il·lusions frustrades
• Conforme els van lliurant, els enganxen a la pissarra. Qui dinamitza el grup, en llegir-los un per un en veu alta, fa algun comentari de reconeixement i brinda a possibles ampliacions, tot agrupant-los per temes similars, i encerclant cada grup amb un color diferent. • S'aprofundeix en cada un dels temes, fent al·lusió explícita a llurs aportacions, i es van fent preguntes d'ampliació: ✓ per què ✓ quines similituds hi ha amb la seva família d'origen ✓ quines coses han volgut fer clarament diferents ✓ quina és la seva clau d'èxit.		PENSAR Se'ls convida a reconèixer els elements vinculants i significatius de la seva vivència familiar recent, tot comentant que fer créixer la família acostuma a requerir molt més esforç del previst. Alhora, d'altra banda, també les relacions familiars aporten vivències gratificants que estimulen i vinculen de maneres singulars. I els elements que voldrien millorar.

• Identificar els elements importants que configuren llur Projecte de Família • Recollir el que troben a faltar en el seu nucli de convivència actual, i expectatives viables. • Cadascú recull els seus Post-it i els enganxa en un foli blanc per desar-ho a la seva carpeta 10.- Recull de signatures de les persones participants al taller 11.- Resum sintètic i recull de la sessió: elements que configuren llur projecte de família; què els hi ha aportat el grup, com s'hi han trobat; preguntes i aclariments.		PROJECTAR - Es tanca aquest bloc animant-los a: • Explicitar llurs expectatives de futur a mig termini • Valorar els avantatges per al conjunt de la seva unitat de convivència. • Apuntar els canvis que hauran d'adoptar per encaminar-se cap a la nova situació esperada

OBJECTIU 4		
Introduir la metàfora de la maleta que porta cadascú al llarg del procés		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
12.- Es posa damunt la taula la corda de la dinàmica inicial de la xarxa, mentre se'ls convida a anar recollint les fitxes i a desar-les dins les seves respectives carpetes .	La Fitxa de la maleta <u>T: 10 min</u>.	SENTIR - S'evoca el sentiment d'haver iniciat un recorregut experimental amb el grup, per una mirada més àmplia de la pròpia construcció familiar
12.- Explicar la metàfora de la maleta, lliurar a cadascú la fitxa amb la maleta d'aquest tema per tal que la complimentin amb els seus continguts. 13.- Recordatori i acords pel proper dia: anunci del tema, horari i que portin fotos de diferents etapes de la seva vida.		PENSAR Se'ls hi comenta que, de fet, amb els anys cadascú anem incorporant experiències i un bagatge que, tant si canviem de domicili com si vivim altres canvis, sempre ens acompanya. Aquesta és la maleta particular on portem amb nosaltres els records, aprenentatges i demés, allà on anem. En aquest grup de persones adultes i caps de família, tothom té ja un bagatge considerable que pot aportar als altres, en un clima d'obertura i d'intercanvi de costums i sabers.

		A l'inici de cada taller, cadascú plasmarà a la banda esquerra de la maleta els seus coneixements sobre el tema i experiències que pot aportar al grup. En cloure cada taller, cadascú anotarà a la banda dreta de la maleta allò que s'emporta del grup: reflexions, alternatives ...

Indicadors d'avaluació	- Núm. Famílies inscrites - Full registre d'assistències, amb les signatures dels participants - Recull d'aspectes dels que se senten cofois/es de la família que estan construint - Recull d'aspectes que troben a faltar per a una millor vivència familiar - Taula de valoració de la implicació dels participants (a la pàgina següent) - Foto del grup
Incidències a destacar:	

Materials específics

El que ja portes

El que hi afegeixes

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL

vinde

Vida

en

Família

Rols
i
Organització
Domèstica

Rols

Mirant al Futur

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

Taller 2
Les arrels i les relacions familiars

FINALITAT		
Apreciar els valors que els hi aporten les tradicions familiars i la possibilitat de canviar els costums que no els resulten satisfactoris		
OBJECTIU 1		
Identificar les pròpies arrels familiars, i descobrir-hi noves potencialitats		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, com a recordatori de tots els compromisos i de la força del grup 2.- Introducció del tema i repartiment de la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja porten relacionat amb les arrels familiars	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls ajuda a fer conscient l'herència, el bagatge que conté la pròpia història familiar i els fruits assolits
3.- Mirant les fotos que porten, es recullen les seves explicacions, anotant al paperògraf o pissarra, els temes comuns que van emergint 4.- S'agrupen els temes per àmbits, recordant els que van sortir el dia anterior en relació als pilars del seu projecte de família, i es veu quines coincidències hi ha.	Fotos de família aportades pels participants T: 30 min.	PENSAR Se'ls hi fa preguntes per provocar la reflexió sobre els temes que posen sobre la taula, a partir de: - les circumstàncies i condicions de vida en que es van criar - com resolien els seus pares les dificultats - els sentiments que els hi evoquen les fotos - què han fet des de llavors - què volen canviar amb la família que estan construint ara
5.- Dinàmica de l'arbre: - Es dóna a cada participant un full amb un arbre imprès, i se'ls hi explica que se'l pintin al seu gust, perquè representa que són ells/es amb el seu màxim esplendor i solidesa. I que hi afegeixin:	La fitxa de l'arbre per cadascú Revistes i fotos per retallar	PROJECTAR - Recollint tots els comentaris i reflexions, se'ls hi explica que, d'alguna manera, tots tenim en ment un projecte de família, que anem fent a cavall entre les il·lusions i expectatives, i les ocasions i

• A la copa, els fruits dels seus esforços, com a símbol dels seus propis assoliments A sota el tronc, que hi facin les arrels i que pensin quins aspectes, recursos, costums, aprenentatges... han tret de les persones més significatives en la seva criança (pares, mestres, veïns/es, avis/es, germà/na gran ...): se'ls ajuda a anotar, sota cada arrel, el nom del valor que els inspira o els hi dóna impuls en moments clau. 6.- Posta en comú, comentant cadascú el que això els hi aporta a la seva quotidianitat. Vetllar que hi participi tothom.	Cola per paper Tisores Rotuladors i/o llapis de colors T: 30 min.	circumstàncies que ens presenta la vida. - Es recull l'exercici comentant que cada família fem el procés de conciliar les expectatives amb les circumstàncies de la pròpia realitat, en cada una de les diferents etapes del cicle vital, preservant els elements cabdals del propi projecte de família. - Es fa una síntesi del que han anat aportant de llur experiència vital, identificant les seves maneres cuidar el que més valoren del seu propi projecte. - A partir dels diferents perfils de les famílies del grup, se'ls hi explica breument la dinàmica del cicle vital de la família, per facilitar la comprensió d'un procés constructiu permanent.

OBJECTIU 2		
Reconèixer el valor de les principals tradicions que custodia cada família, i de llurs costums quotidians		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- Roda compartint el que celebra cada família en les dates i ocasions assenyalades: festes anuals, aparellaments, naixements, defuncions, aniversaris, altres, tot mirant algunes de les fotos que abans han posat sobre la taula.	T: 20 min.	SENTIR Es procura que puguin vivenciar els sentiments que els hi desperten les ocasions de mantenir vius aquests costums, consolidant els vincles familiars
8.- Descripció conjunta dels valors intrínsecs i classificació/ símbols:		PENSAR

✓ L'apropament, la trobada familiar ✓ El suport mutu ✓ La creació d'un clima lúdic, festiu, satisfactori ... ✓ L'abordatge dels temes espinosos 9.- Roda per recollir els costums quotidians de casa seva: ✓ activitats conjuntes ✓ activitats per subsistemes ✓ activitats individuals		A l'inici de l'exercici, se'ls hi explica que, organitzant cada una d'aquestes ocasions, estem: • refermant els vincles familiars • traspassant als fills uns valors molt importants per la seva vida • aportant valor a la nostra societat
OBJECTIU 3		
Autovalorar-se i identificar les millores que a cadascú li agradaria canviar		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
10.- Es dóna a cadascú l'estrella per tal que puguin valorar la seva situació actual en els diferents aspectes de llur dinàmica familiar, i apreciar-ho visualment en relació al conjunt d'elements. L'animador/a llegeix i il·lustra a tot el grup cada apartat, per tal que cadascú pugui dibuixar el senyal a l'alçada que consideri, en el regle de cada punta de l'estrella.	Fitxa d'autovaloració: "l'estrella" <u>T: 40 min</u>. .	PENSAR En aquest sentit, és interessant identificar: - els costums que els uneixen i els projecten com a família - els costums que els hi agradaria canviar a casa seva, i com creuen que ho poden fer Incorporant la visió en <u>perspectiva de conjunt</u> i en clau de <u>procés dinàmic</u>, en evolució contínua.
11.- Exercici / subgrups (si s'escau, un d'homes i un de dones) en que cadascú expliciti què és el que voldria canviar i que		PROJECTAR

valori: - què espera guanyar amb el canvi - qui creu que se'n beneficiaria més dels de casa seva - a qui, dels del seu nucli de convivència, li costaria més el canvi: ✓ a tall organitzatiu ✓ a tall relacional Es dóna suport als subgrups. 11.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller 12.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.		- Se centra la reflexió final en com els propis costums configuren el projecte familiar, traçant una perspectiva que transcendeix la quotidianitat. - Se'ls convida a que ho segueixin treballant amb el/la seva professional de referència..

Indicadors d'avaluació	- Núm. Famílies inscrites - Full registre d'assistències, amb les signatures dels participants - Recull de valors que emergeixen, amb els espais i costums que mantenen vius - Recull d'aspectes que volen canviar per a una millor vivència familiar - Taula de valoració de la implicació dels participants
Incidències a destacar:	

FINALITAT		
Apreciar els valors que els hi aporten les tradicions familiars i la possibilitat de canviar els costums que no els resulten satisfactoris		
OBJECTIU 1		
Identificar les pròpies arrels familiars, i descobrir-hi noves potencialitats		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, com a recordatori de tots els compromisos i de la força del grup 2.- Introducció del tema i repartiment de la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja porten relacionat amb les arrels familiars	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls ajuda a fer conscient l'herència, el bagatge que conté la pròpia història familiar i els fruits assolits
3.- Mirant les fotos que porten, es recullen les seves explicacions, anotant al paperògraf o pissarra, els temes comuns que van emergint 4.- S'agrupen els temes per àmbits, recordant els que van sortir el dia anterior en relació als pilars del seu projecte de família, i veure quines coincidències hi ha.	Fotos de família aportades pels participants T: 30 min.	PENSAR Se'ls hi fa preguntes per provocar la reflexió sobre els temes que posen sobre la taula, a partir de: - les circumstàncies i condicions de vida en que es van criar - com resolien els seus pares les dificultats - els sentiments que els hi evoquen les fotos - què han fet des de llavors - què volen canviar amb la família que estan construint ara
5.- Dinàmica de l'arbre: - Es dóna a cada participant un full amb un arbre imprès, i se'ls hi explica que se'l pintin al seu gust, perquè representa que són	La fitxa de l'arbre per cadascú	PROJECTAR - Recollint tots els comentaris i reflexions, se'ls hi explica que, d'alguna manera, tots tenim en ment

ells/es amb el seu màxim esplendor i solidesa. I que hi afegeixin: • A la copa, els fruits dels seus esforços, com a símbol dels seus propis assoliments • A sota el tronc, que hi dibuixin les arrels i que, en cada una hi anotin aspectes, recursos, costums, aprenentatges... que han tret de les persones més significatives en la seva criança (pares, mestres, veïns/es, avis/es, germà/na gran ...). Sota cada arrel dibuixada, hi poden escriure el nom del valor que els inspira o els hi dóna impuls en moments clau. 6.- Posta en comú, comentant cadascú el que això els hi aporta a la seva quotidianitat. Vetllar que hi participi tothom.	Retoladors i/o llapis de colors <u>T: 30 min</u>.	un projecte de família, que anem fent a cavall entre les il·lusions i expectatives, i les ocasions i circumstàncies que ens presenta la vida. - Es recull l'exercici comentant que cada família fem el procés de conciliar les expectatives amb les circumstàncies de la pròpia realitat, en cada una de les diferents etapes del cicle vital, preservant els elements cabdals del propi projecte de família. - Es fa una síntesi del que han anat aportant de llur experiència vital, identificant les seves maneres cuidar el que més valoren del seu propi projecte. - A partir dels diferents perfils de les famílies del grup, se'ls hi explica breument la dinàmica del cicle vital de la família, per facilitar la comprensió d'un procés constructiu permanent.

OBJECTIU 2		
Reconèixer el valor de les principals tradicions que custodia cada família, i de llurs costums quotidians		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- Roda compartint el que celebra cada família en les dates i ocasions assenyalades: festes anuals, aparellaments, naixements, defuncions, aniversaris, altres, tot mirant algunes de les fotos que abans han posat sobre la taula.	<u>T: 20 min</u>.	SENTIR Es procura que puguin vivenciar els sentiments que els hi desperten les ocasions de mantenir vius aquests costums, consolidant els vincles familiars
8.- Descripció conjunta dels valors intrínsecs i classificació/		PENSAR

símbols: ✓ L'apropament, la trobada familiar ✓ El suport mutu ✓ La creació d'un clima lúdic, festiu, satisfactori ... ✓ L'abordatge dels temes espinosos 9.- Roda per recollir els costums quotidians de casa seva: ✓ activitats conjuntes ✓ activitats per subsistemes ✓ activitats individuals		A l'inici de l'exercici, se'ls hi explica que, organitzant cada una d'aquestes ocasions, estem: • refermant els vincles familiars • traspassant als fills uns valors molt importants per la seva vida • aportant valor a la nostra societat

OBJECTIU 3		
Autovalorar-se i identificar les millores que a cadascú li agradaria canviar		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
10.- Es dóna a cadascú l'estrella per tal que puguin valorar la seva situació actual, marcant un valor en els diferents aspectes de llur dinàmica familiar, i que ho puguin apreciar visualment en relació al conjunt d'elements. 11.- Exercici / subgrups (si s'escau, un d'homes i un de dones) en	Fitxa d'autovaloració: "l'estrella" T: 40 min. .	PENSAR En aquest sentit, és interessant identificar: - els costums que els uneixen i els projecten com a família - els costums que els hi agradaria canviar a casa seva, i com creuen que ho poden fer Incorporant la visió en perspectiva de conjunt i en clau de procés dinàmic, en evolució contínua PROJECTAR

que cadascú expliciti què és el que voldria canviar i que valori: - què espera guanyar amb el canvi - qui creu que se'n beneficiaria més, dels de casa seva - a qui, dels del seu nucli de convivència, li costaria més el canvi: ✓ a tall organitzatiu ✓ a tall relacional Es dóna suport als subgrups. 11.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller 12.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.		- Se centra la reflexió final en com els propis costums configuren el projecte familiar, traçant una perspectiva que transcendeix la quotidianitat. - Se'ls convida a que ho segueixin treballant amb el/la seva professional de referència..

Indicadors d'avaluació	- Núm. Famílies inscrites - Full registre d'assistències, amb les signatures dels participants - Recull de valors que emergeixen, amb els espais i costums que mantenen vius - Recull d'aspectes que volen canviar per a una millor vivència familiar - Taula de valoració de la implicació dels participants
Incidències a destacar:	

Materials específics

ESTRELLA D'AUTOAVALUACIÓ FAMILIAR

10.- Resiliència:

- ✓ Assolim reptes
- ✓ Esculls superats
- ✓ Adaptacions als canvis
- ✓ Cerquem ajuda o alternatives
- ✓ Contenim patiment

9.- Relació amb Serveis de proximitat:

- ✓ Coneixem els serveis i recursos
- ✓ Ens movem pel barri amb autonomia
- ✓ Respectem cites pactades
- ✓ Complim els acords o compromisos
- ✓ Reconeixem al professional referent

1.- Autonomia:

- ✓ Remuneració regular, pensions...
- ✓ Consecució recursos bàsics
- ✓ Cobrim 1es necessitats
- ✓ Prenem la iniciativa

8.- Relació amb l'entorn:

- ✓ Coneixem veïns
- ✓ Som cordials
- ✓ Participem CVV
- ✓ Col·laborem
- ✓ Fem activitats al barri

2.- Necessitats Individuals Ateses:

- ✓ Adults
- ✓ Menors
- ✓ Joves
- ✓ "Pròpies"
- ✓ Demanem ajuda si cal

7.- Relacions socials

- ✓ Amb famílies de l'entorn
- ✓ Amb altres amistats ...
- ✓ Fem activitats conjuntes
- ✓ Rebem ajuda
- ✓ Compartim suport

3.- Organització Domèstica:

- ✓ Mantenim pis net
- ✓ Mantenim instal·lacions
- ✓ Repartim tasques entre els adults
- ✓ Repartim tasques fills
- ✓ Horaris regulars ...

6.- Relació amb la família extensa:

- ✓ Fem celebracions habituals
- ✓ Tenim ocasions de trobada
- ✓ Compartim ajuda mútua
- ✓ Mantenim canals alternatius
- ✓ Forgem vincles respectant l'autonomia

4.- Comunicació interna:

- ✓ Fluïdesa relacional
- ✓ Expressió dels afectes
- ✓ Clima de confiança
- ✓ Explicitem queixes i crítiques
- ✓ Parlem del que ens preocupa i d'organització domèstica

5.- Rols Parentals:

- ✓ Procurem estabilitat i vincle afectiu
- ✓ Explicitem i mantenim principis clars
- ✓ Som coherents entre els dits i fets
- ✓ Oberts i flexibles pels límits i normes
- ✓ Reforcem les conductes desitjades

M-1 T-2 **LES ARRELS FAMILIARS**

M-1 T-2 LES ARRELS FAMILIARS

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

DIPLOMA

Concedit a la família:

Per haver superat satisfactòriament el mòdul 1:

"Vida en Família"

Localitat: Data:

MÒDUL 2: HABILITATS SOCIOFAMILIARS

Taller 3
Necessitats personals i necessitats familiars

FINALITAT		
Comprendre que l'atenció idònia dels altres, requereix el reconeixement de les pròpies necessitats i límits		
OBJECTIU 1		
Afavorir la presa de consciència de les pròpies autopercepcions i supòsits negatius, incapacitants		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, com a recordatori de tots els compromisos i de la força del grup 2.- Donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja porten relacionat amb les seves necessitats i les necessitats familiars, alhora que van signant el full registre de participants 3.- El conte de l'elefant encadenat (J. Bucay): Es posa el dibuix de l'elefant en un lloc visible a tot el grup i se'ls hi explica el conte	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Conte de l'elefant Dibuix de l'elefant <u>T: 30 min</u>.	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls ajuda a fer conscients les inèrcies incapacitants
4.- S'anima a que cadascú pensi i exposi una situació viscuda com a insuperable, ajudant a valorar i distingir: - els condicionants propis, i els del context - els seus sentiments - els supòsits incapacitants 5.- Es fa participar el grup per aportar una mirada diferent sobre les autopercepcions de cadascú, les possibilitats i alternatives per abordar la situació que ha explicat cada participant		PENSAR Se'ls hi fa preguntes per provocar la reflexió sobre la impotència i els límits davant situacions personals determinades, que han pogut transcendir. S'explica que els límits externs, circumstancials, ens venen donats i potser deixen poc marge de maniobra (ex. les lleis i normatives, situacions accidentals ...) Sovint, però, hem interioritzat límits i barreres relatives, fets de pors, de supòsits, de mites familiars ... Aquests es poden superar, amb la pròpia força de voluntat. (El grup aporta exemples per valorar conjuntament)

6.- Se'ls hi proposa que, per parelles i amb l'ajuda de l'altre, es plantegin alternatives al seu abast per superar la impotència manifestada. 7.- Posta en comú, comentant el que això l'hi aporta a cadascú pels nous reptes que té actualment. Vetllar que hi participi tothom. 8.- Fer un recull sintètic d'alternatives que han trobat per superar algun escull, i agrupar-les visualment al paperògraf	Paperògraf T: 30 min.	PROJECTAR Se'ls ajuda a veure com, mirant les coses des d'una altra perspectiva, poden fer petites accions per avançar en les qüestions que els preocupen actualment

OBJECTIU 2		
Afavorir la consciència del que necessiten per tenir cura de sí mateixos/es		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- Roda compartint en quins moments gaudeixen d'un espai propi	Fotos suggerents d'autocura T: 15 min.	SENTIR Es procura que puguin vivenciar els sentiments que experimenten quan s'atenen a sí mateixos/es Els valors que aporten a les seves famílies
8.- Continuar el debat amb el grup, fent un recull de les activitats que realitzen per atendre's		PENSAR - Al final de l'exercici, s'analitzen els exemples que han exposat, per poder veure quines d'aquestes accions contribueixen a: • un estat d'ànim favorable • estar més serens davant la realitat • atendre millor les necessitats dels altres tenint més clars els propis límits i capacitats
9.- Exercici: el grup proposa 1 alternativa que considera pot anar-li bé a cada participant, tenint en compte la seva situació familiar		PROJECTAR - Se'ls anima a plantejar-se alguna acció que poden incorporar habitualment per atendre's

OBJECTIU 3		
Contribuir a que cadascú trobi la seva particular combinació atenent les pròpies necessitats i les dels seus		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
10.- Explicació breu i dinamització d'un exercici pràctic *"Consciència d'Accions"* per prendre consciència de les pròpies reaccions habituals davant determinades situacions: se'ls hi plantegen diferents situacions i que cadascú digui què acostuma a fer quan ...: ✓ està content/a ✓ està cansat/da ✓ està massa enfeinat/da ✓ està trist/a ✓ està preocupat/da ✓ està concentrat/da en una altra cosa ✓ està entusiasmat/da ✓ es troba malament ✓ té pressa ✓ l'altre es desespera i/o requereix atenció immediata ✓ ... Es recullen al paperògraf, per tal que puguin adonar-se del que acostumen a fer per tenir cura de sí mateixos/es i per atendre els seus familiars.	T: 30 min.	SENTIR La satisfacció de les accions d'atenció als seus, que fan i viuen positivament La contrarietat que generen algunes accions de cura de la pròpia família, en moments determinats

<table>
<tr>
<td>11.- Explotant els continguts que han aportat amb l’exercici anterior, s’analitzen les diferències entre les “respostes reactives” que anul·len les pròpies necessitats i generen tensions, i les respostes previstes, que combinen les diferents necessitats, els recursos i les alternatives.
<table>
<tr><th>SITUACIÓ</th><th>Inèrcia i/o tendència reactiva</th><th>Iniciativa prevista i/o desitjada</th></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>
12.- Posta en comú del que fa que visquin desfavorablement unes accions i què fa que unes altres els hi resultin gratificants o satisfactòries.

13.- Síntesi dels elements que propicien experiències gratificants i dels que contribueixen a que resulti més feixuc atendre la família</td>
<td></td>
<td>PENSAR

Se’ls ajuda a identificar el que necessita atendre’s cadascú per desenvolupar-se i per, en tot cas, poder-se ocupar dels seus favorablement

Aprendre a identificar com una alerta, aquelles situacions en què s’actua de manera ben diferent (fins i tot oposada) al que tenia previst: què passa entre el que es pretén i el que li surt , “les respostes reactives” ... i els seus efectes

Se’ls ajuda a reflexionar què fa que, a vegades, visquin malament les accions de cura dels seus

Se’ls ajuda a reflexionar quins elements fan que visquin de manera satisfactòria la cura dels seus.</td>
</tr>
<tr>
<td>14.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s’emporta d’aquest taller. S’ajuda a qui ho necessiti.

15.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.

16.- Lliurament del diploma del 1r mòdul, a cada participant</td>
<td>Diplomes Mòdul 1

<u>T: 15 min</u>.</td>
<td>PROJECTAR

Quins canvis haurà d’introduir cadascú en la seva organització habitual per tal que sigui viable l’alternativa que es planteja.</td>
</tr>
</table>

Materials específics

M-2 T-3

L’elefant encadenat

Quan jo era petit m’encantaven els circs, i el que més m’agradava dels circs eren els animals. Em cridava especialment l’atenció l’elefant que, com vaig saber més tard, era també l’animal preferit d’altres nens. Durant la funció, la bèstia enorme feia gala d’un pes, una mida i una força descomunals... Però després de l’actuació i fins poc abans de tornar a l’escenari, l’elefant sempre es quedava lligat a una petita estaca clavada a terra amb una cadena que li empresonava una de les potes.

L’estaca, però, només era un minúscul bocí de fusta amb prou feines enterrat a uns quants centímetres de terra. I tot i que la cadena era gruixuda i poderosa, em semblava obvi que un animal capaç d’arrencar un arbre de soca-rel amb la seva força, havia de poder alliberar-se amb facilitat de l’estaca i fugir.

El misteri encara em sembla evident.

Què el subjecta, doncs?

Per què no fuig?

Quan jo tenia cinc o sis anys encara confiava en la saviesa de la gent gran. Vaig preguntar doncs a un mestre, un pare o un oncle pel misteri de l’elefant. Algun d’ells em va explicar que l’elefant no s’escapava perquè estava ensinistrat.

Llavors vaig fer la pregunta òbvia: «Si està ensinistrat... per què el lliguen?».

No recordo haver rebut cap resposta coherent. Amb el temps vaig oblidar el misteri de l’elefant i l’estaca, i només me’n recordava quan em trobava amb altres nens que també s’havien fet aquella pregunta alguna vegada.

Fa alguns anys vaig descobrir que, per sort meva, algú havia estat prou savi per trobar la resposta:

L’elefant del circ no s’escapa perquè ha estat lligat a una estaca semblant des que era molt, molt petit.

Vaig tancar els ulls i em vaig imaginar l’elefant indefens acabat de néixer subjectat a l’estaca. Estic segur que, en aquell moment, l’elefantet va empènyer, va estirar i suar tractant d’alliberar-se. I, malgrat els seus esforços, no ho va aconseguir perquè aquella estaca era massa forta per a ell.

Vaig imaginar que s’adormia esgotat i que, l’endemà, ho tornava a provar, i l’endemà següent, i l’altre... Fins que, un dia, un dia terrible per a la seva història, l’animal va acceptar la seva impotència i es va resignar al seu destí.

Aquell elefant enorme i poderós que veiem al circ no s’escapa perquè, el pobre, creu que no pot.

Té gravat el record de la impotència que va sentir poc després de néixer. I el pitjor és que mai més ha tornat a qüestionar- se seriosament aquell record. Mai, mai més va tornar a posar a prova la seva força...

J. BUCAY

M-2 T-3 NECESSITATS PERSONALS I NECESSITATS FAMILIARS

M-2 T-3 Necessitats personals i necessitats familiars. Com avançar?

COM AVANÇAR

En quin aspecte em costa avançar? **¿En qué aspecto me cuesta avanzar?**
Quines accions puc fer per aconseguir avançar? **¿Qué acciones puedo emprender para conseguir avanzar?**
Qui m'hi pot ajudar? **¿Quién me puede ayudar?**

M-2 T-3 : Necessitats pròpies i de la família. Consciència d'accions

El que jo necessito *Lo que yo necesito para mí*	Què necessita de mi la meva família *Mi familia qué necesita de mí*
Què faig per a mi *Qué hago para mí*	Què faig pels de casa *Qué hago para los de casa*

Gomet blau pel que li està bé

Gomet vermell pel que no li està bé

Mòdul-2: Taller-3 Necessitats personals i necessitats familiars

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

Taller 4
Comunicació i relacions familiars

FINALITAT		
Que els caps de família comprenguin la complexitat dels elements comunicatius i aprenguin eines de comunicació assertiva pel que fa als aspectes afectius-relacionals, a les crítiques, i a l'establiment de pautes i límits en el nucli de convivència.		
OBJECTIU 1		
Vivenciar les pròpies necessitats de nodriment i de reconeixement en les relacions familiars		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
		SENTIR
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- S'introdueix el tema i se'ls hi dóna la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja saben de com escoltar als altres, com fer-ho perquè els hi facin cas, i com escoltar-se a sí mateixos... , alhora que van signant el full registre de participants	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta	S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls hi explica que més del 90% de la comunicació és vivencial, no verbal i que en aquesta sessió es focalitzarà, sobretot, el que sentim, i els resultats del que s'esdevé: ✓ Com vivim el que ens diuen i/o fan ✓ Com vivim el que volem expressar ✓ Com deuen viure els altres el que els hi manifestem ✓ Què passa quan ...

3.- Es proposa al grup un joc de rol: * Opció A: discussió de parella per decidir l'assumpció d'una pauta quotidiana: tancar la T.V. a l'hora dels àpats (o altres) * Opció B: discussió entre pare o mare i fill/a perquè tanqui la T.V. a l'hora de sopar (o altres) ➢ Es divideixen els rols entre els participants: 2 o 3 actors (2 en cas de la discussió de parella; 3 en cas de pares i fill/a) i la resta: 1-2 observadors; 1 altre participant reforça el rol parental ➢ Cada subgrup es prepara el joc de rol, amb les indicacions i reforç de la dinamitzadora ➢ S'explica als qui fan d'observadors, que es fixin en: - com es diuen les coses: els arguments, el clima afectiu, les actituds i les habilitats comunicatives - com els hi afecta el que presencien: quins sentiments els hi suscita cada personatge ➢ A qui reforça el rol parental se li diu pot interrompre per aportar-los algun suggeriment o observació 4.- Escenificació (5 min màxim) 5.- Recull dels sentiments viscuts per cada "actor/a", i possibles ressonàncies amb situacions personals-familiars que els hi resulten habituals.	T: 30 min.	S'ajuda als caps de família a identificar les pròpies reaccions emocionals davant situacions diverses, demanant-los: - com se sent quan ... - a quin lloc del seu cos ho sent més ... - què li surt de fer quan se sent així Se'ls ajuda a contactar amb la necessitat de reconèixer els sentiments dels altres davant situacions: - adverses, tenses - favorables, en que se senten reconeguts/des.

6.- Roda amb tot el grup per estructurar: 1.- Quin és el problema 2.- Arguments que hi ha aportat cadascú 3.- Estats emocionals detectats en els principals actors implicats - actius: goig-ira - passius: impotència; por; apatia; tristor 4.- Habilitats comunicatives mostrades per cada una de les parts Anotant-ho tot gràficament a la pissarra o paperògraf, en columnes o cercles diferents, en funció del que són: impressions viscudes fets observats opinions emeses	Pissarra o paperògraf <u>T: 30 min</u>.	PENSAR S'implica tot el grup en l'anàlisi del que ha passat a nivell relacional, de pautes de comunicació i a tall organitzatiu, en relació als resultats assolits: ✓ Com em sento jo quan... ✓ Com se sent l'altre quan... ✓ Quin és el nucli del problema, <u>per a cadascú</u> ✓ Punts d'entesa ✓ Punts d'acord ✓ Elements cabdals que queden pendents Es comenten exemples il·lustratius pel grup dient que, en altres grups hi ha hagut qui deia que ...: ✓ Coses que fan que ens sentim bé en una relació ✓ Coses que fan que ens hi sentim malament Es recull aquest debat, especificant que: - en tota discussió o conversa cal <u>diferenciar els 3 nivells</u> que es donen alhora: els fets, les vivències particulars i les opinions de cadascú - en qualsevol cas, es pot trobar l'element comú que permet seguir parlant o discutint el tema

OBJECTIU 2		
Obrir possibilitats de canvis en les pautes habituals de les relacions familiars		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- S'exposa la presentació breu de les bases per a una comunicació assertiva 8.- Extreure unes pautes bàsiques de comunicació assertiva	T: 30 min.	PROJECTAR Quins canvis introduirien ara a l'exemple escenificat, perquè sigui constructiu Com buscar un acord, ni que sigui parcial i/o temporal, identificant els punts comuns de necessitat o d'opinió
OBJECTIU 3		
Facilitar que puguin incorporar canvis significatius en llurs pautes habituals de comunicació i relació en moments crítics		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
9.- Es demana al grup de quines maneres: - comuniquen l'afecte, l'estimació que necessiten - transmeten les normes de convivència - marquen els límits - expressen una crítica - corregeixen un comportament inadequat - reforcen un comportament ben valorat 10.- A tall de síntesi, es fa una representació gràfica recollint-hi el que han aportat 11.- Se'ls hi dóna una còpia impresa del PPS sobre comunicació i, si s'escau, una còpia de les fitxes complementàries 1 i 2	T: 20 min.	PENSAR Demanar-los com transmeten les pautes i límits: en quins casos valoren positivament els resultats i en quins casos no els hi resulten satisfactoris

11.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller 12.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.	T: 10 min.	PROJECTAR Es demana al grup quins recursos o maneres tenen ara per trencar l'espiral negatiu de les relacions tancades i, el que van dient ho exemplifiquem amb situacions quotidianes concretes perquè en vegin l'aplicabilitat pràctica.

Materials específics

COMUNICACIÓ ASSERTIVA

ELEMENTS BÀSICS

PROCÉS ASSERTIU INTERPERSONAL
Esquema general

- **D** DESCRIPCIÓ FETS i CONDUCTES
- **O** ORIGEN
- **L** LLOC i MOMENT
- **N** NOM
- **E** EMOCIÓ
- **N** NECESSITAT

Tú no me escuchas
¿Qué?
siempre te sientes culpable...
¡Ay, Perdóname!
eres celoso
¿de quién, eh?
eres insegura
¿te parece?
eres agresivo
¿Qué te pasa, idiota?
stup!
eres cotilla
¿Quién te lo dijo...?
eres tan infantil
Ti.
eres paranoico
¡shh... baja la voz...!
eres caprichosa
¡no!
¡no!
¡¡Y no!!
eres desconfiado
¿...Y por qué me lo dices?
eres interesada
¡Ja! ¿de qué me serviría?
¡eres un negador!
no.

MÈTODE DEL "COIXÍ" PER MILLORAR LA VISIÓ VERSUS EMPATIA

ESCENARI 1

Jo tinc raó
tu estàs
equivocat/da

ESCENARI 2

Tu tens raó
jo estic
equivocat/da

ESCENARI 3

Tots dos
tenim raó
i estem
equivocats/des

ESCENARI 4

El problema
no és tan important

TÈCNIQUES ASSERTIVES

- MISSATGES DES DEL JO
- DISC RALLAT
- ACORD PARCIAL
- BANC DE BOIRA
- ENTREPÀ
- MISSATGES "ARA i AQUÍ"
- ACORD DE COMPROMISOS MUTUS

MISSATGE JO

- ✓ S'EMET **EN PRIMERA PERSONA**

- ✓ **DEFINEIX L'ORIGEN PERSONAL** DELS
  - ✓ SENTIMENTS: jo sento que… jo em sento…
  - ✓ OPINIONS: jo crec que… jo penso…
  - ✓ DESITJOS: a mi m'agradaria que…
  - ✓ PREFERÈNCIES PERSONALS: m'agrada més…

- ✓ NO ATRIBUEIX CAP MENA DE JUDICI NI D'AVALUACIÓ DE L'ALTRE: evita la defensivitat

- ✓ FACILITA L'EXPRESSIÓ DE → diferències / desacords

AVANTATGES "*MISSATGE JO*" 1

- LES **OPINIONS**, **DESITJOS** i **SENTIMENTS EXPRESSATS** SÓN MÉS DIGNES DE CRÈDIT i TENEN MÉS PROBABILITAT DE SER TINGUTS EN COMPTE

- AFAVOREIX UNA ACTITUD DEMOCRÀTICA i NO VIOLENTA QUE:
  - ✓ **INSPIRA RESPECTE**
  - ✓ **CONVIDA AL COMPROMÍS i**
  - ✓ **INCITA A PARTICIPAR**

AVANTATGES "*MISSATGE JO*" 2

- INSPIRA **ACCESSIBILITAT PROPANIA** i **TRANSPARÈNCIA,** CONDICIONS IMPORTANTS EN LA RELACIÓ INTERPERSONAL

- GENERA UN **CLIMA SERÈ**

- ES MOSTRA UN **MODEL** QUE, FÀCILMENT S'IMITA

M-2 T-4: Comunicació i relacions familiars

ELEMENTS COMUNICATIUS EN JOC

Nivell domèstic

TASQUES

Consens responsabilitats i compromisos

RELACIÓ

Respecte i empatia

EMOCIONS

Intel·ligència Emocional: *comprensió*contenció *expressió

Nivell relacional

Nivell subjectiu

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

DIMENSIONS A COMBINAR

M-2 T-4: Comunicació i relacions familiars

Necessitats Personals *Necesidades Personales*	Necessitats Operatives *Necesidades Operativas*
Necessitats Relacionals *Necesidades Relacionales*	

M-2 T-4 Comunicació i relacions familiars

Fitxa observació joc de rol

COM ES COMUNIQUEN		IMPACTE: SENTIMENTS que et SUSCITA cada personatge
Expressions corporals		
Arguments, idees que aporten		
Clima afectiu		
Actituds que mostren		
Habilitats comunicatives que mostren		
Altres		

Mòdul 2: Taller comunicació i relacions familiars

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

Taller 5
Organització domèstica i rols

FINALITAT		
Revisar la pròpia organització domèstica, com a base per a reforçar les relacions internes i els rols parentals		
OBJECTIU 1		
Veure la influència de l'organització domèstica en les relacions internes, el benestar de la família i l'educació dels fills/es.		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
		SENTIR
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- S'introdueix el tema i es dóna la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja els hi va bé de com tenen resolta l'organització domèstica i assumpció de rols... , alhora que van signant el full registre de participants. S'ajuda a escriure a qui ho necessiti 3.- Exercici de grup, amb fotos i vinyetes de diferents situacions domèstiques i socials, il·lustratives de tasques i rols, per <u>identificar la distribució de rols</u> en llurs famílies d'origen 4.- Posta en comú del model d'organització domèstica i rols viscuts en la seva infantesa, posant sobre la taula fotos de situacions quotidianes il·lustratives de diferents models de rols.	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Fotos de tasques i accions <u>T: 30 min</u>.	S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls ajuda a fer conscients els models introjectats
5.- Exercici per parelles: s'expliquen l'organització domèstica actual a casa de cadascú i, recíprocament es diuen les avantatges i		PENSAR

inconvenients que troben en com ho fa l'altre, a partir de les tasques domèstiques 6.- Posta en comú creuada: cadascú explica les avantatges i inconvenients que troba a l'organització de l'altre. Es recull exposant a la pissarra els mapes resultants per a cada un dels aspectes analitzats, i comentant el que se'n derivi: amb els dibuixos de VINCLE com a base, es dibuixa al seu voltant la proximitat i llunyania dels membres de cada família en relació a la tasca.	Pissarra o paperògraf T: 30 min.	S'implica tot el grup en l'anàlisi dels elements identificatius de cada tipus d'organització demanant-los: - qui fa què i què fa cadascú dels demés mentrestant - com ho han decidit - proporcions de responsabilitats i tasques que assumeix cadascú
OBJECTIU 2		
Obrir possibilitats de canvis en les pautes habituals de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- Presentació de la piràmide de "Tasques Familiars" que la Secretaria de Polítiques Familiars de la Generalitat de Catalunya va elaborar el 2009 8.- Exercici "El Trencaclosques": amb cada cartolina es retalla un trencaclosques quadrat, tots iguals, i a cada sobre s'hi posen cinc peces pel trencaclosques, però barrejades de colors diversos. Es posen damunt la taula i cadascú n'agafa 1. Cada participant ha d'aconseguir fer el seu trencaclosques d'un sol color, però: - mentre duri el joc no poden dir-se ni una paraula - tampoc es poden demanar les peces, ni amb mímica - només poden donar-se i rebre peces entre els participants Es comença quan se'ls hi diu que ja poden obrir els sobre, i s'acaba quan 2 o 3 ja han acabat el seu trencaclosques. 9.- Exercici: les mateixes parelles d'abans, ara s'expliquen recíprocament l'organització domèstica desitjada i les dificultats	Cartolines de colors diferents i sobres: 1 per persona T: 40 min.	SENTIR Ajudar-los a vivenciar la necessitat de col·laborar uns i altres Després del joc, se'ls hi demana: ✓ com s'hi ha sentit ✓ quines dificultats han experimentat Al final se'ls comenta: ✓ la importància de l'atenció en l'altre per col·laborar, fins i tot en benefici propi ✓ la col·laboració implica l'intercanvi entre el que aportem o facilitem i el que ens aporten

que, creuen es poden trobar. L'un a l'altre se suggereixen estratègies per resoldre les dificultats, aportant exemples d'altres: ..."jo conec algú que això ho va solucionar de tal manera ..."		
10.- Roda entre els participants, per posar en comú una de les dificultats inicials que cadascú s'imagina que pot implicar el fet d'introduir algun d'aquests canvis, i els inconvenients que els hi pot representar. El grup li aporta la seva valoració i alternatives. 11.- Recollir-ho exposant visualment a la pissarra els mapes resultants per a cada un dels aspectes analitzats. Comparar-ho amb el mapa anterior i identificar el que se'n derivi		PENSAR - Se'ls ajuda a veure que cada dificultat pot amagar un benefici secundari que els hi comporta a cadascú el manteniment dels rols, l'estatus i les pautes de relació actuals - Explicitant sintèticament el que es reflecteix en el mapa resultant, se'ls ajuda a relacionar la influència dels rols en les relacions familiars i de parella, i en les expectatives de projecte de família per cadascú, recollint el que han explicat en la pregunta anterior: *"què fa cadascun dels altres mentre un/a fa tal cosa"...* - Es demana al grup quins canvis introduirien ara a la seva organització habitual, perquè els hi resulti més participada o més d'acord a les seves necessitats actuals - Se'ls ajuda a reflexionar sobre els avantatges que suposaria cada canvi per al conjunt de la seva família

12.- Pluja d'idees amb la participació de tot el grup per a cada cas		PROJECTAR Com ho poden fer efectiu: ✓ què deixaran de fer ✓ qui comunicarà el què a qui dels de casa ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit • perseverança • insistència • explicitació del reconeixement • ...

OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables i més funcionals per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
13.- Es convida a cadascú a explicitar els seus propis compromisos per tal de fer implicar els membres de la família que ells considerin, implementant només els canvis que valorin al seu abast. En cas que hi participin els 2 membres de la parella, concretar-los individualment i complementària, alhora. 14.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller. (S'ajuda a qui ho necessiti per escriure-ho) 15.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera. Se'ls anima a que ho segueixin treballant amb el seu professional de referència. 16.- Donar-los el diploma del Mòdul 2 (en cas que el grup finalitzi aquí, es programen les entrevistes de devolució i tancament amb cadascú).	T: 20 min. Diplomes Mòdul 2	PROJECTAR - Es demana al grup quins recursos o maneres tenen ara per trencar les seves inèrcies habituals i com ho faran en cada cas, per tal que cada membre de la família assumeixi la seva part - En cas que aquest sigui el darrer taller per al grup, se'ls anima a que segueixin el procés amb els seus professionals de referència i, en la mesura que vulguin, a mantenir-se connectats/des entre sí, com a grup amb el que han compartit les seves inquietuds i demés.

FINALITAT		
Revisar la pròpia organització domèstica, com a base per a reforçar les relacions internes i els rols parentals		
OBJECTIU 1		
Veure la influència de l'organització domèstica en les relacions internes, el benestar de la família i l'educació dels fills/es.		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
		SENTIR
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, allò que ja els hi va bé de com tenen resolta l'organització domèstica i assumpció de rols... , alhora que van signant el full registre de participants 3.- Exercici de grup, amb fotos i vinyetes de diferents situacions domèstiques i socials, il·lustratives de tasques i rols, per <u>identificar la distribució de rols</u> en llurs famílies d'origen 4.- Posta en comú del model d'organització domèstica i rols viscuts en la seva infantesa, posant sobre la taula fotos de situacions quotidianes il·lustratives de diferents models de rols.	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Fotos de tasques i accions <u>T: 30 min</u>.	S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Se'ls ajuda a fer conscients els models introjectats

5.- Complementació de la fitxa 1, i valoració de l'organització familiar actual, bàsicament a partir de les tasques domèstiques 6.- Recollir-ho exposant visualment a la pissarra els mapes resultants per a cada un dels aspectes analitzats, i assenyalar explícitament el que se'n derivi: amb els dibuixos de VINCLE com a base, dibuixar al seu voltant la proximitat i llunyania dels membres de cada família en relació a la tasca	Fitxa 1: l'organització domèstica actual Pissarra o paperògraf T: 30 min.	PENSAR S'implica tot el grup en l'anàlisi dels elements identificatius de cada tipus d'organització: - qui fa què i què fa cadascú dels demés mentrestant - com ho han decidit - proporcions de responsabilitats i tasques que assumeix cadascú

OBJECTIU 2		
Obrir possibilitats de canvis en les pautes habituals de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
7.- Es presenta la piràmide de "Tasques Familiars" que la Secretaria de Polítiques Familiars de la Generalitat de Catalunya va elaborar el 2009 8.- Debat a partir del rol i tasques que voldrien assumir en la seva família actual, i les que esperen que assumeixin els altres membres de la família 9.- Roda entre els membres del grup per recollir les dificultats inicials que cadascú s'imagina que pot suposar el fet d'introduir algun d'aquests canvis, i els inconvenients que els hi pot representar	Fitxa 2: l'organització domèstica desitjada T: 40 min.	SENTIR Ajudar-los a adonar-se'n de com experimenten el seu rol i posicionament actuals en relació a: ✓ la seva parella o altres adults del nucli de convivència ✓ els fills ✓ sí mateix/a PENSAR

10.- Se'ls hi dóna la Fitxa 2: "organització domèstica desitjada" perquè la complimentin 11.- Recollir-ho exposant visualment a la pissarra els mapes resultants per a cada un dels aspectes analitzats. Comparar-ho amb el mapa anterior i identificar el que se'n derivi.		- Se'ls ajuda a veure que cada dificultat pot amagar un beneficis secundaris que els hi comporta a cadascú el manteniment dels rols, l'estatus i les pautes de relació actuals - Explicitant sintèticament el que es reflecteix en el mapa resultant, se'ls ajuda a relacionar la influència dels rols en les relacions familiars i de parella, i en les expectatives de projecte de família per cadascú, recollint el que han explicat en la pregunta anterior: *"què fa cadascun dels altres mentre un/a fa tal cosa"...* - Es demana al grup quins canvis introduirien ara a la seva organització habitual, perquè els hi resulti més participada o més d'acord a les seves necessitats actuals - Se'ls ajuda a reflexionar sobre els avantatges que suposaria cada canvi per al conjunt de la seva família
11.- Pluja d'idees amb la participació de tot el grup per a cada cas		PROJECTAR Com ho poden fer efectiu: ✓ què deixaran de fer ✓ qui comunicarà el què a qui dels de casa ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit • perseverança • insistència • explicitació del reconeixement ...

OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables i més funcionals per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
12.- Es convida a cadascú a explicitar els seus propis compromisos per tal de fer implicar els membres de la família que ells considerin, implementant només els canvis que valorin al seu abast. En cas que hi participin els 2 membres de la parella, concretar-los individualment i complementària, alhora. 13.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller 14.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera. Se'ls anima a que ho segueixin treballant amb el seu professional de referència. 15.- Donar-los el diploma del Mòdul 2 (en cas que el grup finalitzi aquí, es programen les entrevistes de devolució i tancament amb cadascú).	T: 20 min. Diplomes Mòdul 2	PROJECTAR - Es demana al grup quins recursos o maneres tenen ara per trencar les seves inèrcies habituals i com ho faran en cada cas, per tal que cada membre de la família assumeixi la seva part - En cas que aquest sigui el darrer taller per al grup, se'ls anima a que segueixin el procés amb els seus professionals de referència i, en la mesura que vulguin, a mantenir-se connectats/des entre sí, com a grup amb el que han compartit les seves inquietuds i demés.

Materials específics

M-2 T-5

ORGANITZACIÓ DOMÈSTICA ACTUAL (1)

DIA / TASCA	Llevar Fills	Preparar l'esmorzar	Dur fills a l'escola	Preparar el dinar	Recollir Fills	Preparar berenar	Preparar sopar	Banyar i posar fills a dormir	Relació amb l'escola	Visites mèdiques
DILLUNS *LUNES*	**Nom ...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMARTS *MARTES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMECRES *MIÉRCOLES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIJOUS *JUEVES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIVENDRES *VIERNES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DISSABTE *SÁBADO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIUMENGE *DOMINGO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

M-2 T-5

ORGANITZACIÓ DOMÈSTICA ACTUAL (2)

DIA / TASCA	Bugada	Comprar	Netejar cuina	Netejar bany	Neteja general	Fer llits	Parar taula	Reparacions	CCVV	Altres
DILLUNS *LUNES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMARTS *MARTES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMECRES *MIÉRCOLES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIJOUS *JUEVES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIVENDRES *VIERNES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DISSABTE *SÁBADO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIUMENGE *DOMINGO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

M-2 T-5

ORGANITZACIÓ DOMÈSTICA DESITJADA (1)

DIA / TASCA	Llevar Fills	Preparar l'esmorzar	Dur fills a l'escola	Preparar el dinar	Recollir Fills	Preparar berenar	Preparar sopar	Banyar i posar fills a dormir	Relació amb l'escola	Visites mèdiques
DILLUNS *LUNES*	**Nom ...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMARTS *MARTES*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMECRES *MIÉRCOLES*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIJOUS *JUEVES*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIVENDRES *VIERNES*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DISSABTE *SÁBADO*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIUMENGE *DOMINGO*	**...**	...	...	...	...	...	...	...	...	...

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

M-2 T-5

ORGANITZACIÓ DOMÈSTICA DESITJADA (2)

DIA / TASCA	Bugada	Comprar	Netejar cuina	Netejar bany	Neteja general	Fer llits	Parar taula	Reparacions	CCVV	Altres
DILLUNS *LUNES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMARTS *MARTES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIMECRES *MIÉRCOLES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIJOUS *JUEVES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIVENDRES *VIERNES*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DISSABTE *SÁBADO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
DIUMENGE *DOMINGO*	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

ASSOCIACIÓ PER LA RECERCA I L'ACCIÓ SOCIAL
vinde

Mòdul 2: Taller Organització Domèstica i Rols

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

DIPLOMA

Concedit a la Sr/a:

Per haver superat satisfactòriament el mòdul 2:

"Habilitats Socio-Familiars"

Localitat: Data:

MÒDUL 3: HABILITATS PRÀCTIQUES I ENTORN

Taller 6
Manteniment de la llar i economia domèstica

FINALITAT		
Valorar possibles alternatives organitzatives amb els seus recursos i condicions domèstiques		
OBJECTIU 1		
Veure possibilitats quotidianes d'abaratir costos en l'economia domèstica, a la pràctica		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
		SENTIR
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, el que ja fan per tirar endavant la família amb el seu pressupost actual, alhora que van signant el full registre de participants. S'ajuda personalment a qui ho necessiti per escriure-ho. 3.- Exercici de grup, amb la fitxa "La cistella de la compra": ✓ Apel·lar a la memòria dels recursos dels seus pares o d'altres per fer adaptar-se a un pressupost reduït	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Fitxa 1: "la cistella de la compra" T: 15 min.	S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Aportant-los exemples il·lustratius de situacions d'èpoques anteriors amb recursos escassos, se'ls hi evoca el record de les seves vivències en el sentit que, qui més qui menys, en algun moment hem viscut èpoques amb mitjans insuficients

		PENSAR
4.- Exercici del “Bo, Net i a l’Abast”: fomentar un intercanvi d’iniciatives i trucs casolans per abaratir costos: ✓ a la cuina: com combinen els aliments i com reciclen el que sobra d’un àpat... ✓ com abarateixen costos de la compra habitual ✓ com allarguen els usos dels aparells i l’equipament de la llar ✓ com abarateixen la neteja, el consum d’aigua ... ✓ millores possibles reorganitzant espais ... ✓ altres 6.- Recollir-ho agrupant visualment a la pissarra, la diversitat de possibilitats / àmbits 7.- Identificar amb el grup, els valors que això aporta i que es transmeten als fills. A tall de suggeriment: ✓ l’afany de superació davant les dificultats ✓ l’esperit creatiu que promou alternatives ✓ la consciència social ✓ la solidaritat ✓ l’opció per allò bàsic davant del q és prescindible ✓ ... 8.- Joc de les Tafaneries: concurs de detalls observats “el que altres fan malament” Guanya la més original	Pissarra o paperògraf <u>T: 45 min</u>.	- Aportant algun exemple, se’ls anima a explicar els seus recursos per aconseguir que els resulti més “Bo, Net i a l’Abast”. Ex: - Substituir proteïnes animals per combinacions proteiques vegetals: cereals+llegums, fruits secs+ alvocat ... - Bunyols, croquetes i truites originals amb les sels aliments sobrants d’altres àpats ... - Lleixiu, vinagre i amoníac per tota la neteja de la llar ... - Sistemes de control del consum d’aigua, llum, gas - Sistemes de compra col·lectiva ... - Inicialment amb exemples *d’altres grups...* animant-los a participar en el concurs, se’ls ajuda a analitzar els “forats en l’economia domèstica quotidiana”

9.- Donar un exemplar de la Fitxa 1 “La cistella de la compra” amb la piràmide de les prioritats bàsiques per a una alimentació sana i, per parelles, treballen els apartats 2, 3 i 5.	Fitxa 1: “la cistella de la compra” T: 15 min.	PROJECTAR - A partir del que hagin comentat observant la fitxa, se’ls demana que cadascú expliqui un dels canvis que realitzarà per millorar la seva economia domèstica i el manteniment de la llar i , i com ho faran a la pràctica

OBJECTIU 2		
Visibilitzar les diferents àrees que configuren el pressupost familiar i les seves proporcions en cada cas, amb les singularitats de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
10.- Donar la Fitxa 2 “Àrees de despesa familiar” als participants i que cadascú hi pugui marcar el nivell del termòmetre a cada partida 11.- Exercici dels nusos: totes les persones dretes i amb una troca de cordill a lla butxaca. L’espai del mig de la sala ha d’estar buit. Se’ls hi demana que tanquin els ulls i: - cada cop que es topin frontalment amb algú, li donen un tros de corda i, sense deixar-la anar, segueixen caminant cecs per la sala - cada cop que algú els topi lateralment o d’esquena, li han de demanar un tros de corda Al cap de 5 min. s’atura el joc i se’ls hi diu que obrin els ulls i mirin com estan 12.- Debat a partir de veure el termòmetre més alt i el més baix, del que dediquen les famílies del grup a cada una d’aquestes partides i, a partir de les diferències, intercanviar què fa cada família per adaptar-se al seu pressupost	Fitxa 2: “Àrees de despesa familiar” 1 rodet de cordill / persona T: 30 min.	SENTIR Ajudar-los a adonar-se’n que tenen capacitats i possibilitats al seu abast per modificar i millorar llurs condicions de vida actuals PENSAR En finalitzar la dinàmica, després de demana’ls-hi com ho han viscut, se’ls hi explica que: - cadascú tenia un tros de corda que pot servir per enredar-nos, com ha acabat passant, o per lligar possibilitats, com la malla de suport que el grup reforça des del 1r dia - cada família també té uns recursos que pot aprofitar i allargar amb els dels altres, o els pot perdre embolicant-se amb situacions que resulten improductives ...

		PROJECTAR Demanar al grup: ✓ quins canvis pot adoptar cadascú per abaratir costos en el seu pressupost ✓ quins beneficis personals i avantatges suposaria cada canvi pel conjunt de la seva família ✓ de què depèn la viabilitat d'aquests canvis, en cada cas
OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
13.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller (ajudant personalment a qui ho necessiti) 14.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.	T: 15 min.	PROJECTAR Per veure possibilitats viables i a l'abast de cadascú, d'abaratir alguna partida del seu pressupost familiar, es demana al grup com s'organitzarà cada família per fer efectius els canvis projectats ✓ quines mesures noves incorporaran ✓ què deixaran de fer ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit Se'ls anima a que ho segueixin treballant amb el seu professional de referència

FINALITAT		
Valorar possibles alternatives organitzatives amb els seus recursos i condicions domèstiques		
OBJECTIU 1		
Veure possibilitats quotidianes d'abaratir costos en l'economia domèstica, a la pràctica		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, el que ja fan per tirar endavant la família amb el seu pressupost actual, alhora que van signant el full registre de participants 3.- Exercici de grup, amb la fitxa "La cistella de la compra": ✓ Apel·lar a la memòria dels recursos dels seus pares o d'altres per adaptar-se a un pressupost reduït	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Fitxa 1: "la cistella de la compra" <u>T: 15 min</u>.	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Aportant-los exemples il·lustratius de situacions d'èpoques anteriors amb recursos escassos, se'ls hi evoca el record de les seves vivències en el sentit que, qui més qui menys, en algun moment hem viscut èpoques amb menys mitjans dels que volíem

		PENSAR
4.- Exercici del “Bo, Net i a l’Abast”: fomentar un intercanvi d’iniciatives i trucs casolans per abaratir costos: ✓ a la cuina: com combinen els aliments i com reciclen el que sobra d’un àpat... ✓ com abarateixen costos de la compra habitual ✓ com allarguen els usos dels aparells i l’equipament de la llar ✓ com abarateixen la neteja, el consum d’aigua ... ✓ millores possibles reorganitzant espais ... ✓ altres 5.- Recollir-ho agrupant visualment a la pissarra, la diversitat de possibilitats / àmbits 6.- Identificar amb el grup, els valors que això aporta i que es transmeten als fills. A tall de suggeriment: ✓ l’afany de superació davant les dificultats ✓ l’esperit creatiu que promou alternatives ✓ la consciència social ✓ la solidaritat ✓ l’opció per allò bàsic davant del q és prescindible ✓ ... 7.- Joc de les Tafaneries: concurs de detalls observats “el que altres fan malament” Guanya la més original	Pissarra o paperògraf <u>T: 45 min</u>.	- Aportant algun exemple, se’ls anima a explicar els seus recursos per aconseguir que els resulti més “Bo, Net i a l’Abast”. Ex: - Substituir proteïnes animals per combinacions proteiques vegetals: cereals+llegums, fruits secs+ alvocat ... - Bunyols, croquetes i truites originals amb les sels aliments sobrants d’altres àpats ... - Lleixiu, vinagre i amoníac per tota la neteja de la llar ... - Sistemes de control del consum d’aigua, llum, gas - Sistemes de compra col·lectiva ... - Amb exemples *d’altres grups..* animant-los a participar en el concurs, se’ls ajuda a analitzar els “forats en l’economia domèstica quotidiana”

8.- Donar un exemplar de la Fitxa 1 “La cistella de la compra” amb la piràmide de les prioritats bàsiques per a una alimentació sana perquè complimentin els apartats 1, 2, 3 i 5. D’aquesta, només la columna de la dreta: “com ho fem a casa nostra”. 9.- Posta en comú i, conjuntament, es complimenta la columna de l’esquerra de l’apartat 5.	Fitxa 1: “la cistella de la compra” <u>T: 15 min</u>.	PROJECTAR - A partir del que s’hagi comentat i del que hagin anotat a la fitxa, se’ls demana que cadascú expliqui un dels canvis que realitzarà per millorar la seva economia domèstica i el manteniment de la llar, i com ho faran a la pràctica

OBJECTIU 2		
Visibilitzar les diferents àrees que configuren la despesa familiar i les seves proporcions en cada cas, amb les singularitats de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
10.- Donar la Fitxa 2 “Àrees de despesa familiar” als participants i que cadascú hi pugui marcar el nivell del termòmetre a cada partida 11.- Exercici dels nusos: totes les persones dretes i amb una troca de cordill a lla butxaca. L’espai del mig de la sala ha d’estar buit. Se’ls hi demana que tanquin els ulls i caminin: - cada cop que es topin frontalment amb algú, li donen un tros de cordill i, sense deixar-la anar, segueixen caminant per la sala a les palpentes - cada cop que algú els topi lateralment o d’esquena, li han de demanar un tros de cordill Al cap de 5 min. s’atura el joc i se’ls hi diu que obrin els ulls i mirin com estan	Fitxa 2: “Àrees de despesa familiar” 1 rodet de cordill / persona <u>T: 30 min</u>.	SENTIR Ajudar-los a adonar-se’n que tenen capacitats i possibilitats al seu abast per modificar i millorar llurs condicions de vida actuals PENSAR En finalitzar la dinàmica, després de demana’ls-hi com ho han viscut, se’ls hi explica que: - cadascú tenia un tros de corda que pot servir per enredar-s’hi, com ha acabat passant, o per enfilar possibilitats, com la malla de suport que el grup reforça des del 1r dia - cada família també té uns recursos que pot aprofitar i allargar amb els dels altres, o els pot perdre embolicant-se amb situacions que resulten improductives ...

12.- Debat a partir de veure el termòmetre més alt i el més baix, del que dediquen les famílies del grup a cada una d'aquestes partides i, a partir de les diferències, intercanviar què fa cada família per adaptar-se al seu pressupost		PROJECTAR Demanar al grup: ✓ quins canvis pot adoptar cadascú per abaratir costos en el seu pressupost ✓ quins beneficis personals i avantatges suposaria cada canvi pel conjunt de la seva família ✓ de què depèn la viabilitat d'aquests canvis, en cada cas
OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
13.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller 14.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.	T: 20 min.	PROJECTAR Per veure possibilitats viables i a l'abast de cadascú, d'abaratir alguna partida del seu pressupost familiar, es demana al grup com s'organitzarà cada família per fer efectius els canvis projectats ✓ quines mesures noves incorporaran ✓ què deixaran de fer ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit Se'ls anima a que ho segueixin treballant amb el seu professional de referència

Materials específics

LA CISTELLA FAMILIAR

1.- Relació de productes necessaris pel manteniment de cada dia:

ÀPATS	MANTENIMENT
Esmorzars:	Medicaments i/o tractaments:
Dinars:	Neteja:
Sopars:	Reparacions:
Extres:	Altres:

2.- Estratègies resolutives: intercanvi d'iniciatives familiars per abaratir costos

http://blocs.xtec.cat/bondiamenuts/escoltans-en-forma/

ÀPATS	MANTENIMENT
Esmorzars:	Medicaments i/o tractaments
Dinars:	Neteja
Sopars:	Reparacions:
Extres:	Altres:

3.- Anàlisi dels “forats” en l’economia domèstica quotidiana:

Despeses prescindibles	Alternatives

4.- Les compres: qui compra què, com i quan

Previsió
- Què cal comprar: sortir amb una relació clara de les coses precises
- Qui va a comprar: evitar anar-hi amb els fills menors
- On comprar-ho: seleccionar els mercats i supermercats
- Quan: evitar la improvisació i les compres diàries

5.- Manteniment de la llar: intercanvi d’iniciatives

Principis bàsics	Com ho fem a casa nostra

6.- Bancs locals d’intercanvis de serveis o altres

Termòmetre

Mòdul 3: Taller manteniment de la llar i economia domèstica

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

Taller 7
Família i xarxes de suport

FINALITAT		
Reforçar els vincles i compromisos amb la xarxa de suport a la família, en cada cas		
OBJECTIU 1		
Visibilitzar les diferents persones i serveis que contribueixen a facilitar l'organització i el funcionament de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, el que ja fan per tirar endavant la família amb el seu pressupost actual, alhora que van signant el full registre de participants. S'ajuda personalment a qui ho necessiti per escriure-ho. 3.- Exercici de grup: dibuixant cercles al paperògraf, fer paleses les diferents formes i tipus d'ajuts de què disposen com a complement i que fan viable llur organització familiar i domèstica actuals. Es dibuixa un cercle d'un color per a cada sèrie de situacions per les que reben ajut, i s'hi va apuntant amb qui compten. Ex:	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Pissarra o paperògraf T: 30 min.	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Fent un paral·lelisme entre la malla de suport que els hi representa aquest grup, se'ls ajuda a visibilitzar i prendre consciència de les situacions i circumstàncies en què reben un suport clau pel seu funcionament actual i com s'hi senten.

4.- Exposant el dibuix “Processos de Cooperació”, se’ls hi demana què els hi suggereix i s’acaba explicant que, tot i voler anar tots a la una, sovint passen coses que divergeixen les mirades, els esforços i els resultats. Analitzar, conjuntament, les característiques dels suports que reben en cada cas, i el que deu suposar per al servei o persones que el presten. 5.- Intercanvi de bones pràctiques: les seves maneres de compensar les persones de suport 6.- Comentar la Fitxa 1, “Els punts de suport de la família” i complimentar-la conjuntament.	Dibuix “Processos de Cooperació” Fitxa 1: “Els punts de suport de la família” <u>T: 45 min</u>.	PENSAR Amb l’esquema dels cercles dibuixats, es demana al grup qui compta amb familiars de suport, qui amb veïns o amb amics ... per als diferents cercles representats o altres i, conjuntament es va construint : - qui tenen més a prop - què els hi aporta

7.- Exercici d'intercanvi amb tot el grup per veure com concreten les accions de suport, els terminis i condicions 8.- Debat conjunt sobre els esforços i adaptacions que han de fer les persones col·laboradores, a partir dels exemples que han explicat. 9.- Atenent el que van dient, fer una relació d'inconvenients o implicacions que això els hi comporta a aquestes persones. 10.- Exercici per parelles: intercanviar tipus de compensacions que els hi agrada rebre quan ajuden o fan un favor. Posta en comú		PROJECTAR Amb tot el que han anat dient, explicitar i recollir els següents punts: - temporalitzar terminis i freqüència - quin "cost" té per a la persona o servei, el suport que els hi aporta - com li ho poden agrair o compensar

OBJECTIU 2		
Treballar les relacions per tal de teixir la xarxa de suport a la família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
11.- Exercici de grup amb la Fitxa 2 "La xarxa de suport a la família": mapa dinàmic que es teixeix i sargeix cada dia. A tall d'exemple, fer conjuntament el del grup, marcant les relacions més i menys properes, i les intensitats diferents vinculades a l'assistència, la participació activa i altres implicacions de cadascú, explicitant paral·lelismes amb les xarxes dinàmiques de les famílies.	Fitxa 2: "La xarxa de suport a la família" <u>T: 25 min</u>.	SENTIR A partir de l'exemple d'aquest grup com a tal, possibilitar llur presa de consciència del què estan fetes les proximitats i distàncies relacionals (reconduint amb el màxim de respecte, els temes emocionals que puguin sorgir)

12.- Intercanvi d'iniciatives i bones pràctiques per la consolidació quotidiana dels vincles		PENSAR Estructurant els elements afectius i les qüestions pràctiques que acosten o allunyen les relacions personals, ajudar-los a rumiar què poden fer per reconèixer les persones que els hi faciliten la vida quotidiana
13.- Sintetitzar i esquematitzar les propostes que han aportat		PROJECTAR Com ho faran viable perquè els resulti efectiu: ✓ quines mesures noves incorporaran ✓ en relació a qui ✓ què deixaran de fer ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit
OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
13.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller (ajudant personalment a qui ho necessiti) 14.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.	T: 20 min.	PROJECTAR - Elements que poden tenir en compte per reforçar i preservar les relacions més properes i/o de suport

FINALITAT		
Reforçar els vincles i compromisos amb la xarxa de suport a la família, en cada cas		
OBJECTIU 1		
Visibilitzar les diferents persones i serveis que contribueixen a facilitar l'organització i el funcionament de cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
		SENTIR
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup	Foto del grup	S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui.
2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, el que ja fan per tirar endavant la família amb el seu pressupost actual, alhora que van signant el full registre de participants. S'ajuda personalment a qui ho necessiti per escriure-ho.	Full de signatures Fitxa de la maleta Pissarra o paperògraf	
3.- Exercici de grup: dibuixant cercles al paperògraf, fer paleses les diferents formes i tipus d'ajuts de què disposen com a complement i que fan viable llur organització familiar i domèstica actuals. Es dibuixa un cercle d'un color per a cada sèrie de situacions per les que reben ajut, i s'hi va apuntant amb qui compten. Ex.	T: 30 min.	Fent un paral·lelisme entre la malla de suport que els hi representa aquest grup, se'ls ajuda a visibilitzar i prendre consciència de les situacions i circumstàncies en què reben un suport clau pel seu funcionament actual i com s'hi senten.

4.- Exposant el dibuix “Processos de Cooperació”, se’ls hi demana què els hi suggereix i s’acaba explicant que, tot i voler anar tots a la una, sovint passen coses que divergeixen les mirades, els esforços i els resultats. Analitzar, conjuntament, les característiques dels suports que reben en cada cas, i el que deu suposar per al servei o persones que el presten. 5.- Intercanvi de bones pràctiques: les seves maneres de compensar les persones de suport 6.- Repartir la Fitxa 1 “Els punts de suport de la família” per complimentar-la personalment, i posar en comú les seves anotacions.	Dibuix “Processos de Cooperació” Fitxa 1: “Els punts de suport de la família” <u>T: 45 min</u>.	PENSAR Amb l’esquema dels cercles dibuixats, es demana al grup qui compta amb familiars de suport, qui amb veïns o amb amics ... per als diferents cercles representats o altres i, conjuntament es va construint : - qui tenen més a prop - què els hi aporta

7.- Exercici d'intercanvi amb tot el grup per veure com concreten les accions de suport, els terminis i condicions 8.- Debat conjunt sobre els esforços i adaptacions que han de fer les persones col·laboradores, a partir dels exemples que han explicat. 9.- Atenent el que van dient, fer una relació d'inconvenients o implicacions que això els hi comporta a aquestes persones. 10.- Exercici per parelles: intercanviar tipus de compensacions que els hi agrada rebre quan ajuden o fan un favor. Posta en comú		PROJECTAR Amb tot el que han anat dient, explicitar i recollir els següents punts: - temporalitzar terminis i freqüència - quin "cost" té per a la persona o servei, el suport que els hi aporta - com li ho poden agrair o compensar

OBJECTIU 2		
Treballar les relacions per tal de teixir la xarxa de suport a la família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
11.- Exercici de grup amb la Fitxa 2 "La xarxa de suport a la família": mapa dinàmic que es teixeix i sargeix cada dia. A tall d'exemple, fer conjuntament el del grup, marcant les relacions més i menys properes, i les intensitats diferents vinculades a l'assistència, la participació activa i altres implicacions de cadascú, explicitant paral·lelismes amb les xarxes dinàmiques de les famílies.	Fitxa 2: "La xarxa de suport a la família" <u>T: 25 min</u>.	SENTIR A partir de l'exemple d'aquest grup com a tal, possibilitar llur presa de consciència del què estan fetes les proximitats i distàncies relacionals (reconduint amb el màxim de respecte, els temes emocionals que puguin sorgir)

12.- Complimentar la fitxa i posar en comú una iniciativa/família per la consolidació quotidiana dels vincles		PENSAR Estructurant els elements afectius i les qüestions pràctiques que acosten o allunyen les relacions personals, ajudar-los a reflexionar què poden fer per reconèixer les persones que els hi faciliten la vida quotidiana
13.- Sintetitzar i esquematitzar les propostes que han aportat		PROJECTAR Com ho faran viable perquè els resulti efectiu: ✓ quines mesures noves incorporaran ✓ en relació a qui (triar una persona/família) ✓ què deixaran de fer ✓ com ho faran perquè esdevingui un hàbit
OBJECTIU 3		
Concretar alternatives viables per a cada família		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
13.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller (ajudant personalment a qui ho necessiti) 14.- Resum sintètic i recull de la sessió, recordant la propera.	T: 20 min.	PROJECTAR - Elements que poden tenir en compte per reforçar i preservar les relacions més properes i/o de suport

Materials específics

ELS PUNTS DE SUPORT A LA FAMÍLIA

QUI	QUE	QUAN
(Qui els ajuda)	(Què els hi facilita)	(Freqüència i durada)

LA XARXA DE SUPORT A LA FAMÍLIA

Intensitat sòlida
Intensitat feble
Relació crítica

QUI	ACORDS PACTATS	ACCIONS COMPENSATÒRIES

PROCESSOS DE COOPERACIÓ

Mòdul 3: Taller Família i xarxa de suport

El que ja portes

El que hi afegeixes

vinde

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	Atenció / interès mostrat	Participació / col·laboració en l'activitat	Grau de comprensió dels missatges i instruccions	Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família	Iniciatives o idees aportades al grup
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

Taller 8
Resiliència i recursos de l’entorn

FINALITAT
Reforçar la seva vinculació amb la CCVV, els col·lectius, entitats, equipaments i serveis del seu poble i/o barri. *Aquest taller requereix una elaboració prèvia per part de l'equip local, que aporta a l'animador/a del programa, el mapa i la relació dels principals serveis i entitats locals.*
OBJECTIU 1
Socialitzar i consolidar el coneixement dels recursos i serveis d'informació i orientació

ACCIONS	RECURSOS	ACOMPANYAMENT REFLEXIU
1.- Posar sobre la taula la foto del 1r dia amb la xarxa, recordant tots els compromisos i la força del grup 2.- Introduir el tema i donar la fitxa de la maleta a cadascú perquè hi posin a la banda esquerra, el que ja fan per anar actualitzant i reforçant els seus vincles amb l'entorn, alhora que es passen el full registre de participants per anar-lo signant. S'ajuda personalment a qui ho necessiti per escriure-ho. 3.- Exercici de grup "Explorem el nostre poble (o ciutat o barri...)": a aquestes alçades en que tots estan familiaritzats amb les dinàmiques, se'ls hi proposen diferents situacions per tal que comparteixin els recursos que ja coneixen. ✓ Es posa el mapa amplificat a la paret ✓ Tothom dempeus. ✓ L'animador/a els hi proposa preguntes similars a les que venen a continuació, dient cada vegada: <u>que s'ajuntin les persones que</u> ▪ hagin anat algun cop al *servei d'atenció al ciutadà* ▪ hagin anat algun cop al *servei de promoció ocupacional* ▪ hagin anat algun cop al *Punt Jove*	Foto del grup Full de signatures Fitxa de la maleta Pissarra o paperògraf Mapa del poble o ciutat (remarcant les delimitacions del barri) <u>T: 30 min</u>.	SENTIR S'evoca explícitament el record de la "malla de suport" que representa el grup, per tot el que aportin avui. Es procura q constatin que, entre tots, disposen d'un bon coneixement dels recursos i alternatives amb qui assessorar-se i que, sovint saben més coses de les que creuen, tal com ja els hi varem dir el 1r dia

▪ ... ✓ A cada subgrup format, se'ls hi demana que expliquin als demés - per a què serveix - on queda exactament, com s'hi va ... - qui els va atendre - què cal perquè t'hi atenguin (requisits, docs. ...) - qui ho organitza - quin horari tenen, núm. de tf. ... - altres		
4.- Situar gràficament al mapa cada recurs, amb gomets d'un color		PENSAR S'explica que, tot i cadascú té ja el seu particular coneixement del propi entorn, sempre s'hi descobreixen noves dimensions i noves utilitats. Amb la localització gràfica al mapa, recollim la reflexió que ja se'ls hi va fer el primer dia: sovint, la majoria de persones experimentem inseguretats i ens costa de decidir-nos davant situacions noves, amb persones desconegudes... vivències reals i molt comprensibles! Però també sabem que,normalment, un cop gosem anar més enllà d'això i fer el pas, ens obrim a una perspectiva més àmplia, amb noves possibilitats!
5.- Demanar al grup, quines qüestions se'ls hi acut ara que poden anar a consultar a algun d'aquests serveis.		PROJECTAR Amb tot el que han anat dient, convidar-los a que es plantegin qui hi hauria d'anar, de casa seva, i per quina setmana s'ho organitzen ...

OBJECTIU 2		
Socialitzar i consolidar el coneixement dels recursos i serveis locals d'atenció directa		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
6.- Aplicant la mateixa dinàmica, se'ls hi demana ara que s'ajuntin les persones que ... i cada cop se'ls hi planteja una servei o recurs diferent, d'atenció directa. A tall d'exemple: ▪ les persones que van regularment al *CAP de salut* ▪ les persones que hagin anat al *centre de Serveis Socials* ▪ les persones que hagin anat a l'*OTG* ▪ les persones que estan vinculades a *l'escola (bressol, CEIP...)* ▪ altres ✓ com en l'exercici anterior, abans de passar d'un recurs o servei al següent, s'explota cada un amb les preguntes pertinents perquè hi aportin la màxima informació bàsica i el que els hi suposa per la seva família	T: 15 min.	SENTIR Es propicia que s'adonguin que, en el seu entorn immediat disposen ja d'uns serveis bàsics d'atenció personalitzada –que majoritàriament ja coneixen-
7.- Situar gràficament al mapa cada recurs, amb gomets d'un altre color tot analitzant algunes de les experiències que han aportat		PENSAR Quins elements es pot deduir que faciliten que un servei o recurs resulti útil (a tall de suggeriment:...): - *l'adequació entre la necessitat i el que ofereix el servei* - *la proximitat (geogràfica, en el tracte personal...)* - *altres ...*
8.- Debat obert propiciant la interpel·lació i les aportacions del grup davant d'alguna de les situacions que ells mateixos hagin plantejat		PROJECTAR Iniciatives que poden emprendre o noves accions que podrien incorporar

OBJECTIU 3		
Socialitzar i consolidar el coneixement de les entitats locals i dels recursos socioculturals al seu abast		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
9.- Aplicant la mateixa dinàmica, se'ls hi demana ara que s'ajuntin les persones que ... i cada cop se'ls hi planteja una servei o recurs diferent, d'atenció directa. A tall d'exemple: ▪ les persones que hagin anat al *Centre Cívic* ▪ les persones que hagin anat al *l'Associació de Veïns/es* ▪ les persones que hagin contactat amb el *diari o revista local* ▪ les persones que hagin anat a *l'escola de persones adultes* ▪ altres ✓ com en l'exercici anterior, abans de passar d'un recurs o servei al següent, s'explota cada un amb les preguntes pertinents perquè hi aportin la màxima informació bàsica i el que els hi aporta	<u>T: 15 min</u>.	SENTIR En relació a quina comunitat o col·lectiu identifica actualment, cada família, el seu sentiment de pertinença. En base a: - proximitat relacional (de parentiu, veïnal, de nacionalitat ...) - afinitats diverses - superació de dificultats compartides - altres
10.- Situar gràficament al mapa cada recurs, amb gomets d'un altre color, mentre comparteixen llurs experiències i es comenten sintèticament...		PENSAR La vida privada i les dinàmiques veïnals, estan mútuament implicades. Les vivències compartides, vinculen i obren noves perspectives: ✓ Experiències favorables amb el seu veïnat ✓ Mancances que troben en el seu entorn immediat PROJECTAR

		Cadascú del grup pensa què pot aportar a la seva CVV o a altres per aconseguir i/o reforçar vinculacions pràctiques
OBJECTIU 4		
Socialitzar i consolidar el seu coneixement dels recursos i contactes en cas d'avaries, suport personalitzat, emergències i altres		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
11.- Aplicant la mateixa dinàmica, se'ls hi plantegen situacions pràctiques familiars i domèstiques en les que s'acostuma a necessitar ajuda, incentivant la seva consciència de xarxa sociofamiliar i llurs capacitats en aquest sentit. Se'ls hi demana: ▪ qui us va ser un puntal quan us veu instal·lar on viviu ara ▪ amb qui compteu a l'hora d'arreglar desperfectes de la llar ▪ qui us ha ajudat quan heu patit un accident domèstic ▪ qui us ha ajudat quan heu tingut un nadó (o un malalt a la família o ...) i us costava atendre alhora els altres fills ... ▪ quins grups coneixeu d'ajuda mútua ▪ altres a concretar, adaptades a les circumstàncies i situacions que han anat aportant al llarg dels diferents tallers	Pissarra o paperògraf Retoladors <u>T: 15 min</u>.	SENTIR La importància de comptar amb persones properes en moments clau: mudances, naixements, malalties, petites avaries, solitud, imprevistos, celebracions ...
12.- A la pissarra se sintetitzen i s'agrupen tots els recursos		PENSAR

personals per les categories que es puguin fer: en funció de la seva tipologia, o bé segons les necessitats que cobreixin o altres ...		A més de totes les qüestions pràctiques i puntuals que els hi poden ajudar a resoldre, les contribucions veïnals són un plus en tant que: * pròximes * adaptables * immediates * amb pocs requeriments * assequibles * polivalents * i, sobretot, perquè <u>estableixen vincles personals</u> que van més enllà i enriqueixen altres aspectes de la pròpia vida personal, familiar i social → Què fa cadascú per compensar aquests vincles i implicar-s'hi
13.- Intercanvi d'iniciatives i de bones pràctiques per comprometre's amb els vincles que estableixen		PROJECTAR Què pot fer cadascú per consolidar aquests vincles, a fi d'anar teixint una xarxa sostenidora d'informació, suport i ajuda mútua, amb la seva CVV o amb col·lectius del barri ... amb caràcter de reciprocitat (com a mínim) i de projecció comunitària, en tant que possible.
OBJECTIU 5		
Recollir els diferents recursos i aportacions		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
14.- Resum sintètic dels diferents continguts treballats i lliurament de les fitxes elaborades per l'equip local, amb la identificació dels diferents recursos i serveis locals.	<u>T: 10 min</u>.	PROJECTAR Quins recursos o hàbits nous poden incorporar a la seva dinàmica familiar

OBJECTIU 6		
Resumir el procés global del grup i tancar-lo		
ACCIONS	**RECURSOS**	**ACOMPANYAMENT REFLEXIU**
15.- Cadascú anota a la banda dreta de la seva maleta, el que s'emporta d'aquest taller (ajudant personalment a qui ho necessiti) 16.-.Avaluació global i qüestionari d'avaluació final: punt per punt, se'ls hi explica cada apartat per tal que, fàcilment cadascú pugui encerclar la resposta que consideri. És un qüestionari anònim, que no avalua els participants sinó els continguts i la implementació del programa. 17.- Diploma Mòdul 3: es proposa que cadascú agafi el diploma d'una altra persona per donar-li tot dient-li el que més li valora. 18.- Programació de les entrevistes personalitzades de devolució i tancament.	Qüestionari d'avaluació final Diplomes Mòdul 3 T: 35 min.	PROJECTAR Se'ls anima a que segueixin el procés amb els seus professionals de referència i, en la mesura que vulguin, a mantenir-se connectats/des entre sí, com a grup amb el que han compartit les seves inquietuds i demés.

Mòdul 3: Taller família, barri i entorn

El que ja portes

El que hi afegeixes

TAULA DE VALORACIÓ DE LA IMPLICACIÓ DELS PARTICIPANTS:

NOM PARTICIPANTS	**Atenció / interès mostrat**	**Participació / col·laboració en l'activitat**	**Grau de comprensió dels missatges i instruccions**	**Relació d'elements positius i/o funcionals observats/família**	**Iniciatives o idees aportades al grup**
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		
	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix	□ alt □ mig □ baix		

DIPLOMA

Concedit a la família:

Per haver superat satisfactòriament el mòdul 3:

"Habilitats Pràctiques i Entorn"

Localitat: Data:

QUESTIONARI D'AVALUACIÓ FINAL

QÜESTIONARI GLOBAL D'AVALUACIÓ

1. Què t'han semblat les sessions del programa de suport a les famílies:

   Qué te han parecido las sesiones del programa de apoyo a las familias:

   - ☐ Molt útil
   - ☐ Útil
   - ☐ Regular
   - ☐ Poc útil
   - ☐ Gens útil

2. Com valoraries a la persona que ha impartit les sessions:

   Cómo valorarías a la persona que ha impartido las sesiones:

   - ☐ Molt professional
   - ☐ Professional
   - ☐ Regular
   - ☐ Poc professional
   - ☐ Gens professional

3. Per a què t'ha servit aquest programa de suport?

   Para qué te ha servido este programa de apoyo?

4. Que t'ha aportat cada un d'aquests temes?

   ¿Qué te ha aportado cada uno de los temas que hemos tratado?

- Identificant el propi projecte de família: _____

  _____

- Les arrels familiars: _____

  _____

- Autocura i cura de la família: _____

  _____

- Comunicació i relacions familiars: _____

  _____

- Organització domèstica i rols: _____

  _____

- Economia domèstica i manteniment de la llar: _____

  _____

- La família i les xarxes de suport: _____

  _____

5. Quin dels temes tractats t'ha resultat menys interessant?

   ¿Que tema, de los que se han tratado, te ha resultado menos interesante?

   - ☐ Identificant el propi projecte de família
   - ☐ Les arrels familiars
   - ☐ Autocura i cura de la família
   - ☐ Comunicació i relacions familiars
   - ☐ Organització domèstica i rols
   - ☐ Economia domèstica i manteniment de la llar
   - ☐ La família i les xarxes de suport

6. Que hi afegiries o que has trobat a faltar?

   ¿Qué añadirías o que has echado de menos?

7. Quins canvis heu incorporat a la vostra família?

   ¿Qué cambios habéis incorporado en vuestra familia?

8. Altres comentaris o observacions ...

   Otros comentarios u observaciones

CLOENDA

GUIO ENTREVISTA FINAL AMB LA FAMÍLIA:

1.- Valoració conjunta del seu encaix en el grup i el programa, la seva participació...

2.- Aclariments de dubtes, observacions, suggeriments, comentaris...

3.- Reprendre l'*estrella* de valoració de la seva funcionalitat en les diferents àrees, acompanyant la seva nova autovaloració per apreciar possibles canvis. Instar a que, posteriorment, s'autovalorin en altres etapes.

4.- Valoració i reforç dels elements funcionals de la família.

5.- Elaborar un DAFO personalitzat, amb perspectiva familiar.

6.- Reforç del seu vincle amb el/la professional i servei de referència per treballar els aspectes que els preocupen actualment.

ESTRELLA D'AUTOAVALUACIÓ FAMILIAR

10.- Resiliència:

- ✓ Assolim reptes
- ✓ Esculls superats
- ✓ Adaptacions als canvis
- ✓ Cerquem ajuda o alternatives
- ✓ Contenim patiment

9.- Relació amb Serveis de proximitat:

- ✓ Coneixem els serveis i recursos
- ✓ Ens movem pel barri amb autonomia
- ✓ Respectem cites pactades
- ✓ Complim els acords o compromisos
- ✓ Reconeixem al professional referent

1.- Autonomia:

- ✓ Remuneració regular, pensions...
- ✓ Consecució recursos bàsics
- ✓ Cobrim 1es necessitats
- ✓ Prenem la iniciativa

8.- Relació amb l'entorn:

- ✓ Coneixem veïns
- ✓ Som cordials
- ✓ Participem CVV
- ✓ Col·laborem
- ✓ Fem activitats al barri

2.- Necessitats Individuals Ateses:

- ✓ Adults
- ✓ Menors
- ✓ Joves
- ✓ "Pròpies"
- ✓ Demanem ajuda si cal

7.- Relacions socials

- ✓ Amb famílies de l'entorn
- ✓ Amb altres amistats ...
- ✓ Fem activitats conjuntes
- ✓ Rebem ajuda
- ✓ Compartim suport

3.- Organització Domèstica:

- ✓ Mantenim pis net
- ✓ Mantenim instal·lacions
- ✓ Repartim tasques entre els adults
- ✓ Repartim tasques fills
- ✓ Horaris regulars ...

6.- Relació amb la família extensa:

- ✓ Fem celebracions habituals
- ✓ Tenim ocasions de trobada
- ✓ Compartim ajuda mútua
- ✓ Mantenim canals alternatius
- ✓ Forgem vincles respectant l'autonomia

4.- Comunicació interna:

- ✓ Fluïdesa relacional
- ✓ Expressió dels afectes
- ✓ Clima de confiança
- ✓ Explicitem queixes i crítiques
- ✓ Parlem del que ens preocupa i d'organització domèstica

5.- Rols Parentals:

- ✓ Procurem estabilitat i vincle afectiu
- ✓ Explicitem i mantenim principis clars
- ✓ Som coherents entre els dits i fets
- ✓ Oberts i flexibles pels límits i normes
- ✓ Reforcem les conductes desitjades

D A F O

Objectiu actual de la família:

ÀMBIT FAMILIAR INTERN	ÀMBIT SOCIAL EXTERN
DIFICULTATS:	**AMENACES:**
FORTALESES:	**OPORTUNITATS:**
REPTES:	

(Tancar l'entrevista amb un pla d'acció per implementar els canvis que s'han proposat, establint el seu ordre de prioritats i valorant les fases en el procés de transició). Derivació al/la seu professional referent.

TREBALL DEVOLUTIU AMB ELS SERVEIS SOCIALS

FINALITZACIÓ

FITXA DEVOLUCIÓ

FAMÍLIA	
Servei derivant:	
Professional de referència:	
E-mail:	Telèfons de contacte:

Lloc de residència actual de la família: Telèfon:

RELACIÓ DE TALLERS REALITZATS	
Taller: Identificació del propi projecte de família Data:	Mòdul núm. 1
Taller: Les arrels i relacions familiars Data:	Mòdul núm. 1
Diploma:	Mòdul núm. 1
Taller: Autocura i cura de la família Data:	Mòdul núm. 2
Taller: Comunicació i relacions internes Data	Mòdul núm.2
Taller: Organització domèstica i rols Data	Mòdul núm.2
Diploma:	Mòdul núm. 2
Taller: Manteniment de la llar i economia domèstica Data:	Mòdul núm. 3
Taller: Família i xarxes de suport Data:	Mòdul núm. 3
Taller: Família, barri i entorn Data:	Mòdul núm. 3
Diploma:	Mòdul núm. 3
Entrevista final Data:	
Núm. sessions i/o entrevistes fallides o ajornades:	

ELEMENTS FUNCIONALS
- Àrea d’expectatives i assoliments:
- Àrea de supervivència:
- Àrea d’organització domèstica:
- Àrea relacional:
- Àrea de resiliència:
- Altres:

ASPECTES I/O TEMES QUE ELS PREOCUPEN ACTUALMENT:

-

-

-

CANVIS D'HÀBITS OBSERVATS:

-

-

-

CANVIS DE VISIÓ OBSERVATS:

-

-

-

Altres Observacions: