

“AGRUPARTE”

PROYECTO DE INTERVENCIÓN GRUPAL Y COMUNITARIA
CMSS Universidad- Casablanca
Octubre 2018



Autores:

EVA SANCHO SUBÍAS
RAFAEL MARTINEZ ROY
ROCÍO MERCADAL MIRAMÓN
BRÍGIDA GALINDO CALMACHE
MARÍA VILLAREJO SABATER
RAQUEL SAZ MARCO
MERCEDES LAFUENTE GRACIA
ITZIAR CONDE ARCE

1.- PRESENTACIÓN

Este proyecto surge a raíz de la implantación del nuevo modelo de atención en los CMSS, en que se da una mayor relevancia a la intervención grupal y comunitaria respecto a la atención individual. Nos planteamos realizar *diversas intervenciones grupales y comunitarias* en la Unidad Básica de Servicios Sociales Universidad-Casablanca, una vez analizadas las necesidades detectadas y las peculiaridades de la zona. Nos basamos en la experiencia aportada por diferentes acciones grupales llevadas a cabo con éxito en otros CMSS: el Proyecto “Acompañándonos” del CMSS San Pablo y Magdalena, “PAF grupal” Arrabal, Taller de cocina “Comer bien es salud” y “Proyecto Seguimiento de grupos IAI” en las Fuentes.

Somos conscientes también de los cambios en la sociedad con respecto a los avances de género en cuanto a que el reparto de tareas del hogar y cuidados personales sea más igualitario. Pretendemos romper los estereotipos. En este sentido este proyecto es innovador al incluir en el rol de cuidador a los hombres, lo que contribuye a un aumento de la visibilización de estos perfiles en nuestra sociedad. También consideramos que debido al desconocimiento de otras personas que pertenecen a otras culturas, existen creencias muy estereotipadas unidas a diferentes colectivos que con este proyecto deseamos que desaparezcan, mediante el conocimiento de las personas de forma individual o a través del grupo de trabajo.

Partimos de necesidades detectadas en los dos barrios de referencia: por una parte personas que viven solas mayores y/o discapacitadas y que tienen un sentimiento subjetivo de soledad. Por otra parte, también, detectamos un perfil de hombres y mujeres con escasa formación y en desempleo o en empleos precarios con necesidad de inserción socio-laboral, pero con capacidad de desarrollo personal.

Este proyecto se realizará paralelamente en los dos CMSS Universidad y Casablanca, ya que pertenecen a la misma U.B.S.S. (Unidad de Base de Servicios Sociales, a partir de ahora), participando profesionales de los dos programas, el de Prevención e Inserción y el de Autonomía y Cuidados.

Además se ha enriquecido con las aportaciones de los profesionales con los que trabajamos en red: trabajadoras sociales de los Centros de salud, de Cáritas, de Domus VI y de Tele-asistencia, que han contribuido a la detección de participantes. También colaborará la Residencia Romareda.

2.- DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El Proyecto “Agruparte” tiene como principales metas: la de minimizar el sentimiento de soledad en personas mayores y o dependientes y la de potenciar las habilidades comunicativas, formativas y de inserción laboral de personas en riesgo de exclusión; mediante la interacción de los diferentes colectivos, el primero con una necesidad de formación e inserción laboral y el segundo con sentimiento de soledad y aislamiento. Se trata de formar a personas para realizar tareas de acompañamiento a ancianos y/o discapacitados. Esta actividad permitirá intervenir de forma grupal en el desarrollo personal de hombres y mujeres, y contribuir a paliar situaciones de soledad de los ancianos.

Mediante el trabajo en grupo, paralelo a la formación, se potenciarán de forma individual las habilidades básicas y de comunicación de cada persona, obteniendo así simultáneamente, el enriquecimiento que supone ser aceptado e integrarse en un grupo de iguales, con el beneficio que esto supone para cada persona.

3.- JUSTIFICACIÓN

Las ciudades, los pueblos, los barrios en los que vivimos son mucho más que el espacio donde se desarrolla nuestra vida cotidiana, nuestros barrios tienen una identidad propia que nosotr@s en cuanto habitantes y sujetos activ@s en nuestro entorno contribuimos a crear.

El énfasis no hay que ponerlo tanto en el espacio urbano como tal, sino en las relaciones comunitarias de vecindad, que son capaces de producir y reproducir nuestras formas, estilos y condiciones de vida; así nuestra identidad se configura también desde el *barrio como espacio de relación*.

4.- ANÁLISIS DE NECESIDADES Y GRUPOS DIANA

Una vez analizadas las características y necesidades de la población del barrio, hemos detectado dos grupos diana, en los que poder intervenir y que pasamos a desarrollar a continuación:

Acompañantes:

Unidades familiares monoparentales, con cargas familiares, unipersonales, y con empleo en economía sumergida/sobre empleo y en las que se observa importante nº casos violencia de género y fenómeno migratorio/reagrupación familiar, así como familias inmigrantes con una estructura familiar donde se prioriza empleo varón, ellas residualmente empleos sin Seguridad Social, sin promoción... Son las invisibles y/o no visibilizadas. Además de unidades familiares con dificultades de inserción laboral que tienen en común la motivación y sensibilidad para trabajar con personas mayores y/o discapacitadas, así como personas solas, con pérdida de vínculos, sin red de apoyo, con carencias importantes (socio-sanitarias, socio-laborales y discapacidades disfuncionales).

Perfil

Hombres y mujeres:

- Mayores de 18 y menores de 65.
- Inmigrantes de diferentes culturas y minorías étnicas.
- Con capacidad de comunicación.
- Con potencialidades por desarrollar.
- Con afinidad para relacionarse con las personas mayores.
- Con escasa formación.
- Con dificultades para acceder al mercado laboral.
- Sin actividad laboral remunerada o con contratos en precario.
- Personas con escasa red familiar y social y con necesidad de relacionarse.

Acompañados:

Ancianos o discapacitados que viven solos, con carencia de red socio-familiar y vecinal, y también de aquellos que aun existiendo, no constituye un apoyo efectivo:

- Con sentimiento subjetivo de soledad, con independencia de que sean o no usuarias de algún recurso público.
- En los que se haya detectado a través de los servicios municipales u otras entidades colaborativas riesgo de vulnerabilidad.

5.- OBJETIVOS GENERALES, ESPECÍFICOS, OPERATIVOS Y TRANSVERSALES

OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO:

- 1º. Empoderar a personas provenientes de colectivos en riesgo de exclusión social, promoviendo estrategias personales, emocionales y educativas que ayuden en la construcción de su proyecto vital.
- 2º. Favorecer la cohesión, formación y la inclusión socio-laboral con acciones que contribuyan a su calidad de vida en la comunidad en la que viven.
- 3º. Posibilitar la colaboración entre personas con una capacitación laboral previa y personas mayores solas, para contribuir a la disminución de su sentimiento de soledad.
- 4º. Contribuir a erradicar estereotipos culturales, educativos y de género, fomentando la interacción de los participantes en el proyecto dentro de una convivencia social positiva.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

FASE 1

- 1.- Posibilitar el conocimiento mutuo entre los participantes y promover un clima de confianza y participación mediante un lenguaje positivo.
- 2.- Incremento de la autoestima, empatía, autonomía personal y la capacidad individual para enfrentarse a las relaciones, situaciones y problemas personales y familiares.
- 3.- Favorecer que las familias puedan desarrollar el potencial individual de cada uno de sus miembros y el del grupo familiar en su conjunto, para desempeñar roles familiares adecuados, basados en la corresponsabilidad y coeducación.
- 4.- Implementar hábitos responsables de consumo, economía doméstica y cuidado del medio ambiente.
- 5.- Fomentar hábitos saludables como alimentación sana, ejercicio y cuidado personal en su vida cotidiana. Mejorar su salud física y psicológica.
- 6.- Adquirir técnicas que mejoren sus habilidades personales y sociales y la resolución de conflictos.

- 7.- Implicar a los participantes en las dinámicas y el conocimiento de las necesidades socio-laborales; definir sus objetivos profesionales y áreas de interés estimulando su participación.
- 8.- Conocer y aprender a utilizar los recursos socio-laborales y las técnicas actuales en la Búsqueda Activa de Empleo (B.A.E.).

OBJETIVOS TRANSVERSALES:

- 1.- Concienciar sobre la trascendencia de las personas como motor de cambio.
- 2.- Educar en la importancia de formar parte de una manera activa en la sociedad en la que vivimos.
- 3.- Fomentar el diálogo y la tolerancia entre los participantes, reducir los prejuicios culturales, inter-generacionales, de género, etc.
- 4.- Aumentar las relaciones interpersonales que permitan un mayor intercambio de experiencias y apoyo mutuo.

OBJETIVOS OPERATIVOS:

Se especifican en cada una de las sesiones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

FASE 2

- 1.- Motivar y formar para la tarea de acompañar.
- 2.- Dar a conocer los aspectos sociológicos de la tercera edad. Concienciar de la vejez como parte natural del ciclo vital del ser humano.
- 3.- Formar sobre la salud física de los mayores, sus posibles patologías, hábitos más adecuados de higiene y alimentación, la necesidad de tener redes sociales efectivas y cómo actuar ante una posible urgencia.
- 4.- Formar e informar sobre la salud emocional y psicológica de los mayores. Dar a conocer las diferentes técnicas de comunicación.
- 5.- Dar a conocer los diferentes recursos e instituciones que hay en la ciudad para los mayores.
- 6.- Realizar con los acompañantes tareas de seguimiento y supervisión de la tarea. Acompañando en el proceso previo a su posible inserción laboral.
- 7.- Acoger los temas propuestos por los acompañantes, facilitándoles el asesoramiento y formación para su gestión personal.

6.- METODOLOGÍA:

MÉTODOS Y TÉCNICAS según “grupos diana”

El fundamento teórico del proyecto es doble. Por un lado se basa en el grupo como espacio para provocar la reflexión que inicie un proceso de cambio, estimulando el aprendizaje significativo, partiendo de las necesidades reales para después contrastarlas y cuestionarlas utilizando diversos medios: preguntas, debate, medios audiovisuales, “role playing”, dinámicas de grupo, etc... Esto se realiza con el fin de que sean los propios participantes los que elaboren sus propias conclusiones y sus propios análisis. Para ello utilizamos supuestos prácticos o situaciones de la vida diaria que les pueden resultar próximas. Todo esto favorece la interiorización de pautas de conducta, valores y hábitos de una forma “espontánea”.

En segundo lugar, el proyecto se basa en la recreación y potenciación de las redes sociales de los participantes en el mismo, de manera que se favorezca el apoyo mutuo en un sentido amplio, esto es, dentro del grupo de los acompañantes potenciales, dentro del grupo de personas mayores y entre ambos grupos.

Planteamos un itinerario de seguimiento grupal, como proceso, con varias fases, comenzando por participar en el taller “Visualizarte” (1ª fase del Proyecto AGRUPARTE), que realizarán todas los/as candidatos seleccionados, y que se implementará en dos subgrupos de unas 15 personas cada uno. Taller que conducirían las Trabajadoras Sociales asignadas al PPI de cada barrio, en colaboración con el resto de profesionales de dicho programa (psicóloga, educador familiar...). Asimismo, también se diseñará el taller “Acompañándonos” (2ª fase del proyecto AGRUPARTE), que será conducido por una de las Trabajadoras Sociales del PAC y Educador familiar, en colaboración con los profesionales del PPI. En ambas fases contaremos con la colaboración de distintos profesionales de la red comunitaria (salud, educación, empleo, residencia Romareda...). Mencionar también, a los respectivos Centros Cívicos de Universidad y Casablanca, por su cooperación en lo referente a las instalaciones y medios audiovisuales donde desarrollaremos las sesiones grupales.

(* PPI= Programa de Prevención e Inclusión y PAC= Programa Autonomía y Cuidados).

El proyecto “AGRUPARTE” beneficiará al menos a 75 personas, 30 de ellas serán acompañantes y 45 acompañados/as.

Nos ayudaremos de las dinámicas de grupo que suponen una metodología activa- participativa, apoyándonos en el cuerpo teórico. Para ello, nos nutriremos de Métodos de casos individual, grupal y proyectos sociales. Utilizaremos conceptos cotidianos, presentaciones multi-media atractivas, debates, ejemplos, etc.

En ambas fases, se plantea un grupo abierto, con pauta consensuada de incorporación hasta la 3ª sesión, planteando cubrir posibles bajas iniciales que se puedan producir.

La Calendarización del **Proyecto “AGRUPARTE”** quedaría del modo siguiente:

- El inicio y finalización de la actividad (1ª fase “VISUALIZARTE”): de **18 Octubre al 21 de Diciembre 2018**.
- Fase Intermedia o de evaluación de 1ª fase y selección de los participantes en la 2ª fase (“ACOMPAÑÁNDONOS”): **3ª semana de Enero 2019**.
- Inicio y finalización de la actividad (2ª fase “ACOMPAÑÁNDONOS”): **3ª semana de Enero 2019** (semana de formación intensiva de los participantes de “Acompañándonos”) y práctica de acompañamiento **hasta final de Mayo 2019**.
- Evaluación final y publicación de los resultados: **Junio/Julio 2019**.

1ª Fase del proyecto: “VISUALIZARTE”

En la **1ª fase** (“Visualizarte”), se establecen **9 sesiones de 2 horas 30 minutos** de duración, cada una (de 10-12,30 horas), con **periodicidad semanal** (jueves en Casablanca y viernes en Universidad), **con dos partes diferenciadas** en cada sesión:

Cada sesión de la 1ª fase (“Visualizarte) contará de varias partes:

1ª PARTE:

- APERTURA GRUPO, viendo quién está, quien no; compartiendo alguna información importante que haya quedado pendiente de sesión anterior y que queramos que los demás conozcan.
- RELAJACIÓN
- EXPOSICIÓN CONTENIDOS TEÓRICOS: TEMA A TRATAR EN LA SESIÓN, con colaboraciones de expertos o personas que puedan acudir a sesión.

2ª PARTE

- 1.- EJERCICIOS PRÁCTICOS, DINÁMICAS GRUPALES, lecturas y entrega de material; cuenta-cuentos, fragmentos de películas relacionadas...
- 2.- EVALUACIÓN FINAL DE LA SESIÓN solicitando una palabra o frase que refleje lo más significativo de cada sesión, cumplimentando cuestionario de evaluación.

LOS CONTENIDOS Y FECHAS A DESARROLLAR EN LA 1ª FASE DEL PROYECTO (“VISUALIZARTE”) SERÁN:

- **SESIÓN 1.- “CONOCIÉNDONOS”:** QUIEN SOY YO; MI PAIS, MIS RECUERDOS, DE DONDE VENGO, AUTOCONOCIMIENTO, A DÓNDE VOY, MI MOMENTO VITAL, MI HISTORIA, violencia de género... **(18 y 19 de Octubre de 2018, en Casablanca y Universidad, respectivamente).**
- **SESIÓN 2.- “RELACIONÁNDONOS”:** MODELOS FAMILIARES, RED SOCIAL Y YO, NUESTROS HIJOS, SIEMPRE AHI... **(25 y 26 de Octubre de 2018, en Casablanca y Universidad, respectivamente).**
- **SESIÓN 3.- “NUESTRA CASA, NUESTRO HOGAR”:** Consumo responsable. Uso responsable de suministros. Hábitos de ahorro. Economía doméstica. Influencia de la publicidad. Actitud crítica, aprender a ver anuncios. Pensamos antes de elección de vivienda (alquiler o compra), búsqueda de alternativas; adaptación a la situación económica y personal; gastos derivados de la vivienda, equipamiento básico, suministros y eficiencia energética. **(31 octubre de 2018, para ambos CMSS).**
- **SESIÓN 4.- “MI SALUD”:** ¿CUÁNDO ME TOCA A MI?, IMAGEN PERSONAL, ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES, ALIMENTACIÓN Y ENFERMEDAD... **(8 y 9 de Noviembre de 2018 en Casablanca y Universidad respectivamente).**
- **SESIÓN 5.- “RECONSTRUYÉNDONOS”:** RECALCULANDO MI “MAPA DE RUTA”: BALANCE, MI REALIDAD, MI DESEO, Y... ¿AHORA QUÉ?: HABILIDADES SOCIALES (COMUNICACIÓN, ASERTIVIDAD, GESTIÓN DE CONFLICTOS...) **(15 y 16 de Noviembre de 2018, en Casablanca y Universidad, respectivamente).**
- **SESIÓN 6. MIS POSIBILIDADES EN EL MERCADO LABORAL:** MEJORAR MI SITUACIÓN (MOTIVACIÓN PARA EL EMPLEO/ FORMACIÓN, ÁREAS DE INTERÉS, DEFINICIÓN DE OBJETIVOS PROFESIONALES...). **(22 y 23 de Noviembre de 2018, en Casablanca y Universidad, respectivamente)**
- **SESIÓN 7. BUSCO TRABAJO Y ME DEJO ASESORAR:** ELABORAR MI CURRICULUM VITAE, HERRAMIENTAS Y RECURSOS PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO, ESPECIAL MENCIÓN A LA ENTREVISTA. **(29 y 30 Noviembre de 2018, en Casablanca y Universidad, respectivamente).**
- **SESIÓN 8. ACTIVIDAD DE FIN DEL GRUPO.** Conjunta para Universidad y Casablanca, **(14 de Diciembre de 2018).**
- **SESIÓN 9. EVALUACIÓN Y CIERRE DEL GRUPO** Conjunta para Universidad y Casablanca, **(21 de Diciembre de 2018).**

2ª Fase del proyecto: “ACOMPAÑÁNDONOS”

La segunda fase del Proyecto Agruparte es la fase del “Acompañándonos”, que comenzará la 3ª semana de enero 2019, con 5 sesiones de formación intensiva (todos los días de la semana) para la tarea del acompañamiento.

LOS CONTENIDOS A DESARROLLAR EN esta 2ª FASE DEL PROYECTO (“Acompañándonos”) SERÁN:

DÍA 1:

- Presentación de los participantes/coordinadores.
- Explicación del Proyecto Acompañándonos.
- ¿Cuál va a ser la tarea?
- Dinámicas de motivación para la tarea.

DÍA 2:

- Aspectos sociológicos de la tercera edad.
- Personas mayores de nuestro entorno, el lugar de la vejez en la sociedad, ciclo vital, la soledad, el duelo, la muerte, la necesidad de redes y la vejez como periodo positivo en la vida.

Realizan la sesión: Algún profesional especialista en estos temas y uno de los coordinadores del proyecto como presentador-introductor-observador.

DÍA 3:

- Sobre la salud física de los mayores, enfermedades más frecuentes, higiene, la alimentación, cómo actuar ante determinadas situaciones...
- Visita para conocimiento de la residencia de Romareda.

Realizan la sesión: Algún profesional de la residencia especialista en el tema y uno de los coordinadores.

DÍA 4:

- Sobre la salud emocional y psicológica de los mayores.
- Visita a algún recurso de mayores de la zona (Centro Mayores u otros).

Realizan la sesión: La Psicóloga del CMSS Universidad-Casablanca / especialista de la residencia o Centro de Salud y uno de los coordinadores.

DÍA 5:

¿Qué vamos a hacer? ¿Cómo van a ser los acompañamientos?

- Organización de la tarea con cada acompañante, les damos una hoja con sus horarios, acompañante, direcciones, teléfonos.
- Explicación de la tarea de acompañamiento, resolución de dudas, acogimiento de inquietudes,

miedos, etc...

- Visualización del vídeo Proyecto Acompañándonos.
- Dinámica / juego de motivación /refuerzo.
- Dar información de forma personalizada sobre la persona que van a acompañar.

El posible contenido a desarrollar a partir de las sesiones de acompañamientos supervisados (a partir del 4 de febrero de 2019):

Día 6 - Visita a recursos de ancianos del barrio (residencia, centro de día...).

Día 7 - Técnicas de ocupación del tiempo libre con ancianos.

Día 8 - Sesión de supervisión de las presentaciones de los participantes a los acompañados.

Día 9 - La relación de acompañamiento ¿Qué podemos aportar? Conceptos de confidencialidad, responsabilidad, respeto.

Día10 - Salud emocional “Les cuidamos nos cuidamos“.

Día 11 - Sesión de supervisión.

Día12 - Educación para la salud: prevención y cuidados básicos. Sexualidad y planificación familiar.

Día 13 - Sesión de Supervisión.

Día14 - Salud emocional Autoestima, auto-concepto.

Día 15 - Sesión de Supervisión.

Día 16 - Las relaciones y los prejuicios. Las relaciones positivas. Material audiovisual de la Casa de las Cultura.

Día 17 - Sesión de Supervisión.

Día 18 - La comunicación Verbal/no verbal. Estilos de comunicación agresivo, pasivo, asertivo.

Día 19 - Sesión de Supervisión.

Día 20 - La violencia de género. El proceso del maltrato, la prevención.

Día 21 - Sesión de Supervisión.

Día 22 - Visita a la Casa de la Mujer.

Día 23 - Sesión de Supervisión.

Día 24 - Habilidades marentales y parentales.

Día 25 - Sesión de Supervisión.

Día 26 - Evaluación.

Metodología de la fase 2 ACOMPAÑÁNDONOS.

Se pretende que las sesiones formativas sean dirigidas a dos aspectos:

1 - Formación práctica del sector al que se dirija:

Para mayores: conocimiento de sus necesidades, la salud, la comunicación, el ocio, etc. Otros contenidos relacionados con la problemática de la violencia de género y con habilidades para manejarse con las administraciones públicas y realizar trámites.

2- Formación socio-educativa y de desarrollo personal.

La intervención se realizará a través del trabajo grupal con 15 personas.

También se realizará un **seguimiento** de las personas acompañadas para evaluar su nivel de satisfacción con las acompañantes y con el proyecto.

Se favorecerá que los acompañamientos tengan un **carácter bidireccional** y sirvan tanto para acompañantes como para acompañados/as como cauce de expresión y comunicación.

Organización de la tarea de la fase 2 ACOMPAÑÁNDONOS

Todas las personas participantes realizarán 10 horas semanales de dedicación, durante alrededor de 5 meses. Cuatro días se realizarán acompañamientos y el quinto día vendrán al CMSS para la sesión de formación y supervisión en horario de 9:30 a 11:30. El horario de los acompañamientos se fijará en función de los intereses de los acompañados y los/ las acompañantes.

Existe la posibilidad de realizar acompañamientos en residencias u otros lugares que se estimen convenientes, en estas ocasiones los acompañamientos podrán ser en grupo con varios/as acompañantes y varios acompañados.

Calendarización de la fase 2 ACOMPAÑÁNDONOS :

El calendario sería el siguiente:

1er período: Una semana intensiva (del 14 de enero al 18 enero en las que habría sesiones formativas de lunes a viernes).

2º Período: Las semanas del 21 enero hasta el 2 de febrero se realizarán las visitas domiciliarias para presentar a cada participante en el grupo a las personas que va a acompañar. El viernes 25 de enero será el primer día con una sesión de supervisión.

3er Período: A partir del 4 de febrero comenzará el funcionamiento normal del proyecto que se prevé hasta finales de mayo. Durante esta fase habrá 4 días de acompañamiento y 1 día (el viernes) dedicado a supervisión. Paralelamente, dos o tres semanas en el mes de mayo, de formación intensiva pre-laboral y tutorización, en la búsqueda de empleo.

4º Período: evaluación final y difusión de resultados, que se realizará una vez finalizado el proyecto (junio/julio 2019).

