

ESPAI DE FORMACIÓ PER FAMÍLIES

**SESSIONS DE FORMACIÓ PER A PROFESSIONALS
DEL CONSELL COMARCAL DE L'ALT EMPORDÀ
5 i 12 DE NOVEMBRE DE 2014**



Opinió
Professional



SESSIÓ 1

1. Benvinguda
2. Emmarcament teòric de l'EFF:
 - Fonamentació teòrica del projecte
 - Característiques del programa EFF
 - Rol Professional
 - Intervenció Grupal
 - Tècniques de dinamització
3. Dinàmiques

SESSIÓ 1. FONAMENTACIÓ TEÒRICA DEL PROJECTE

MARC LEGAL

L'Espai de Formació per Famílies és un programa psicoeducatiu de suport a la parentalitat que té com a objectiu prioritari reforçar les relacions paternofilials per afavorir el desenvolupament i l'exercici de la parentalitat de manera que es garanteixi al màxim el desenvolupament de l'infant, tal com indica la Recomanació (2006) del Consell d'Europa pel que fa a la implementació de Polítiques de Suport a l'exercici positiu de la parentalitat.

Aquesta recomanació europea proposa als estats membres que desenvolupin polítiques de suport a l'exercici de la parentalitat positiva, entenent-la com *"se refiere al comportamiento de los padres fundamentado en el interés superior del niño, que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimiento y orientación que incluyen el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo del niño"*.

Tal com postulen Rodrigo, Máiquez i Martín (2010)¹, l'exercici de la **parentalitat positiva** es basa en els següents **principis rectors**, els quals regeixen la tasca educadora de la família i que l'EFF ha adoptat com a model per desenvolupar el treball de les competències parentals amb les famílies:

- **Vincles afectius càlids, protectors i estables** per tal que els fills se sentin acceptats i estimats. Això suposa l'enfortiment continuat dels vincles familiars al llarg del desenvolupament, modificant les manifestacions de l'afectes en funció de l'edat dels fills.
- **Entorn estructurat**, que proporciona un model, una guia i una supervisió perquè els fills aprenguin les normes i els valors. Això suposa dins el sistema familiar l'establiment de rutines i hàbits per organitzar les activitats quotidianes on es porten a terme aquests aprenentatges.
- **Estimulació i suport a l'aprenentatge** des del quotidià i escolar per fomentar la motivació dels infants i potenciar les seves capacitats. Això suposa l'observació de les característiques dels fills,

¹ Parentalidad Positiva y Políticas Locales de Apoyo a las familias. Orientaciones para favorecer el ejercicio de las responsabilidades parentales desde las corporaciones locales, Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP), 2010.

l'estimulació i el suport en els seus aprenentatges, així com tenir en compte els seus avenços i les seves fites.

- **Reconeixement del valor dels fills**, mostrar interès pel seu món, validar les seves experiències, implicar-se en les seves preocupacions, respondre a les seves necessitats. Això suposa considerar-los persones a les que hem de comprendre i tenir en compte els seus punts de vista perquè progressivament siguin part activa i responsable en la presa de decisions familiars.
- **Capacitació dels fills**, potenciant la seva percepció de que són agents actius, competents i capaços de tenir impacte sobre les situacions i influir en els altres. Per això, es recomana crear en el sí de la família espais d'escolta, interpretació i reflexió dels missatges de l'escola, els iguals, la comunitat, el món de l'oci i els mitjans de comunicació.
- **Educació sense violència**, exclouent qualsevol forma de càstig físic o psicològic degradant, considerant que no es respecten els drets de l'infant pel que fa a la seva integritat física i dignitat humana, i perquè impulsa a la imitació de models inadequats de relació interpersonal, fent-los vulnerables davant una relació de domini imposada per la força.

MODELS TEÒRICS

L'Espai de Formació per a Famílies es nodreix dels models teòrics següents:

Teoria del Vincle

L'Espai de Formació per Famílies, com a programa de suport a la parentalitat, té com a objectiu prioritari reforçar les relacions paternofilials per afavorir el desenvolupament d'una vinculació segura. Tal com postula la **teoria del vincle de Bowlby**, descrita als anys 50, la vinculació sana és un factor molt important en la prevenció dels diferents tipus de maltractament infantil, i per al correcte desenvolupament dels infants.

El fet que els pares esdevinguin una figura estable i disponible pels fills permet que aquests tinguin la seguretat necessària per explorar l'entorn i construir una xarxa psico-socio-afectiva (Arranz, 2004).

En el període dels tres primers anys de vida de l'infant és quan es construeix el vincle entre pares i fills. Si durant aquesta etapa els infants no han tingut la possibilitat d'establir aquesta relació de qualitat es produiran dificultats en tots els seus àmbits de desenvolupament.

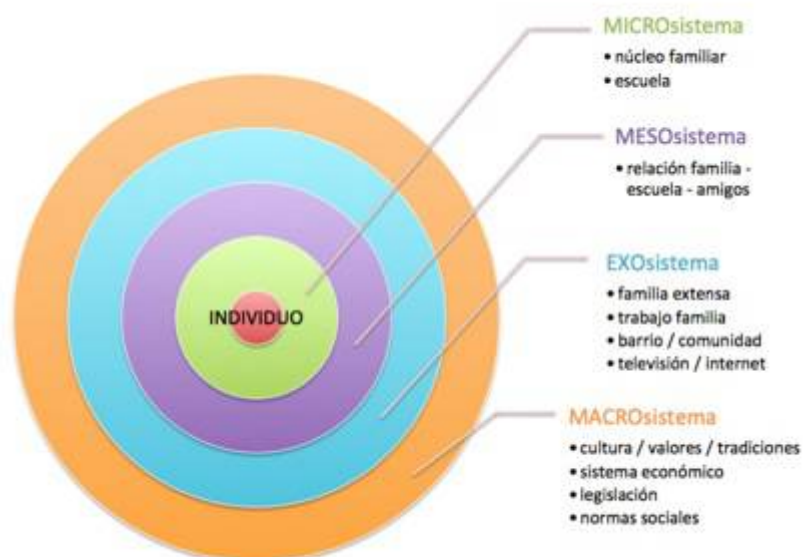
Els infants amb **vinculació segura** són aquells que interiorment se senten segurs. Han pogut interioritzar una figura estable i disponible de referència i a la vegada separada d'un mateix, cosa que els permet sentir-la com a base de seguretat per explorar l'entorn i les persones desconegudes per a ells. Aquesta seguretat els facilita la diferenciació necessària per arribar a ser un adult capaç d'oferir als seus fills una vinculació sana. En una relació de **vinculació sana** entre pares-fills, els infants desenvolupen **sentiments de pertinença, acceptació i confiança**.

Les relacions en el marc d'una vinculació segura comporten en les persones, entre d'altres, els següents beneficis:

- El desenvolupament de l'empatia i la gestió equilibrada dels impulsos i desitjos.
- La construcció d'un sentiment de pertinença a través del desenvolupament de les capacitats donar-rebre.
- El desenvolupament de recursos per fer front a situacions emocionalment difícils (separacions, ruptures, pèrdues....).
- La capacitat de vincular-se positivament amb els altres.
- La capacitat d'obtenir bons resultats en els processos d'aprenentatge.
- La capacitat d'adaptació social.

Model Ecològic

El model ecològic de Bronfenbrenner (1979). Des d'aquest paradigma es defineix el desenvolupament humà com un canvi perdurable en la manera en què la persona percep l'ambient que l'envolta (el seu ambient ecològic) i en la manera com es relaciona amb ell.



Des del punt de vista d'aquest model, l'evolució del nen s'entén com un procés de diferenciació progressiva de les activitats que aquest realitza, del seu rol i de les interaccions que manté amb l'ambient. Destaca la **importància de les interaccions i les transaccions que s'estableixen entre el nen i els elements del seu entorn**, començant pels pares i els iguals, és a dir, les relacions paternofilials s'entenen com un factor central pel desenvolupament del nen.

Un dels sistemes que més influeix en el desenvolupament individual i que constitueix un veritable factor de diversitat individual i social és el microsystema familiar. Es tracta del primer context social que acull l'individu, del que rep la majoria i les més grans influències al llarg de la seva vida per la relació directa amb els seus membres. El microsystema familiar influirà en el desenvolupament personal de l'individu en base al que succeeixi en tres dimensions bàsiques de la família: l'estructura, l'actitud i el comportament (Martínez González, 1994). És des d'aquest punt de vista que pren especial importància la informació i formació per a pares i mares que els ajudi a afrontar amb èxit els reptes implícits en cada etapa de desenvolupament dels seus fills.

Teoria Sistèmica

L'Espai de Formació per Famílies estructura les aportacions de la **teoria sistèmica** en dos nivells:

- a) Les **pautes d'interacció** que es produeixen en el sistema familiar, donant-nos claus d'una possible interpretació.
- b) Anàlisi i **clarificació el rol parental** en funció de com el sistema familiar estableix els seus límits.

La perspectiva sistèmica es presenta com un bon marc de referència ja que ens ofereix com a professionals una **mirada holística i integradora**. Aquesta mirada permet observar les pautes de relació i introduir modificacions en cercles de relació que provoquen disfuncionalitats, distorsions o dificultats que no permeten desenvolupar el benestar individual de cada un dels membres del sistema familiar.

Des de la perspectiva sistèmica, allò que és important, és el que succeeix en l'espai comunicatiu i de relació entre els diferents membres del sistema familiar. L'EFF focalitza l'atenció en la intervenció grupal, dirigida al conjunt de les famílies com una manera d'ampliar la xarxa de suport social entre cada una d'elles, així com de manera indirecta, es treballa la relació de les díades mare-fill/a.

Minuchin (1986) exposa que la família és el grup natural que possibilita, d'una banda, la satisfacció de les necessitats de pertinença i cohesió grupal i de l'altra, facilita la necessitat de diferenciació i individuació, ambdues molt necessàries per tal que es produeixi creixement del sistema.

L'estudi psicològic de la **família**, considerada com un **sistema dinàmic** de relacions interpersonals implica que centrem el focus en dos aspectes:

- Un més **interior**, inclou elements de **relació i d' història evolutiva** de la família.
- Un altre relacionat amb aspectes **externs** com pot ser la **xarxa de suport** per a la família, les **característiques de l'entorn** on viu, l'experiència laboral dels pares....

Des de l'orientació sistèmica es considera la família com un sistema viu, dinàmic i en procés de transformació constant, en el qual el **tot és més que la suma de les seves parts**, tal com postula el principi gestàltic, on **l'aquí i ara** de la família esdevé l'eina prioritària de treball.

Principis Gestàltics

Aquesta mirada en el present de la realitat familiar té origen en la teoria gestàltica postulada per Fritz Perls a la dècada de 1930. Les bases de la Gestalt són **l'aquí i ara**, es treballa des del que és real per la persona en el moment present fomentant la **presa de consciència "donar-se compte"** del que fem, com ho fem, què necessitem i què volem en la nostra vida.

Igual que altres teràpies humanistes, la gestàltica ofereix un enfocament holístic de l'experiència humana, assumint la **tendència innata cap a la salut**, la integritat i la **realització plena de les potencialitats de l'individu**, promovent la seva pròpia **responsabilitat** en els processos de vida i la consciència sobre la satisfacció de les seves necessitats.

Aquesta teràpia mobilitza el passat viscut per cadascú i estableix un pont cap al present que permet un intercanvi favorable amb l'entorn, donant significat a l'experiència viscuda.

Des d'aquesta perspectiva teòrica ha propiciat que en l'EFF s'utilitzin **tècniques vivencials**, on es promou l'espontaneïtat i la connexió amb el sentir i les emocions.

CARACTERÍSTIQUES DEL PROGRAMA

Pel que fa al disseny i la metodologia de l'EFF també ha tingut en compte l'experiència i el treball dels programes d'atenció i intervenció en famílies, que adopten diverses modalitats pel que fa a metodologia i finalitat. L'objectiu general d'aquests programes és contribuir en la millora de les relacions pares- fills a partir de reforçar el rol parental.

Pel que refereix a l'atenció a les famílies conviuen el "**model acadèmic**" i el "**model d'entrenament de pares**". Tanmateix, Máiquez et al. (2000), inclouen una tercera modalitat en la formació de pares, el "**model experiencial**", el qual l'EFF pren com a model. Aquest consisteix en què les persones vagin construint el seu coneixement a partir del seu quotidià i dels seus coneixements previs, mitjançant un **procés inductiu de construcció del coneixement quotidià-experiencial**.

La majoria de programes d'intervenció familiar tenen com objectiu principal ajudar en l'exercici de les funcions parentals, la diferència es fonamenta en la forma en què s'ofereix el suport als pares, és a dir, en els rols que assumeixen els professionals, l'organització i la metodologia que es segueixi.

Si en fixem en el rol que desenvolupen els professionals, L'Espai de Formació per a Famílies desenvolupa una metodologia de treball que pren del **model d'usuari** el rol professional que adopten els facilitadors del grup, ja que la interacció amb els participants és d'igual a igual. Els professionals participen de totes les dinàmiques i propostes d'activitats que es duen a terme en les sessions.

Model d'Usuari: El rol del professional és de respecte vers les decisions dels pares, sobre el model educatiu a seguir amb els seus fills. La metodologia que s'empra és activa per part dels pares i del professional. El professional ofereix als pares diferents opcions vàlides i la informació necessària per què els pares escullin, alhora que puguin experimentar amb diferents maneres de fer. S'anima a descobrir els recursos propis per dur a terme la funció parental, tenint en compte els seus desitjos i

observant les característiques individuals de l'infant. La relació pares-professional es desenvolupa des d'una vessant ecològica-sistèmica.

Si ens centrem en la modalitat d'atenció a les famílies i els infants, l'EFF majoritàriament s'inclou dins els **programes d'intervenció socioeducativa, tot i que incorpora característiques dels programes d'intervenció terapèutica**. Així, les característiques del EFF són les següents:

- Té doble caràcter, preventiu i reparador.
- La població destinatària són famílies que es troben en situació de vulnerabilitat, o bé en les que s'han detectat i diagnosticat situacions de negligència i/o maltractament infantil.
- Els duen a terme professionals de l'àmbit psicològic, pedagògic, social i educatiu.
- Els continguts estan relacionats amb temes de salut, educació i benestar social i emocional, dirigits a promoure el benestar infantil, afavorir el vincle afectiu, oferir pautes educatives i de formació a pares i mares, promoure i prevenir la salut mental infantil, afavorir espais de socialització per a infants i adults.
- Es treballen habilitats parentals relacionades amb l'autocontrol, la disciplina, les respostes davant la conducta infantil, les habilitats de comunicació, la cura física i emocional i el desenvolupament evolutiu infantil.
- La durada del programa és de 12 sessions, amb una freqüència setmanal.
- La metodologia d'intervenció és grupal. En alguns casos es combina amb el procés terapèutic individual simultàniament.

ROL PROFESSIONAL

Les professionals que dinamitzen el grup desenvolupen principalment dues tasques diferenciades. Una relacionada amb la **preparació i organització** de les sessions i l'altra com a **figures facilitadores** i de suport en el grup.

Durant la preparació i organització de les sessions, les facilitadores preveuen, previ a l'inici de la sessió, que la disposició de la sala sigui adequada a les dinàmiques a realitzar, es disposin dels materials necessaris i suficients per a dur a terme les activitats i el compliment de l'horari establert amb el grup (puntualitat en l'inici i la finalització del grup, garantir que tots els participants tinguin d'un espai on poder-se expressar, etc.).

Pel que fa al rol de les professionals com a facilitadores i figures de suport al grup es valora necessari pel seu bon funcionament que es mostrin pròximes als participants, adoptant una **relació d'igual a igual** on el professional no és l'expert i la **construcció del coneixement es participativa i conjunta**, on el facilitador esdevé un membre més del grup, participant activament en totes dinàmiques proposades. Aquest posicionament permet reconèixer i donar un valor positiu a les capacitats de les persones, acompanyant-les en el seu creixement personal.

Aquesta proposta implica una innovació a nivell d'intervenció professional ja que substitueix els models d'intervenció basats en paradigmes de dèficit per models d'intervenció basats en les competències.

Des d'aquest nou paradigma els facilitadors tenen com a tasca principal **oferir una relació constructiva amb cadascun dels participants** del grup per tal de **donar suport i promoure les seves capacitats resilients**, oferint-los:

1. Un espai on es puguin sentir valuoses, respectats i reconeguts com a persones.
2. Un espai on desenvolupar la seva identitat sense la negació de la seva història de vida, ajudant-los a elaborar emocions negatives com la culpa i que els permeti descobrir-se en persones valuoses, capaces, amb recursos i capacitats.
3. Nous aprenentatges, noves habilitats i estratègies, a través de dinàmiques que els permetin obtenir un millor coneixement de sí mateixos i de la seva pròpia realitat sociofamiliar.
4. Activitats i dinàmiques que afavoreixin la construcció d'una autoestima més positiva, fomentant l'humor i el riure, com a eina terapèutica, que els ajudarà en la gestió de les seves dificultats i els permetrà crear la distància òptima entre el problema i la seva persona, evitant jutjar.
5. Activitats que els permetin desenvolupar noves competències emocionals, comunicatives, educatives i socials i d'habilitats per la vida i el benestar.

És molt important que per la dinamització del grup hi hagi **dues figures** facilitadores de grup. És necessari que totes dues persones participin de la dinamització del grup, tot i que, si en algun moment cal que una d'elles intervingui a nivell individual amb algun participant del grup, l'altre es pot quedar amb la resta i continuar l'activitat, i això permetrà conjugar l'atenció grupal amb l'atenció individual de les necessitats de cada membre.

Les figures facilitadores del grup s'han de mantenir **estables al llarg de totes les sessions**, aspecte que permet oferir un espai de treball segur, protegit i previsible als participants i que facilita la creació d'un clima de confiança en el que es poden generar nous aprenentatges.

INTERVENCIÓ GRUPAL

La proposta de treball grupal aporta beneficis en els processos d'intervenció professional amb famílies.

En primer lloc, permet que la intervenció professional arribi a un major nombre de famílies en la mateixa inversió de temps, per tant, **s'optimitza l'eficiència** de recursos.

En segon lloc, permet l'**aprenentatge vicari**, és a dir, la incorporació de contingut teòric, habilitats i capacitats a través del model que són els altres membres del grup; facilita l'aprenentatge a través de compartir les seves pròpies experiències com a pares i alhora, aquest **aprenentatge** esdevé **significatiu** perquè es desenvolupa entre iguals i a partir de les seves necessitats i problemàtiques.

I, finalment, **incideix en l'autoestima i en la resiliència** dels propis participants ja que, per un costat iguala les problemàtiques viscudes i es convida a la cerca de resolució de conflictes conjunta, i per l'altra, facilita l'aflorament i el reconeixent de les seves pròpies potencialitats.

Tot i que els avantatges del treball grupal són molts, cal tenir en compte alguns aspectes en la dinàmica i el funcionament del grup, per tal de que aquest sigui el màxim profitós possible per a tots els participants:

- Pel que fa al rol dels facilitadors del grup i la seva **actitud**, aquesta ha de ser directiva i al mateix temps transmetre empatia i amabilitat. Cal que es mostri natural, parlant de manera segura, clara i concisa, utilitzant el "nosaltres" en el lloc del "jo", mantenir contacte visual amb els participants, posar atenció al seu llenguatge no-verbal, combinar una actitud general serena i tranquil·la, mostrant cert grau d'entusiasme durant la realització de les sessions... En definitiva, cal que mostri respecte vers els altres, autenticitat, flexibilitat, credibilitat, sensibilitat, i que eviti jutjar i posar etiquetes, i que reforci les aportacions dels participants.
- Pel que fa a les **habilitats** dels facilitadors, cal posar en joc la maduresa psicològica i afectiva, la seguretat personal, el sentit

comú, la coherència, el sentit de la responsabilitat i el compromís professional, la capacitat per al diàleg i l'escolta activa, ajudar a pensar i a desenvolupar el sentit de l'humor, la creativitat i assertivitat.

- Pel que fa al **mida i les dimensions del grup**, es recomana que estigui format per un màxim de 20 persones. És important tenir en compte, que al llarg del desenvolupament del grup sol haver-hi una taxa d'abandonament del voltant d'un 30 %. Aquesta taxa d'abandonament es dona per circumstàncies externes sobre les quals no podem incidir. Per altra banda, sí que és possible incidir i minimitzar aquesta taxa d'abandonament, per manca d'adhesió al programa. Els elements que afavoreixen una major adherència al grup són:
 - Dedicar temps a aspectes de cohesió grupal durant les primeres sessions del programa. El grau de compromís que els altres membres del grup mostren, fa que augmenti el propi grau de compromís.
 - Plantejar dinàmiques grupals que facilitin experiències positives, agradables i divertides.
 - Que els participants sentin que formen part del grup i que les seves demandes i necessitats són tingudes en compte.
 - Que cada membre del grup pugui participar en el grau que desitgi i se senti còmode, respectant el seu propi procés.
- Tenint en compte que la participació activa ajuda a la consecució dels objectius del grup, plantequem algunes estratègies per afavorir la implicació dels membres:
 - Disposar les cadires de manera que tothom pugui mantenir contacte visual amb l'altre.
 - Utilitzar la paraula "nosaltres", enlloc de "vosaltres", "jo" o "tu". Parlar dirigint-se a tot el grup encara que es faci referència només a una persona.
 - Explicar el sentit i l'objectiu de les activitats proposades.
 - Raonar els avantatges de participar i els inconvenients de no fer-ho.
 - Escoltar amb atenció tot respectant les opinions discrepants.
 - Intervenir de manera constructiva integrant les propostes del grup i les pròpies en el conjunt de la discussió, de manera que serveixin per introduir nous continguts teòrics i generar aprenentatges.
 - Evitar la monopolització de la paraula.
 - Estimular als altres reconeixent i agraint les seves aportacions.
 - Estimular a que tots expressin les seves opinions i col·laborin de forma activa.

- Dirigir-se directament a algú demanant la seva opinió, si no acostuma a participar de manera espontània.

TÈCNIQUES DE DINAMITZACIÓ

Si fem referència a les tècniques de dinamització, al llarg de les dotze sessions de que consta el programa s'han utilitzat les següents:

- **Exposició oral**, entesa com la presentació oral d'informació de manera estructurada i sistemàtica. Aquesta estratègia és adequada quan s'observa una manca de coneixements bàsics que es consideren importants. És necessari no abusar d'aquesta tècnica, ja que té un caràcter passiu.

Els factors que influeixen en l'efectivitat de l'exposició oral són el contingut i l'estructuració del missatge, les habilitats comunicatives i personals del facilitador, les habilitats de comprensió i retenció dels participants, els recursos de recolzament a l'exposició i els factors ambientals.

També cal tenir en compte que per tenir un impacte sobre l'aprenentatge cal posar en joc una sèrie d'habilitats que afavoreixen la motivació i atenció dels participants. Algunes d'aquestes són:

- l'entusiasme i la motivació que posa el facilitador en la transmissió de la informació, així com la implicació directa que expressa respecte el tema de l'explicació.
 - La utilització de mitjans o recursos de recolzament, com per exemple el papelògraf i les presentacions powerpoint, que enriqueixen i fan més amena l'exposició. En la preparació de l'exposició cal utilitzar diverses activitats i mitjans, així com intercalar preguntes i espais de reflexió crítica. Facilitar als participants el material de suport en format paper pot ajudar a mantenir l'atenció, a seguir l'exposició de continguts i a fer anotacions ampliàtòries.
 - La lògica de l'exposició, és a dir l'esquema que la guia. Quan aquest esquema és clar i els continguts s'exposen ordenadament facilita l'atenció i la retenció.
- **Exercicis escrits.** Les activitats de paper i llapis permeten recollir el resultat d'un exercici o d'una reflexió, fet que facilita el seu record i també ajuda a compartir en gran grup el contingut d'una discussió en petit grup. També permet comparar respostes donades en diferents moments. Per altra banda, als facilitadors els pot ser d'utilitat conservar aquests escrits per avaluar el grup (fitxes He après). S'ha de tenir en compte que una excessiva demanda d'exercicis escrits pot alentir la dinàmica grupal.

També cal tenir en compte que persones amb poca competència lectoescriptora es poden sentir incòmodes davant aquestes propostes, per aquesta raó els facilitadors del grup han de ser flexibles i buscar alternatives que permetin a tots els membres del grup sentir-se còmodes.

- **Tècniques d'expressió artística i dibuix.** Consisteix en expressar a partir de la pintura, el collage, el modelatge... emocions i sentiments, sensacions, percepcions, representacions simbòliques de la nostra realitat.

En l'expressió plàstica el fonamental és el procés, no el resultat. No es pretén fer grans obres, sinó que l'experiència sigui enriquidora en molts àmbits (sensorial, perceptiu, conceptual) i que sigui paral·lela al desenvolupament de la persona.

Algunes estratègies metodològiques a tenir en compte poden ser les següents:

- Els facilitadors es posicionen des d'un rol d'observador i guia del procés.
- L'actitud ha de ser oberta i positiva envers les produccions creatives.
- És important cuidar l'ambient i que aquest sigui agradable i relaxat. Es pot posar música tranquil·la per acompanyar l'activitat.
- Les instruccions han de ser el més clares i precises possible.
- Han de respectar l'estil i el ritme de cada un en la realització plàstica.
- Els treballs són més que simples activitats. Són la comunicació de les experiències, del coneixement i del món afectiu de la persona.

Aquestes activitats impliquen una planificació temporal més àmplia. En la planificació s'ha de distribuir el temps d'acord amb les fases següents:

- 1) presentació i preparació dels materials
- 2) execució del treball

3) recollida i neteja

4) posada en comú per poder compartir l'experiència amb els altres membres del grup.

- **Ús de la música per evocar records i emocions.** Aquesta tècnica l'hem utilitzat per descobrir i reconèixer les emocions pròpies i les dels altres.

Entenem les emocions com reaccions a les informacions que rebem de l'entorn. La seva intensitat està en funció de l'avaluació subjectiva que fem sobre com la informació pot afectar al nostre benestar. En aquesta avaluació hi intervenen coneixements previs, les creences, els objectius personals, la percepció de l'ambient etc.

Qualsevol emoció provocada mitjançant l'escolta musical és similar a les aconseguides per als mitjans no musicals.

Cal tenir en compte la música que s'escull, l'ambient de l'aula que sigui segur i tranquil, respectar les resistències i el ritme de cada un, i permetre un espai de compartir, de manera voluntària, l'experiència viscuda.

També cal tenir en compte que una mateixa música pot provocar emocions diferents en funció de la persona que la rep i l'escolta. És important que els facilitadors prevegin estratègies per poder contenir respostes emocionals i acompanyar al grup i a les persones concretes que ho puguin requerir.

S'aconsella utilitzar aquesta tècnica quan el grup estigui ben cohesionat i l'espai d'activitat sigui viscut segur per als diferents membres.

- **Role-playing.** Consisteix en representar una situació imaginària que es pugui traslladar a la vida real, en la que les persones expressin les seves emocions i reaccions, amb la finalitat de donar i obtenir informació per aconseguir una millor comprensió sobre un tema concret.

Aquesta representació es pot fer amb guions escrits que els actors només han de llegir i representar; o bé partint d'una història base sobre la que els actors hauran de desenvolupar els seus propis papers, en funció de com cadascú percebi la situació o de com creguin que reaccionarien davant d'aquesta.

Pel desenvolupament d'aquesta tècnica es poden seguir les següents orientacions:

- seleccionar o redactar la situació de conflicte a representar i definir un breu perfil de cadascun dels personatges.
- Posar els intèrprets en escena i procurar que l'ambient sigui relaxat.
- Donar als actors un temps per interioritzar els seus papers.

- Deixar que l'escena es desenvolupi lliurement.
 - Parar el role-playing quan s'hagin posat en escena els temes que els facilitadors volien que es mostressin.
 - Moderar el debat sense participar-hi.
 - Tenir preparades algunes preguntes pels observadors i els actors amb l'objectiu que s'iniciï el debat si no ho fa de manera espontània.
 - Finalitzar abans de que el debat decaigui.
- **Plantejament de casos pràctics en petit grup. Diàlegs simultanis.** S'organitza el grup en parelles i es proposa un tema de discussió – debat. Amb aquesta tècnica es pretén afavorir la participació de tots els membres del grup, facilita la recollida i la transmissió ràpida de la informació i serveix per la consecució d'acords i consensos en la resolució de problemes.
Pel desenvolupament d'aquesta tècnica cal tenir en compte les següents consignes:
 - assenyalar l'objectiu de la discussió, assegurar-se que tots els participants ho han entès i animar a plantejar els dubtes abans d'iniciar l'activitat.
 - Limitar el temps que es dedicarà a la discussió.
 - Recollir les informacions de les diferents parelles i fer un resum final.
 - Posada en comú en gran grup, donant el temps suficient a cada parella perquè exposi el treballat. S'ha d'evitar donar molt protagonisme a una parella ja que la resta de participants es podrien sentir incòmodes.
 - És important que en la síntesi final es tinguin en compte totes les aportacions fetes pels membres del grup, sense perdre de vista quin era l'objectiu de la discussió i traient-ne conclusions útils.
 - **Discussió dirigida.** Es tracta de plantejar un tema i discutir-lo en gran grup. Aquest tema ha de ser susceptible a ser analitzat des de diferents perspectives. Els intercanvis no s'han de donar entre els membres del grup i els facilitadors, sinó que cal que es donin entre tots els participants del grup. Es pretén que tots els participants del grup exposin lliurement totes les seves idees, punts de vista i les seves experiències amb la finalitat d'aconseguir una aproximació al tema concret des d'aquests diferents punts de vista. També facilita que els participants defensin les seves pròpies idees i conviccions a través d'un procés de reflexió personal.
Aquesta tècnica té com a avantatges que facilita la participació de tots els integrants del grup, obre perspectives d'anàlisi, estimula el

raonament, la capacitat d'anàlisi crítica, la intercomunicació, la comprensió i la tolerància, i ajuda a superar prejudicis i idees preconcebudes.

A la vegada també cal tenir en compte que amb l'ús d'aquesta tècnica és pot dilatar el temps de discussió o que aquesta es desvii del tema plantejat. També pot generar en els participants actituds competitives entre ells.

Pel que fa al desenvolupament de la tècnica cal tenir en compte no només el desenvolupament del tema que es debat sinó també les actituds i els sentiments dels membres del grup, evitant que ningú es senti rebutjat o ridiculitzat.

És important mantenir una actitud cordial, serena i segura. L'objectiu no és tant aconseguir una resposta correcta sinó l'elaboració del raonament del propi grup sobre el tema plantejat.

- **Pluja d'idees.** Es tracta que el grup produeixi i exposi el major nombre possible d'idees de manera informal i lliure al voltant d'un tema o problema plantejat. És una tècnica per provocar ràpidament i de manera creativa solucions davant d'un problema, espontàniament.

Algunes recomanacions per l'aplicació d'aquesta tècnica són:

- No hi ha respostes verdaderes o falses. Totes les opinions són vàlides, fins i tot si hi ha repeticions o s'aporten idees que poden semblar irrellevants o inadequades.
 - La pluja d'idees no ha de quedar desconnectada de la resta d'activitats de la sessió, per tant els participants han de conèixer el propòsit d'aquesta.
 - Durant la fase de generació d'idees, el facilitador ha de repetir en veu alta cada aportació i afegir-la a la llista, donant a continuació pas a una altra idea, de manera que no s'ajuntin vàries idees sense que siguin anotades.
 - No s'ha de destinar massa temps a l'activitat. És convenient aturar-la quan ja no sorgeixin més idees, tot i que cal tenir en compte que és necessari deixar un marge de silenci ja que aquest serveix perquè els participants puguin reflexionar i generar noves idees.
 - Quan el grup està bloquejat i hi han poques aportacions, els facilitadors poden suggerir idees com un més del grup.
- **Històries animades, vinyetes, visionat de vídeos i/o fotografies.** Es tracta de, a partir del visionat d'un vídeo o de l'observació de fotografies o imatges, reflexionar sobre situacions o temes concrets.
Pel desenvolupament de la tècnica cal tenir en compte les

orientacions següents:

- aconseguir que els participants reflexionin i interactuïn entre ells, facilitant aquest espai.
- Escoltar atentament tot el que diuen els participants amb la finalitat de poder analitzar el que succeeix dins del grup.
- Participar fent aclariments o animant sense imposar l'opinió i acceptant totes les opinions de la resta del grup.

L'objectiu de la tècnica no és elaborar una conclusió única sinó reconèixer quines són les conclusions que el grup considera millor pel tema tractat. Això permet que pugui ser transferit a altres situacions anàlogues.

SESSIÓ 2

1. Benvinguda
2. Metodologia de les sessions a l'EFF:
 - Procés de captació de famílies
 - Estructura de les sessions
 - Avaluació
3. Dinàmiques
4. Tancament

PROCÉS DE CAPTACIÓ DE FAMÍLIES

En la implementació del EFF, cal tenir molta cura en la planificació del procés. Tenint en compte que si cal la derivació de famílies per part d'altres professionals del territori s'ha de preveure un espai per la difusió del programa, del qual dependrà la captació i posterior derivació de les famílies.

Després de la recepció de les derivacions de les famílies es passa a fer les entrevistes d'informació i acollida de l'EFF. Aquestes les realitzen les professionals que seran les facilitadores del grup, i es valora en cada cas la conveniència de la presència del professional derivant en funció de les necessitats de la família.

Els objectius plantejats en les entrevistes són:

- Explicar el funcionament del programa.
- Clarificar expectatives i pors de les famílies vers l'EFF.
- Informar dels continguts que es treballaran fent incidència a les necessitats de cada família.
- Potenciar la seva motivació. Es poden tenir en compte algunes de les estratègies que proposa el model de l'entrevista motivacional, com poden ser:
 - reconèixer l'esforç
 - parafrasejar i clarificar dubtes
 - explicitar les discrepàncies
 - transmetre una visió optimista
- Explicitar la normativa bàsica que regeix l'EFF i signar la fulla de compromís de participació.

Com que es tracta d'un programa de caire experiencial és molt important la participació activa dins el grup, es fa molt necessari que les famílies participants estiguin motivades. Aquest aspecte s'ha de tenir en compte tant en el procés de captació de les famílies com en les entrevistes d'informació i acollida.

Alguns indicadors que ens poden ajudar a veure el nivell de motivació de la família són:

- La seva implicació activa en el pla de treball amb els professionals, demanant assessorament, seguint les orientacions, esdevenint part activa en el seu propi procés de canvi.
- Mostren consciència de problema i en algun moment de la

intervenció ha sorgit la demanda de rebre ajuda i assessorament vers l'educació dels fills.

- Verbalitzen estratègies per organitzar el seu quotidià per a poder participar a l'EFF.

ESTRUCTURA DE LES SESSIONS

L'Espai de Formació per famílies consta de 12 sessions. Aquestes es realitzen amb una periodicitat setmanal i tenen una durada de 2 hores. Abans d'iniciar la sessió s'ha contemplat un espai de preparació de la sala i del material necessari pel desenvolupament de cada sessió.

Al llarg de les sessions de l'EFF es treballen els següents temes:

1. Ens definim com a grup
2. Cohesionem el grup.
3. La família: agent educador i anàlisi del context familiar
4. Què i com sentim?
5. Comunicació.
6. Resolució de conflictes.
7. Normes i Límits.
8. Necessitats Físicobiològiques.
9. Vinculació afectiva, seguretat emocional i autoestima.
10. Aprenentatge i relació amb l'escola.
11. Interacció lúdica: activitat física, lleure i joc.
12. Tancament.

Tot i que hi ha una programació de contingut establerta, aquesta és flexible per poder atendre les demandes i necessitats del propi grup.

Pel que fa a la finalitat de les sessions, aquestes s'agrupen de la següent manera:

- Sessions de cohesió Grupal (1 i 2)
- Treball d'Habilitats Transversals (3,4,5 i 6)
- Sessions de Capacitació i habilitats Parentals (7,8,9,10 i 11)
- Sessió d'Avaluació (12)

Totes les sessions tenen una estructura marc comuna, la qual exposem a continuació:

- *Entrada, salutació i benvinguda als participants*: espai que permet als facilitadors observar el clima de grup, i per als participants és un

espai que fomenta la relació entre ells i alimenta la cohesió grupal i el vincle. La roda d'inici és un espai de molt valor per al propi desenvolupament de la sessió. S'ofereix a cada persona del grup un espai propi per poder compartir, si li ve de gust i/o ho necessita, com està, si hi ha hagut quelcom significatiu a nivell personal que vulgui aportar al grup i compartir-ho, mentre els altres companys i facilitadors resten en actitud d'escolta activa.

L'actitud d'escolta activa és una actitud que hem anat entrenant al llarg del procés grupal. Tot i que la roda d'inici és un dels espais on s'evidencia més aquesta actitud, hi ha altres espais de treball amb díades o tríades on també hem exercitat aquesta actitud d'escolta atenta vers l'altre, sense judici.

- *Minuts de centrament:* introduïm un petit exercici de relaxació amb la finalitat de portar l'atenció al present i deixar de banda momentàniament allò que no pertany a l'EFF. També és un espai d'autocura tant per als participants com per als facilitadors del grup. Aquest espai ha estat un espai pensat per portar l'atenció al present i al cos. Moltes de les persones amb les que hem treballat tenen dificultats per percebre les seves pròpies necessitats i les dels seus fills, per aquesta raó vam introduir aquest espai com una forma de parar atenció a com em sento i què necessito avui. Les consignes eren molt senzilles: He arribat al grup, estic assegut a la cadira, tanco els ulls, em centro en la meva respiració, observo com és el seu ritme (lent, ràpid), paro atenció a com el pes del meu cos damunt la cadira, paro atenció a si hi ha alguna part del cos que em fa mal, o que sento tensa, respiro, observo com estan les meves emocions (em sento trist, alegre, enfadat o angoixat, tinc por...), respiro..., en darrer lloc observo com estan els meus pensaments (estic pensant en el què he de fer quan surti d'aquí, hi ha algun pensament que es repeteix...) ho observo i respiro.... poc a poc, comencem a moure lentament les mans, continuem respirant i cadascun al seu ritme obre els ulls i torna a la sala. Després d'aquest espai de centrament sempre es deixa un espai de temps per si sorgeix algun aspecte que es vulgui compartir amb la resta del grup.
- *Repàs de la sessió anterior. Identificació de dificultats i dubtes:* Espai destinat a compartir els dubtes i les dificultats que sorgeixen de l'aplicació de les estratègies al seu quotidià, així com les millores aconseguides. Posem l'atenció en què fem i com ens sentim i també en aquelles coses que decidim no fer (per por, per inseguretats...)
- *Presentació de nous continguts de la sessió i introducció d'habilitats*

parentals associades a aquests. En aquest espai els facilitadors , a partir de la proposta de diferents dinàmiques, obrim un espai de reflexió sobre l'exercici de les capacitats parentals que permet a les famílies, a través de la pròpia experiència, incorporar nous coneixements i noves estratègies per abordar la tasca educativa dels fills.

La presentació d'aquests nous continguts es fa a través de propostes vivencials, de moviment, d'expressió plàstica, de dramatització etc... el que hem pretès ha estat fer sortir als pares i nosaltres mateixes de la zona de confort per poder facilitar als participants del grup l'apropament a situacions quotidianes des de noves perspectives.

Per exemple, en la sessió de resolució de conflictes, proposavem una situació de dramatització. El protagonista exposava la seva situació problema i la desenvolupava des del seu personatge. Alhora davant del grup, a " l'escenari" , hi havia tres personatges que tenien un paper amb el rol molt clar i marcat, sobre com havien de resoldre la situació problema que els hi plantejava la persona.

La resta del grup eren els observadors.

El rol escrit que vam facilitar als actors els situava en la polaritat del que normalment actuen en la seva vida ordinària. Aquest exercici de "role-playing" més elaborat ens va permetre treballar a nivell individual i en grup les dificultats, els sentiments i incomoditats, o el plaer de situar-se en relacions de més poder... aspectes que van aportar molta riquesa.

- *Resum idees claus a recordar.* Previ al tancament de la sessió es duu a terme conjuntament amb el grup una síntesi d'allò més significatiu de la sessió. Les idees claus es recullen en un document que es dóna a cada participant. Paral·lelament les famílies omplen el document "He après" on deixen constància els aprenentatges més significatius per a elles de cada sessió. En aquest espai, s'intenta que cada un dels participants del grup, expressi el que ha esdevingut figura al llarg de la sessió, convertint-se en un aprenentatge significatiu, o bé en un aspecte a explorar al llarg de la setmana. Sovint aquest aspecte que ha estat figura va lligat a una experiència vivencial que han tingut durant el grup o amb algun dels membres de la seva família, i el que fa el grup és fer de mirall a l'individu en aquest procés d'ampliació de consciència.
- *Comiat.* Tancament de la sessió amb el recull de la percepció emocional dels participants i dels facilitadors.

S'ha previst, paral·lelament al desenvolupament de les sessions, un espai d'atenció individual a demanda dels participants, en el cas en que al llarg

d'alguna sessió grupal es mobilitzin aspectes personals que no es volen abordar dins el grup.

AVALUACIÓ

El procés d'avaluació de l'Espai de Formació per Famílies ha estat present des del disseny de programa, s'ha dut a terme de manera continua i ha contemplat indicadors de procés i de resultat.

La informació per poder avaluar l'EFF es recull a través dels següents agents i fonts:

- **Participants**

- Qüestionari d'Avaluació final: es respon al finalitzar la darrera sessió. Es tracta d'un qüestionari on es demana l'avaluació de diversos aspectes relacionats amb el contingut, la durada, l'espai, el material, l'aplicació pràctica, el rol professional, el clima grupal, etc.
- Fitxes "He après": s'omple al finalitzar cada sessió. Els participants recullen els tres aspectes més significatius de la sessió.
- Dinàmica d'Avaluació Final: es realitza en el transcurs de la sessió de tancament. L'objectiu de la dinàmica és recollir els aspectes positius, els aspectes a millorar i què m'emporto de la participació a l'EFF. Aquesta dinàmica, en funció de les característiques del grup es pot realitzar a partir de targetes de colors o bé a través de exposició oral amb preguntes obertes.
- Sessió de treball Post-grup: 4 mesos després de la finalització del programa es reuneix de nou el grup. Es tracta d'una sessió de conversa dirigida on es posen en comú aspectes relacionats amb la incorporació en el seu quotidià algunes de les estratègies educatives presentades i entrenades al llarg de les sessions, els canvis vivenciats en el seu quotidià, la satisfacció amb el clima i dinàmica familiar, etc.

- **Professionals derivants**

- Devolutiva del seguiment de les famílies participants i impacte en els Plans de Millora: Finalitzat el programa es realitza una reunió entre els professionals derivants i les facilitadores del grup en la qual es comparteixen les observacions realitzades durant el procés grupal, així com si s'han observat millores en l'exercici del rol parental, en la relació professional-usuari i en el coneixement de les pròpies competències per part dels participants.

- **Facilitadores**

- Registre de les sessions: Al finalitzar cada sessió es registren els aspectes significatius que han sorgit en el grup.
- Comentaris dels participants: durant les sessions s'anoten textualment verbalitzacions dels participants que siguin rellevants per a l'avaluació del procés. Aquestes es poden donar en el transcurs d'una dinàmica o bé en espais més informals com les pauses.
- Auto-avaluació: Finalitzat el programa, les facilitadores duen a terme un procés de reflexió i avaluació del desenvolupament del grup i es recull en un document de conclusions i aspectes a millorar.

