

## Acompanyament sistèmic en infàncies i adolescències: prevenció del suïcidi i promoció de la salut

**DURADA:** 17,5 h

**DATA:** Dijous, 13, 20, 27 de febrer, i 6 i 13 de març

13 de febrer i 13 de març - presencial. La resta de sessions, en línia

**Horari:** de 16 a 19.30h

**FORMAT:** Semipresencial

**LLOC:** Delegació del CEESC a Girona i Aula virtual del CEESC

### INTRODUCCIÓ

La prevenció del suïcidi és un tema de vital importància en la nostra societat, especialment en el context de la infància i l'adolescència. Els adolescents es troben en una etapa crucial de desenvolupament emocional i social, on les influències de l'entorn, les dinàmiques familiars i les relacions amb iguals poden tenir un impacte significatiu en la seva salut mental. En aquest sentit, la intervenció dels educadors i les educadores socials esdevé essencial per identificar i abordar els factors de risc, així com per promoure un ambient de suport i comprensió.

Els educadors socials tenen un paper fonamental en la detecció de senyals d'alarma i en la creació d'espais segurs on els adolescents puguin expressar les seves emocions i inquietuds. Mitjançant un acompanyament sistèmic, aquests professionals poden contribuir a la millora del benestar emocional dels infants i els joves, ajudant-los a desenvolupar habilitats d'autoregulació i estratègies per afrontar situacions difícils.

A través d'aquesta formació es busca dotar els educadors i les educadores socials d'eines i coneixements que els permetin abordar la salut mental des d'una perspectiva integral. La formació inclourà tècniques per fomentar l'expressió emocional, identificar factors de risc i implementar estratègies de promoció de la salut mental, tot amb l'objectiu de crear un entorn que afavoreixi el benestar dels infants i adolescents i la seva comunitat.

### FORMADORA

**Carme Secilla Cabello**, educadora social amb enfoc sistèmic. Formada en pedagogia sistèmica i multidimensional, eneagrama, programació neurolingüística i

constel·lacions familiars i sistèmiques. 20 anys d'experiència a Serveis Socials, especialitzada en infància i adolescència, actualment treballant en un Equip d'Atenció Especialitzada d'Infància i Adolescència (EAIA).

## OBJECTIUS

### 1. Entendre la perspectiva sistèmica:

- Aprofundir en la teoria sistèmica i com aquesta s'aplica a les dinàmiques familiars i socials.
- Analitzar la influència de l'entorn en el desenvolupament emocional dels infants i adolescents.
- Analitzar la influència de la família com a agent socialitzador.

### 2. Desenvolupar habilitats per utilitzar eines projectives:

- Conèixer i practicar tècniques projectives que permeten l'expressió emocional.
- Fomentar la creativitat i l'autoconeixement a través de dinàmiques artístiques.

### 3. Identificar factors de risc i senyals d'alarma:

- Reconèixer els signes d'alerta en el comportament i l'estat emocional dels infants i joves.
- Estudiar casos reals per aprendre a detectar comportaments preocupants.

### 4. Promoure el benestar físic i emocional:

- Comprendre la importància del cos en la gestió de l'ansietat i les emocions.
- Explorar tècniques corporals, somàtiques, eines projectives i narratives (escriptura, ball, música) com a recursos terapèutics.
- Promoure l'educació emocional en el context escolar i comunitari.

### 5. Crear un espai de reflexió i intercanvi d'experiències:

- Facilitar la creació de xarxes de suport entre educadors i educadores socials.
- Fomentar la reflexió crítica sobre la seva pròpia pràctica professional.

## CONTINGUTS

### 1. Perspectiva sistèmica en la intervenció socioeducativa:

- **Introducció a la teoria sistèmica:** Conceptes bàsics sobre dinàmiques familiars, patrons de comunicació i influències externes (escola, grups d'amics).

- **Aplicació en casos reals:** Discussió de casos on la perspectiva sistèmica ha ajudat a comprendre situacions complexes.
- 2. Eines projectives:**
- **Tècniques projectives:** Descripció i pràctica de tècniques com dibuixos (dibuix de la família), narracions (contes sobre emocions), i jocs de rol.
  - **Anàlisi de resultats:** Com interpretar les respostes i expressions creatives dels infants i adolescents.
- 3. Prevenció del suïcidi:**
- **Factors de risc:** Identificació de factors com l'isolament, l'assetjament escolar, o problemes familiars.
  - **Estratègies de detecció:** Mètodes per fer preguntes adequades i crear un entorn segur per parlar de sentiments i emocions
  - **Recursos:** Coneixement de serveis d'ajuda i suport a nivell local i nacional.
- 4. Promoció de la salut mental:**
- **Tècniques de relaxació:** Introducció a pràctiques de respiració, meditació i relaxació que els educadors poden ensenyar als adolescents.
  - **Activitats d'autocura:** Crear plans d'autocura personalitzats que els infants i adolescents poden seguir, incloent activitats físiques, artístiques i socials.
  - **Autocura i autoconeixement del professional:** Reflexionar sobre el fet que si el professional està bé, pot acompanyar molt millor.
- 5. Espai de reflexió i intercanvi:**
- **Dinàmiques grupals:** Activitats per fomentar la comunicació oberta i la creació d'un clima de confiança.
  - **Elaboració de recursos:** Desenvolupament conjunt de guies i recursos que puguin ser útils en el dia a dia dels educadors i educadores.

## SESSIONS

### Sessió 1: Presencial - Introducció a la perspectiva sistèmica

- Comprendre la teoria sistèmica i la seva aplicació a les dinàmiques familiars.
- Reconèixer la influència de l'entorn en el desenvolupament emocional dels infants i adolescents.

### Sessió 2: En línia - Eines projectives per a l'expressió emocional

- Conèixer tècniques projectives que fomenten l'expressió emocional.
- Desenvolupar la creativitat i l'autoconeixement dels infants i adolescents.
- Aprendre recursos per acompanyar en l'expressió del dolor emocional.

### **Sessió 3: En línia - Identificació de factors de risc i senyals d'alarma**

- Reconèixer els signes d'alerta en el comportament dels infants i adolescents.
- Estudiar casos reals per detectar comportaments preocupants.

### **Sessió 4: En línia - Promoció de la salut mental**

- Aprendre tècniques per millorar la salut mental dels infants i adolescents.
- Fomentar l'educació emocional en el context escolar i comunitari.
- Millorar l'autoconeixement i l'autoconsciència del professional en l'acompanyament.

### **Sessió 5: Presencial - Espai de reflexió i intercanvi d'experiències**

- Fomentar la reflexió crítica sobre la pràctica professional.
- Crear xarxes de suport entre educadors i educadores socials.
- Supervisar casos des de la mirada sistèmica.

## **METODOLOGIA**

### **Sessions teòriques:**

- **Presentacions interactives:** Utilització de presentacions amb suport visual i exemples pràctics per a una millor comprensió.
- **Debats dirigits:** Fomentar la participació activa dels assistents per compartir coneixements previs i experiències.

### **Tallers pràctics:**

- **Activitats experiencials:** Taller de dibuix emocional, creació de contes col·lectius, i representacions de casos.
- **Simulacions:** Role-playing per practicar la detecció de senyals d'alarma en situacions simulades.

### **Estudis de cas:**

- **Anàlisi de casos:** Estudi de situacions reals o fictícies per aplicar els coneixements adquirits i discutir possibles intervencions.

### **Debats i reflexions grupals:**

- **Sessions de feedback:** Espais per a la reflexió sobre les pràctiques, preocupacions i èxits en el treball amb adolescents.
- **Xarxes de suport:** Creació de grups de treball per mantenir el suport mutu i l'intercanvi d'experiències després de la formació.

**Avaluació contínua:**

- **Autoavaluació:** Instruments per a l'autoavaluació dels participants sobre les seves competències i aprenentatges.
- **Feedback de grup:** Espais per discutir els progressos i ajustar les estratègies d'acompanyament segons les necessitats dels infants i joves.