

Jornada 'Emociona't. Pràctiques per passar a l'acció'

8 de maig de 2024

Grup d'Educació Comunitària del Raval

Coordina:



Amb el suport de:



LES PRÀCTIQUES



Pràctiques en la petita infància

Massatge infantil – Melina Visconti, pediatra de l'EAPT Drassanes
mgracielaavisconti.bcn.ics@gencat.cat

L'objectiu principal és fomentar el vincle afectiu entre pares/mares i fills/filles. El massatge és, a més a més, una experiència lúdica, i una eina per mantenir la salut i el benestar a diferents nivells. Hi ha una clara evidència científica en relació al tacte com una necessitat per als nadons, igual que el menjar, que afavoreix el desenvolupament mental, social, físic i neuroendocrí.

Alguns dels beneficis del massatge infantil són: afavorir el vincle i l'aferrament, ajudar en la transició entre la vida uterina i els primers mesos del nadó, comprendre el llenguatge no verbal del nadó, millorar el to muscular, augmentar el pes dels nadons prematurs, alleujar els còlics, ajudar a generar tolerància progressiva als estímuls, reduint la tensió del dia i aprenent l'autoregulació, millorar la son, augmentar l'oxitocina que afavoreix la calma, i disminuir el cortisol que genera estrès, millorant el sistema immunitari.

El taller es fa en 5 setmanes, on participen la mare (o un altre cuidador principal) i el nadó. La professional mai no toca el nadó, sempre ho fa la mare o l'altre familiar. Cada classe consta de tres parts: 1) la realització de tècniques de relaxació, amb diferents activitats i recursos que es comparteixen amb les famílies; 2) el massatge, que comença a un lloc diferent del cos cada setmana; i 3) un debat sobre temes escollits per la mare/cuidadora, o proposats per l'educadora (per exemple, el plor, la son, les etapes de creixement...). Al final s'entrega un material per escrit sobre els temes tractats i esquemes per poder fer els massatges a casa.

Bibliografia

- *Masaje Infantil. Guia practica para el padre y la madre.* Vimala McClure
- *Massage for promoting mental and physical health in typically developing infants under the age of six months (Review)*
- *MI BEBÉ FELIZ. Guía para comprender el desarrollo sensorial del bebé.* Faure, Megan; Richardson Ann.
- www.iaim.net

Una casa per a la petita infància - Elisa Palau, Shahira i Araf de l'Espai Familiar Aurora **ebmaurora@bcn.cat**

La pràctica ve de la necessitat detectada per l'EBM Aurora de generar un espai de seguretat, xarxa i suport per a les famílies usuàries de l'escola. Per això, es decideix crear un espai que pugui ser una casa per a la petita infància del barri.

L'EIPI amb l'escola - Esther Pita, directora del CDIAP-EIPI de Ciutat Vella **mpitan@bcn.cat**

El projecte EIPI a l'Escola permet fer un treball de prevenció a les escoles bressol a les que s'implementa, un treball en xarxa entre l'escola bressol i el CDIAP EIPI, i una construcció conjunta de la detecció primerenca de les alteracions en el neurodesenvolupament.

Què aporta l'equip de professionals de l'EIPI a l'escola bressol?

- Detecta situacions de risc en el neurodesenvolupament que poden passar desapercibudes.
- Atén les diferents alteracions dels infants amb la intervenció de diferents professionals especialitzats en el neurodesenvolupament, i des de diferents especialistes (psicologia, fisioteràpia, neuropediatria, psicomotricista...).
- Permet tenir una visió global dels infants i les famílies, una visió més complexa de tots els factors que actuen conjuntament en la relació entre l'infant i la família.
- Apropa a les famílies al CDIAP EIPI i facilita la derivació al CDIAP EIPI, en cas necessari.
- Aporta recursos personals a l'equip docent per intervenir amb els infants en el context de l'estança i de forma quotidiana. Crea espais de reflexió conjunta entre professionals on s'aborden les dificultats dels diferents casos i que nodreixen tot l'equip. Serveixen, també, com espais de confort per a les educadores on poden abocar el seu neguit en un entorn d'escolta.
- Facilita espais de trobada amb les famílies en un entorn segur i conegut per elles. Ajuda a establir un vincle de confiança, dóna recursos a les famílies, evita els desplaçaments, facilita que les trobades tinguin lloc. Facilita estratègies per abordar amb les famílies les dificultats dels seus fills i filles: com esperar un bon moment, com plantejar la dificultat, quines paraules fer servir. S'obren espais per a la formació i reflexió entre iguals, conduïts per una especialista (psicòloga, logopeda, etc.).

**La metodologia Vivenciar, Reflexionar i Transferir (VRT) - Ainhoa Madrid,
del Casal dels Infants del Raval
amadrid@casaldelsinfants.org**

El programa neix per poder promoure la salut emocional de les accions socioeducatives que es desenvolupen a l'entitat, afavorir el benestar de les participants, reduir les situacions de risc i violència, i consensuar eines i metodologies de les professionals en la seva pràctica educativa.

El programa es concreta a través del triangle de la personalitat (Sentir, Pensar i Fer). Això es treballa mitjançant la metodologia VRT que pretén posar en joc els recursos del treball individual o de grup (vivència), per ajudar a generar reflexions i posar consciència en el que ha passat durant la vivència (reflexió) i afavorir mecanismes per tal que el grup identifiqui allò viscut i reflexionat i ho transfereixi en la seva vida quotidiana (transferència).

Podeu consultar la metodologia en [aquesta infografia](#).

**Acompanyament emocional a la petita infància - Lorena Gómiz, directora
de l'EBM Mont Tàber
ebmmonttaber@bcn.cat**

L'Escola Bressol treballa l'acompanyament emocional en tots els espais de cures, des del canvi de bolquer, al canvi de roba, o altres. Per això, han elaborat una sèrie de pautes comuns per a totes les professionals que treballen al centre que facilitin que les intervencions amb els infants generin espais i moments de confiança i seguretat. Ara estan treballant per elaborar un document semblant per a les famílies, per a que també ho puguin utilitzar a casa.

La metodologia consisteix a poder anticipar verbalment les accions que les professionals fan amb els infants, així com evitar les "dolces violències", és a dir, tots aquells moments on l'adult de referència no està connectat amb l'infant i reacciona de manera brusca (per exemple, canviar el bolquer a un nadó i, alhora, parlar amb un altre adult).

Podeu consultar la metodologia en [aquest document](#).

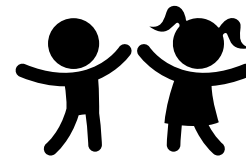
El treball per l'autonomia - Ainhoa Madrid, del Casal dels Infants del Raval amadrid@casaldelsinfants.org

Des del Casal dels Infants del Raval es promou l'autonomia des de les edats més primerenques (3-5) fins a l'adolescència. Fomentar l'autonomia en aquesta etapa els ajuda a poder adquirir habilitats per realitzar les tasques per si mateixos, prendre decisions i desenvolupar la seva autoconfiança. Els permet sentir-se capaces i segures d'enfrontar nous reptes, per tant, contribueix al seu creixement emocional i social. A més a més, els ajuda a desenvolupar habilitats de resolució de conflictes i els prepara per a ser més independents en un futur.

Des del Casal s'intenta que, a mesura que van creixent, puguin tenir un sentit de l'autonomia més adient i coherent a l'edat en la que es troben. Cada any s'intenta establir una diferència, per petita que sigui, per a que vagi assolint aquests barems d'autonomia.

Contacte: amadrid@casaldelsinfants.org

Pràctiques en la infància



Espai Benestar - Maria Janer, directora de l'Escola Aldana
a8077514@xtec.cat

El projecte neix per poder fer prevenció del suïcidi. La verbalització d'una intencionalitat suïcida per part d'un alumne o alumna cal que sempre sigui valorada i requereix l'actuació del professorat. Per això mateix es crea un espai on els infants, de manera lliure i segura, poden expressar les seves pors, preocupacions, o inseguretats, i el professorat els acompanya emocionalment.

Per això es crea un espai segur i acollidor (amb catifes i coixins) que s'ofereix a tot l'alumnat per parlar de temes que els interessin o els preocupin. És un espai obert, al que poden anar en qualsevol moment, situat al tercer pis. Els tutors i tutores recorden i reforcen l'existència de l'espai, i a vegades suggereixen a algú el seu ús.

Espai no mixtes - Maria Janer, directora de l'Escola Aldana
a8077514@xtec.cat

L'objectiu és crear un espai no mixt, i de confiança, per parlar de temes de gènere i/o de sexualitat. L'espai és no mixt ja que identifiquen interessos diferents entre nois i noies, i consideren que a l'alumnat els és més fàcil parlar de segons quins temes si ho fan així.

Com funciona? Hi ha uns pots on l'alumnat pot deixar, de manera anònima, preguntes que tenen (sovint giren al voltant de la sexualitat i els canvis que experimenta el seu cos, però no sempre). Llavors les llegeixen, una a una, a través d'un cercle de paraula. Tenen un objecte, que és una pedra, i qui la té és qui pot parlar sobre la pregunta que ha sortit; quan la pedra està calenta, s'ha de deixar la pedra i passar-li a algú altre. En acabar la sessió es fa un recull del que ha sortit i es comparteix amb el professorat.

Es fa de 4t a 6è; l'alumnat de 4t és el que té menys interès, i el de 6è, el que més. Hi participa tot l'alumnat, menys un nen. Hi ha moltes preguntes. A partir d'aquesta experiència, es fan altres accions (com un taller de sexualitat). Un dels temes que més surt entre les nenes és el de la regla.

Programa en Cercle – Eva Soto i Alba Magaña, de l'Escola Rubén Darío
a8001868@xtec.cat

L'objectiu del programa és donar eines als centres educatius en l'acompanyament emocional, a través de la gestió positiva i restaurativa de les relacions i del conflicte. Per fer-ho, s'ha creat un espai de confiança per a donar eines al professorat, on es revisen casos pràctics i es relata el que fa el professorat i s'han generat espais de coordinació entre tutors i tutores.

Durant el temps que fa que funciona el programa: (a) s'han creat espais de mediació amb l'alumnat i amb la professional del servei de suport emocional, (b) s'ha creat un espai de conversa i de tutoria, que ha suposat un espai de calma per l'alumnat per a poder explicar com se senten, i (c) han fet un projecte de mediadors emocionals entre iguals de cinquè i sisè any amb una formació prèvia amb la psicòloga del Servei de Suport.

L'alumnat ha mostrat molt d'interès a participar, s'ha construït un espai bonic i acollidor, s'ha incorporat en la cultura del centre i és un funcionament que ja forma part del projecte de l'escola.

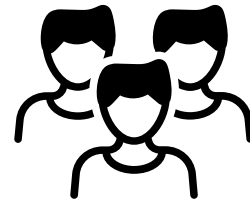
Com treballa el SAI per a la inclusió - Florencia Bilbao i Maria Incera,
psicòlogues d'AEIRaval
sai@aeiraval.org

El projecte sorgeix de la feina feta i les necessitats detectades per part d'una comissió de discapacitat que hi havia a l'entitat. Des de fa 3 anys és un servei psicològic, que funciona a les tardes, i que dóna resposta a infants amb diagnòstic de discapacitat o salut mental. Treballa: 1) l'autonomia 2) la relació amb iguals 3) la inclusió 4) la independència i 5) els hàbits.

Com funciona? Els i les educadores, conjuntament amb una psicòloga, adapten les sessions fent un pla de treball individual i elaboren, conjuntament, la programació i els materials del grup. Han creat, també, un racó i un espai de calma a l'entitat per aquells infants que ho necessiten, i cada nen o nena té el seu temps i el suport dels professionals. Hi ha, també, una coordinació i una sensibilització per part del SAI a la resta de professionals del centre obert, formació contínua i espais interns d'intercanvi i d'aprenentatges. I tenen una línia de treball estable també amb les famílies.

En el marc del grup també es comparteixen altres pràctiques:

- Activitats per a mares. Escola Collaso i Gil
- Activitats amb famílies. Casal d'Infants del Raval
- Bústia de grans. Casal d'Infants del Raval
- Punt Lila. Escola Pia Sant Antoni



Pràctiques en l'adolescència

La Patrulla Canina – Aitor i Xavier Rosell, de l'INS Milà i Fontanals, i Natalia Sagarra de l'Agència de Salut Pública de Barcelona
nsagarra@aspb.cat

El projecte té com a objectiu fomentar el benestar (emocional, físic i social) dels adolescents dels instituts del barri a través d'una activitat física (com és caminar) amb gossos ensinistrats. S'adreça a adolescents amb dificultats de concentració, ansietat o altres.

Consisteix en 10 sessions d'1 hora, 1 cop per setmana, en què actualment participen 5 joves de l'INS Milà i Fontanals i 6 de l'INS Miquel Tarradell, conjuntament amb persones de l'Escola de Salut de Gent Gran del barri, i 4 gossos.

Els resultats són una millora de l'autoestima, l'autonomia i la confiança del jovent participant, així com una millora de les habilitats de relació i de responsabilitat. També la generació de vincles entre joves de diferents centres educatius, la generació de vincles intergeneracionals amb gent gran, i un enfortiment del vincle amb les referents del centre educatiu.

El Mirall - Àngels Díaz, de l'Escola Pia Sant Antoni
angels.diaz@santantoni.epiaedu.cat

El projecte està promogut per l'entitat [AFID](#), i compta amb finançament de La Caixa i l'Ajuntament de Barcelona. Al barri del Raval es porta a terme a l'Escola Pia Sant Antoni i a l'Escola Vedruna Àngels. A l'Escola Pia el projecte vol donar resposta a situacions de salut mental detectades en infants que van viure el confinament en dos moments clau: el d'aprenentatge de la lectoescriptura i el pas a secundària. Per això s'adreça a 15 i a 1r de Primària, d'una banda, i a 3r d'ESO de l'altra (els dos grups que manifestaven problemes més acusats després del confinament).

La intervenció consisteix en poder treballar sobre l'autoimatge a partir de generar un perfil propi (com em veig en l'àmbit acadèmic, personal i en un futur) que es complementa amb com em veuen els companys i companyes, i es fa un projecte de futur per a cada infant. El projecte és dins de l'horari escolar, i el desenvolupen conjuntament un docent i un psicòleg extern, amb un mètode integrador que implica tothom. Es registra el que es fa, es mostren els resultats, i es fa una valoració per cada infant, grup i docent.

El projecte ha servit per detectar noves necessitats sorgides a partir del confinament, en relació a la tecnologia (addiccions, males experiències...), i per identificar factors de risc i factors protectors. A partir d'aquí s'ha pogut fer prevenció i atenció precoç davant dels primers símptomes o necessitats detectades.

Grups de joves – Carla Cisneros, Referent de Benestar Emocional del CAP de Raval Nord

carla.cisneros.bcn.ics@gencat.cat

La intervenció vol donar resposta a situacions de malestar emocional dels i les adolescents dels centres educatius del barri. S'adreça, en concret, a l'alumnat de 1r d'ESO de l'INS Milà i Fontanals i l'INS Miquel Tarradell.

En què consisteix? La psicòloga i infermera del CAP Raval Nord fan 3 reunions l'any amb la referent territorial de l'Agència de Salut Pública de Barcelona i el centre educatiu per detectar necessitats emocionals vinculades a la regulació emocional, l'autoestima, les emocions, la comunicació o la resolució de conflictes. A partir d'aquí es treballen aquestes temàtiques en grups de 15 alumnes (1 dia per setmana, amb un total de 6 sessions per grup) mitjançant dinàmiques vivencials i diferents llenguatges (narratiu, artístic...).

El resultat ha estat la generació d'espais on els i les joves poden parlar dels temes que els preocupen, des del respecte, la confiança i la confidencialitat, fet que ha permès que el jovent participant pogués aprendre a gestionar i afrontar situacions de dificultat. En una segona fase estan valorant poder treballar a partir de grups de joves amb situacions compartides, i buscar la manera d'implicar, també, les famílies.

Ocell de Foc – Alba Segarra i Rebeca Romans

El programa s'adreça a fomentar l'autonomia i el benestar del jovent de 16 a 29 anys, específicament a aquell que té algun tipus de problemàtica mental.

El Servei d'Acompanyament Individual consisteix en un acompanyament, a partir de la definició d'un pla de treball individualitzat amb el jove, per tal d'aconseguir els objectius que es proposa. La derivació es fa a través del programa i la intervenció té lloc a Escola Pia Calassanci. La durada de l'acompanyament depèn del pla de treball de cada jove, però és d'entre 14 a 20h per persona.

Més informació: <https://www.ocelldefocveix.cat/>

Garantir el dret a la pràctica artística de tothom – Esther Bonal, de Xamfrà xamfra@xamfra.net

Xamfrà no és una escola de música, ni un servei, ni un recurs exclusivament de benestar emocional, però les arts escèniques i la música són catalitzadores de processos molt potents i això té uns impactes en salut mental evidents.

El projecte de Xamfrà es basa en 4 pilars: generositat, confiança, compromís i permeabilitat (tothom hi pot participar). A la pràctica, és la possibilitat de ser part d'un espai i participar d'activitats artístiques molt variades (ràdio, break dance, rimes, claqué, guitarra, percussió, batucada, coral...) i generar vincles amb persones molt diferents a través de la música i les arts.

Xamfrà funciona gràcies a una tarifa plana (80€ per trimestre) que paga qui pot; i qui no pot, es troba la manera que també pugui participar, en igualtat de condicions. Diverses generacions d'infants, joves i persones adultes han participat d'aquest espai no segregat, que aglutina tant a persones que ja estan motivades per la pràctica artística, com d'altres que en un inici els quedava molt lluny.

A més a més, es procura que els infants i joves que volen fer una pràctica musical més professionalitzadora, puguin trobar la manera de fer-la, més enllà de Xamfrà. El projecte, després de 25 anys de funcionament, compta amb diferents joves que han esdevingut referents musicals per d'altres i amb grups que han crescut a Xamfrà i han acabat sent independents.

En el marc del grup també es comparteixen altres experiències:

- KN60 LAB - Espai juvenil del barri del Raval que funciona a partir de l'autoorganització del jovent, en un horari adaptat a les necessitats dels i les joves.
- RELATS DE LA MEVA VIDA- Projecte intergeneracional de l'Escola de Salut de la Gent Gran del Raval amb els centres educatius del barri. A partir de la memòria de la gent gran es repassen moments de la història personal i del país, i és un espai d'enxarxament intergeneracional molt potent.
- TALLERS DE CUINA DE L'ALUMNAT DE L'INSTITUT TARRADELL, en col·laboració amb Norai, el restaurant del Museu Marítim, projecte d'iniciativa comunitària amb Impulsem al capdavant.
- HORT COMUNITARI del PLA DE SALUT COMUNITÀRIA del Raval. El projecte serveix per ampliar i millorar les relacions socials de les persones grans, joves d'instituts o persones participants de projectes de salut mental del barri que s'encarreguen de l'hort, alhora que promou la salut mental i els hàbits saludables de totes elles.

- HORT COMUNITARI SANT PAU: és una acció formativa en horticultura i jardineria urbana, acompanyament emocional i activitats comunitàries. És un recurs clau per a joves en situació de carrer i de precarietat, esdevenint un espai segur, treballant per trencar prejudicis i realitzant vincles amb la comunitat. És un projecte dins l'espai comunitari Equip Raval amb el Jovent Migrat No Acompanyat, dinamitzat per Tot Raval.
- SEXUS&RUMBA- projecte pilot de promoció de la salut sexual entre joves, en espais d'oci nocturn del Raval i el Gòtic.
- Iniciatives de TEATRE COMUNITARI del TANTARANTANA: el teatre desenvolupa projectes que potencien el teatre com a eina de cohesió social i que treballen al voltant de valors compartits com la interculturalitat, la integració i la creativitat.
- EN DIRECTE- un projecte que es fa amb 15 instituts de Barcelona per garantir l'accés a la cultura i les arts escèniques de tot l'alumnat. Amb actuacions de bandes, combos extraescolars... primer acompanyats per professorat, però després generant autonomia entre l'alumnat.

REFLEXIONS, REPTES I PROPOSTES

LES PROFESSIONALS

- **Hi ha patiment, burn out i malestar emocional entre les professionals.** La realitat i les necessitats dels infants, joves i famílies són cada vegada més complexes i no hi ha els recursos adequats per poder-ho abordar correctament. Hi ha, també, molta mobilitat de les professionals de l'àmbit educatiu, fet que dificulta consolidar els projectes educatius. Podria ser interessant generar més espais d'intercanvi i supervisió professional, així com més espais de cura per a les professionals.
- **Sovint hi ha dificultats de coordinació entre recursos.** Caldria poder compartir mirada, estratègia, facilitar les derivacions, i treballar per les continuïtats educatives. Caldria, també, millorar la relació entre el dins i fora escola, i millorar la coordinació entre les professionals del barri, que acabem treballant amb les mateixes famílies.
- En concret, caldria **millorar la coordinació entre l'etapa 0-3 i l'etapa 3-6**, aprofitant que des de la Xarxa 0-3 de la XAFIR ja s'està treballant en aquesta direcció.

LA INFÀNCIA

- Hi ha un **augment d'infants amb necessitats educatives especials als espais socioeducatius del barri, i dificultats per atendre'ls correctament per falta de recursos.** La Comissió NESE del Grup d'Educació Comunitària hi està treballant.
- Caldria **promoure espais públics amables i segurs per les famílies i els infants**, ja que ara mateix perceben que no ho són.
- **El malestar emocional de la infància i l'adolescència té causes estructurals.** Cal anar a la base.
- Cal promoure **espais sense pantalles i motivadors** per als infants i joves, espais que siguin **manipulatius, i en comú.**
- Caldria pensar **com fem arribar la veu dels infants**, amb experiències com l'Agenda dels Infants, i **trencar la mirada adultcentrista** en les intervencions amb joves, fomentant la seva participació i autoorganització.

LES FAMÍLIES

- Les professionals expressen **dificultats per poder arribar i connectar amb les famílies**, fer-les partíceps dels seus espais educatius, i acompanyar-les en el seu dia a dia. També detecten dificultats per fer un treball conjunt en relació a l'acompanyament educatiu dels infants i joves. En aquest sentit, es proposa:
 - Repensar l'**acompanyament** de les professionals a les famílies, **des del desig, respecte i protagonisme de les pròpies famílies** (línia que s'ha començat a treballar en el marc de la XAFIR).
 - Enfortir les propostes que serveixen per **acompanyar les famílies en els seus processos de criaça i de benestar** (en la línia del que ja estan fent algunes iniciatives a nivell de barri).
 - Compartir **eines per a professionals per poder acompanyar emocionalment les famílies**, en les seves situacions i vivències, des d'una mirada intercultural.
 - Generar processos que possibilitin espais de relació, coneixement i **suport mutu entre famílies del barri**.
 - Compartir el coneixement dels recursos de suport i acompanyament a les famílies ja existents, així com facilitar l'**intercanvi d'informació i la coordinació** de les diferents professionals que intervenen amb les famílies, tenint en compte el rol de cadascú.

Més informació



totraval.org



socioeducatiu@totraval.org