

Àmbit d'execució penal

Ajut a la investigació 2016

Avaluació i validació del Programa Mirall

**per a l'abordatge de la violència en
l'àmbit familiar de joves infractors**

ANNEX 2a PART

2018

Avaluació i validació del Programa Mirall

**per a l'abordatge de la violència en
l'àmbit familiar de joves infractors**

ANNEX 2a PART

El Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada ha editat aquesta recerca respectant el text original dels autors, que en són responsables de la correcció lingüística.

Les idees i opinions expressades en la recerca són de responsabilitat exclusiva dels autors, i no s'identifiquen necessàriament amb les del Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada.

Avís legal



Aquesta obra està subjecta a una llicència de [Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 No adaptada de Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca) el text complet de la qual es troba disponible a <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>

Així doncs, es permet la reproducció, la distribució i la comunicació pública del material, sempre que se citi l'autoria del material i el Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada (Departament de Justícia) i no se'n faci un ús comercial ni es transformi per generar obra derivada.

Contingut

1. Anàlisi de les respostes als qüestionaris de valoració externa qualificada del programa.....	4
2. Aspectes i suggeriments del grup d'experts extern, incorporats al programa.....	9
3. Buidatge i anàlisi dels diaris de sessions del programa MIRALL.....	11
4. Valoracions dels <i>trainers</i> de la implementació de les sessions.....	24
5. Història de vida del monitor MIRALL.....	27
6. Programa de formació per a monitors MIRALL.....	30
7. Fitxa de derivació al Programa Mirall.....	62
8. Document de compromís de participació.....	64
9. Certificat de participació.....	65

1. Anàlisi de les respostes als qüestionaris de valoració externa qualificada del programa

Vàrem enviar el programa a diferents experts (comandaments, investigadors, professors universitaris, directius de programes, i ex comandaments), en matèria de violència familiar, justícia juvenil, metodologia i recerca, amb 6 preguntes per tal que cadascun d'ells poguessin avaluar-lo. D'aquesta forma, mitjançant el judici crític de professionals que provenen de diferents disciplines, entenem que donem major fortalesa al disseny del programa. La observació i opinió d'experts heterogenis, externs al grup de recerca, permet una visió més àmplia i objectiva dels continguts del programa.

D'un total de **24** experts han enviat les seves opinions i/o suggereixes, 8 (33%), d'ells. Aquestes respostes estan expressades de dos formes: en primer lloc, puntuen de l'1 al 10 sobre la pregunta o qüestió a analitzar. En segon lloc, de forma oberta, expliquen les seves opinions en quant a la pregunta en qüestió.

1. Considereu adequat el Programa Mirall per reduir la presència de conductes violentes dels joves dins de l'àmbit familiar?

Del total de 8 jutges, cinc puntuen amb un 9, dos d'ells amb un 8 i un amb un 7. Es a dir, podem concloure que tots ells pensen que el programa Mirall és adequat per reduir les conductes violentes en els joves en l'àmbit familiar. Algunes opinions de tots ells diferenciant entre punts forts i aspectes a millorar, serien:

Punts forts o avantatges:

- Tant l'estructura de les sessions com els continguts treballats, es valoren adients i orientats a tractar les conductes problema.
- És interessant que el programa es porti a terme en el marc d'una mesura judicial, en un moment especialment important per al jove i la família.
- És valora positivament la estructuració del programa, la base teòrica, les dinàmiques plantejades i les diferents tècniques.

- La incorporació d'un model d'afrontament com a aspecte positiu

Aspectes crítics o a millorar:

- Potser es troben a faltar algunes justificacions sobre el perquè d'algunes de les sessions
- També es troben a faltar algunes referències teòriques sobre el modelatge social.

2. Com valoreu la participació d'un adult ex-penat i format específicament com a monitor dins del programa ?

En quant a aquesta pregunta, dos experts la puntuen amb un 10, cinc d'ells puntuen un 9 i un últim la puntua amb un 3.

Punts forts o avantatges:

- Aquest aspecte del programa es valora molt positivament en general per la majoria de jutges
- La idea de oferir una formació específica per aquesta figura com a estratègia per tenir un bon control de la seva participació.
- Un model d'afrontament degudament seleccionat i entrenat com a element afavoridor de la recuperació i el canvi en el jove.
- Monitor mirall com a element motivador del jove i com a forma d'acostament a ell i d'adherència al programa.

Aspectes crítics o a millorar:

- Es tracta d'un element del programa que hauria d'estar molt controlat per tal de no suposar un factor amb efectes iatrogènics en un moment evolutiu molt sensible del subjecte.
- Algun jutge pensa que no queda prou clar el paper del monitor mirall en algunes sessions.

3. Segons el contingut del programa, considereu que els temes proposats són els adequats per abordar el fenomen de la violència en l'àmbit familiar?

La puntuació d'aquesta pregunta està repartida a parts iguals en 7, 8, 9 i 10. Es a dir, en general valoren positivament els temes proposats per abordar el fenomen de la violència familiar.

Punts forts o avantatges:

- La relació entre el marc teòric subjacent i els temes triats, és coherent.
- Utilització de temes provinents d'altres programes ja validats.

Aspectes crítics o a millorar:

- Potenciar el treball de reconeixement de les emocions pròpies i alienes.
- Temes adequats però poc temps per ser treballats. Es suggereix la incorporació de mòduls de suport o treball individual.
- Es troba a faltar més justificació teòrica sobre el perquè de la tria d'aquests temes i no d'altres.

4. Els instruments i la metodologia d'avaluació emprats us semblen adequats per conèixer l'eficàcia del programa?

En quant a aquesta pregunta, nou jutges la puntuen amb un 9, tres amb un 8 i un jutge la puntuen amb un 7. Tornem a trobar aquí també un gran acord sobre l'adequació dels instruments i metodologia d'avaluació del programa.

Punts forts o avantatges:

- Pràctica basada en la investigació com a aspecte molt positiu
- Combinació de dades objectives i subjectives dels participants i professionals
- Diferents fonts d'informació i mètodes per obtenir aquesta informació.

Aspectes crítics o a millorar:

- Donar més importància a la valoració que fan els pares dels canvis produïts en el fill

- Completar l'avaluació amb rèpliques del programa en altres territoris.

5. Les activitats i exercicis proposats a cada sessió del programa creieu que són adequades als perfils i edats dels joves?

En aquesta pregunta, cinc jutges la puntuen amb un 9, dos jutges amb un 8 i un últim jutge la puntuava amb un 7. En general, per tant, podem dir que els jutges opinen que els exercicis i activitats proposats són adequats als perfils i edats dels joves.

Punts forts o avantatges:

- La estructura de les sessions amb el recordatori inicial i la comprensió al final per tal de facilitar l'atenció i reforçar l'aprenentatge.
- L'ús del facebook
- La utilització de mitjans audiovisuals i noves tecnologies

Aspectes crítics o a millorar:

- Potser faltarien alguns exercicis sobre temes concrets.
- Revisar amb els propis joves la conveniència o no dels exercicis
- Preparació de molts exercicis i activitats diferents per adequar-los a les característiques dels grups.

6. Per últim, indiquen de la totalitat del Programa Mirall aquells aspectes que us resultin destacables i aquells que en la vostra opinió siguin millorables.

En aquesta pregunta, els jutges contesten de manera oberta sobre aspectes forts i millorables del programa. En resum, això és el que opinen:

Aspectes destacables:

- Els temes que es treballen al llarg del programa són molt adients.
- Els recursos tècnics: vídeos, facebook, qüestionaris...
- El contracte terapèutic.
- La justificació i estructuració de les sessions.

- Els reforços – premis per als joves.
- La participació en paral·lel dels pares en el programa Límits.
- L'acció d'acompanyament, suport i control del TMO en el programa
- Dirigit a diverses necessitats criminògenes
- Vincula investigació-acció
- La figura del monitor Mirall com a model d'afrontament
- La existència d'una sessió conjunta entre pares i fills al final del programa

Aspectes millorables:

- Sessions massa denses.
- Ajustar més el programa en la intervenció individual al nivell de risc de reincidència de cada jove.
- No es troben al programa criteris d'exclusió dels joves, com ara salut mental, problemes culturals o d'idioma, etc.
- No queda prou clara la necessitat de preparació de tots els implicats (TMO, conductors, etc.)
- Potser caldria revisar a la baixa la durada de les sessions.
- Es troben a faltar més referències a aspectes psicològics i no tant pedagògics al llarg de la descripció i justificació del programa.

Altres aspectes que els jutges proposen anirien en la direcció de contemplar la possibilitat de incloure la perspectiva restaurativa al llarg del programa. La pràctica d'experiències restauratives en el cercle familiar en que ha tingut lloc el conflicte, poden complementar positivament la efectivitat d'aquests tipus de programes.

2. Aspectes i suggeriments del grup d'experts extern, incorporats al programa

Recull d'aportacions fetes pel grup d'experts externs incorporades al programa.

1. Replantejament de les sessions en les que participa el monitor MIRALL.

De l'assenyalament fet grup d'experts s'ha concretat la participació del monitor MIRALL a les sessions grupals: 1,2,4 i 10, corresponents als següents temes: identificació del problema, emocions, conductes i estadis del canvi¹.

2. Curs de formació per a monitors MIRALL.

Malgrat que des d'un principi ja es va tenir en compte aquesta formació, va ser a partir de les aportacions del grup d'experts que es va sistematitzar i elaborar un curs de formació per a monitors MIRALL, a fi de estructurar la formació per aquesta figura de suport al programa.

3. Adaptació i individualització dels continguts.

Diverses aportacions dels experts varen remarcar la necessitat d'individualitzar i adaptar els continguts del programa a les diferents realitats dels joves participants. En aquest sentit l'equip que ha elaborat el programa ha volgut assenyalar expressament la obertura i dinamisme del programa en funció de les necessitats detectades a cada grup i de les habilitats i experiència dels *trainers* que l'hagin d'implementar. Això vol dir que els exercicis i les dinàmiques proposades per cada sessió es pot veure alterada per les característiques dels participants i dels *trainers*.

4. Incorporació d'un "contracte terapèutic".

Malgrat que a les primeres edicions ja es va preveure utilitzar aquesta eina pedagògica per tal de treballar el compromís amb els joves, en edicions posteriors no es va ser tan disciplinat en la seva aplicació. A partir de les indicacions del grup d'experts extern s'ha volgut sistematitzar l'ús d'aquesta eina tot incloent el seu emplenament a la primera sessió individual del

¹ Ocasionalment podria intervenir en d'altres sessions a criteri dels *trainers*.

programa MIRALL². En aquest contracte es recull també la normativa de participació al programa.

5. Criteris d'exclusió.

Malgrat que des de l'inici del programa estava clar que calia establir uns criteris d'exclusió, per aquells joves que no tinguessin les condicions mínimes per poder seguir el programa, el grup d'experts extern va assenyalar que aquestes no quedaven recollides de forma prou visible i entenedora, per això en aquesta edició del programa s'ha inclòs una fitxa d'aplicació on queden recollits aquests criteris així com altres indicacions per la implementació del programa.

6. Inclusió de la perspectiva restaurativa en el programa.

No s'ha inclòs encara en el programa cap exercici ni actuació que reculli aquesta estratègia d'intervenció, malgrat que l'equip de recerca del programa MIRALL, ha valorat aquesta aportació de forma molt positiva i té la ferma voluntat d'incloure-la dins d'alguna de les sessions finals del programa.

² Veure annex 8.

3. Buidatge i anàlisi dels diaris de sessions del programa MIRALL

OBSERVACIONS DIARIS DE SESSIONS		
EDICIÓ 2014 (1)		
DATES REALITZACIÓ: JUNY 2014 - Juliol 2014 (dos sessions setmanals)		
NOMBRE DE MENORS ASSISTENTS: 8 (MIRALL) - (LÍMITS)		
TRAINERS: AIDA / ANGEL		
OBSERVADOR: FEDE		
MONITOR MIRALL: GERARDO		
SESSIÓ 1: "Entre tots identifiquem el problema"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 7		
EL qüestionari de "L'estrella del canvi – full d'autopercepció " ofereix dificultats en vocabulari com ara: "estereotipos" i preguntes com " Y si no lo entendemos, ¿qué hacemos? ¿Que son ideas irracionales?"	La tècnica de la troca de llana posa de manifest un complicat tapis que permet que, amb l'assentiment i complicitat de tots: "somos diferentes pero tenemos en común que hemos tenido problemas muy parecidos".	Gerardo com a monitor l'auxiliar es presentarà como a testimoni que fa poc ha estat vivint (en la jurisdicció d' adults) un procés de formació i canvi. Pregunta dirigida en diferents edicions al monitor Mirall: ¿Pero tú – pregunten els/les joves – vas con ellos o con nosotros? És un element a treballar amb el monitor mirall.Gerardo es canvia de seient i es trasllada a l'altra banda del cercle junt amb els joves i es canvia de seient mentre explica: "He pasado por una etapa de mi vida en la que no sabía manejar las situaciones y me las arreglaba con los puños...he tenido problemas hasta ser juzgado por violencia de género...teniendo que realizar un curso como el que ahora haceis vosotros. Al fnalizar el mismo asumí un compromiso de cambio ..."
Qüestionari de 25 ítems M. Segura; adaptació del CABS de Michelson	Canvi estratègic del monitor mirall en ser requerit pels menors respecte del seu rol i lloc dins del grup.	
SESSIÓ 2: "Les emocions"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 7		
Les activitats prescrites o que havien de fer cadascú a casa seva entre sessions no hi ha ningú que ho hagi fet o vulgui ensenyar-ho. Sabem posteriorment que dos menors ho han fet però que no n'han dit res en públic.	Un menor en un moment diu que "venir al curso son puntos positivos". Importància del seguiment i motivació del TMO cap al menor com a part del seu seguiment dios de la mesura que té imposada.	Sessió sense monitor Mirall
L'exercici del reconeixment d'emocion fet per parelles resulta meyns enriquidor per extreure el màxim de rendiment a la dinàmica grupal. L'exercici sobre la identificació de cares i emocions resulta massa llarg i poc clar, potser caldria canviar-les per smarticones o altres tipus de imatges.	L'exercici de Role Playing dona bastant de si i serveix per relaxar l'ambient del grup, està be fer-ho al final de la sessió.	
L'exercici del còmic no l'entenen.	Compta amb que siguin exercicis repetits per a menors que han estat en centres.	
Canvis en l'equip que dinamitza trainers el grup degut a incidències.		

SESSIÓ 3: "Pensaments"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 6**

Tampoc han fet els "deures" que s'havien proposat a la sessió anterior.

Intervé un altre monitor Mirall, Oscar. Sembla que té poca incidència al grup.

Poca participació dels joves, dificultats per motivar la intervenció dels menors.
Introducció de dinàmiques no previstes.

Canvi del monitor mirall.

SESSIÓ 4: "Les conductes"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 4**

Incorporació de nous joves al grup.

Bona acceptació del questionari Violència Autoinformada del programa Central Terapèutica de la comunidad de Madrid i que sigui al mateix temps material de treball individual amb el TMO respectiu.

Sessió sense monitor Mirall.

La introducció de nous menors serveix per fer un repàs dels conceptes treballats a les sessions anteriors.

SESSIÓ 5: "Desenvolupament moral i necessitat de les normes"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 7**

Dirigir-se al menor abodant directament un tema personal (creences religioses).

Utilització de preguntes generals per anar en grup a conceptes concrets.

Sessió sense monitor Mirall.

SESSIÓ 6: "Esteriotips de gènere i estils de relació familiar"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
L'exercici de relaxació grupal no funciona, no hi ha implicació suficient per part dels menors.	L'activitat "perquè vull ser home / dona?" genera molta participació i apareixen en les respostes dels menors molts elements relacionats amb estereotips de gènere.	Sessió sense monitor Mirall.
Debat poc conduït, tothom parla a l'hora. Incident entre dos menors, un llença un bolígraf a un altre. Desafia l'autoritat i no hi ha una resposta d'expulsió de la sessió, tot el contrari, la menor s'incorpora a la sessió després del descans de tot el grup.	Reflexió d'una menor: "Los celos son mortales porque si me entero que él se ha ido con otra 'la mato a ella' (no hace ninguna referencia a él, su novio)". Oportunitat de debat...per posar una hi ha molts exemples més...estereotips de la dona sobre ella mateixa.	
Activitat no programada dins de la sessió: Com a tasca o exercici es reparteix		
SESSIÓ 7: " Resolució de conflictes"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 7		
No funciona l'exercici improvisat de la darrera sessió.	Funionen les dinàmiques basades en exercicis audiovisuals donant lloc al debat i per tan a la reflexió dels participants.	Sense monitor Mirall.
SESSIÓ 8: " Els estadis del canvi"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 5		
	La presència del monitor Mirall estimula als joves a pensar, a comparar i a veure diferències i semblances entre la seva història de vida i la del monitor Mirall.	"Yo tengo 43 años y el cambio lo he realizado hace bien poco y el curso – como el que vosotros haceis me ha servido para poner en marcha dicho cambio a través de establecer si eres capaz de pedir perdón, de comenzar efectiva y realmente de nuevo". Identificació no només de situacions vitals utilitzant la violència sinó també en quan a la participació en tractaments grupals producte d'un denúncia i un procés judicial.
	Bona participació del grup en la "Dinàmica del Mirall", ajuda a repassar els conceptes treballats al llarg del programa.	

OBSERVACIONS DIARIS DE SESSIONS

EDICIÓ 2015 (1)

DATES REALITZACIÓ: Abril 2015 - Juny 2015

NOMBRE DE MENORS ASSISTENTS: 8 (MIRALL) - 13 adults (LIMITS)

TRAINERS: AIDA / SERGIO

OBSERVADOR: FEDE

MONITOR MIRALL: GERARDO

SESSIÓ 1: "Entre tots identifiquem el problema"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
	La presència d'un professional que aten víctimes com a conductor del grup suposa certes reticències. - Pero tú – inquiera Alba, - cómo es que estás acá en un grupo de agresores ? El conductor (psicòleg víctimes) diu: "comprender a la persona que ha sufrido como víctima es una de las mejores forma de ayudar al agresor-violento".	S'inicia la sessió amb la presentació del Monitor Mirall: "He pasado por una etapa de mi vida en la que no sabía manejar las situaciones y me las arreglaba con los puños...he tenido problemas hasta ser juzgado por violencia de género...teniendo que realizar un curso como el que ahora haceis vosotros. Al finalizar el mismo asumí un compromiso de cambio".
	Bon funcionament de la tècnica de la troca, dona lloc a lements d'identificació grupal.	Explicació per part del monitor Mirall del seu compromís de canvi després d'haver finalitzat el seu programa de tractament grupal. Una possible porta al canvi.....
	El fet de que Mirall i Limits s'executi el mateix dia i a la mateixa hora en llocs propers.	"Al principio, responde Gerardo, la culpa siempre parece de la otra parte, (ella era muy celosa) pero poco a poco descubres que tú también tienes parte de la culpa, de la responsabilidad, de la solución. Es importante poder estar relajado, a mi me resulta tranquilizador el ir a pescar.."

SESSIÓ 2: "Les emocions"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
Retornen tard del descans.	Salutació entre tots donant-nos la mà.	Sense monitor Mirall. Seria interessant compartir amb tots els participants un calendari de sessions i marcar a les que assistirà el monitor Mirall.
	L'absència del monitor Mirall és captada pel grup que demanen per la seva presència.La dinàmica de la cartera extraviada dona molt de joc.	
	Utilització d'aspectes no verbalas per treballar el conceptes treballats a la sessió (reconeixements d'emocions).	

SESSIÓ 3: "Pensaments"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
Es permet l'entrada d'un menor al grup que ningú té identificat. Una vegada dins i assegut se l'invita a sortir fora.	Es demana a un parell de menors si volen ser "delegats" del grup per tal de venir uns minuts abans a l'aula a preparar les taules, cadires i resta de material. Identificar als menors amb més dificultats d'integració al grup.	Missatge de reforçament al grup: "Me alegré al comenzar hoy la reunión ya que he visto que algunos que únicamente querían venir el primer día, no fallaron el segundo y están hoy acá. Eso nos refuerza y anima a todos. Han tomado la decisión inteligente y elegido el mejor camino prepararse juntos".
Retornen tard del descans.		Nivell de penetració en el grup: El vivo testimonio del penado y ex- convicto (monitor Mirall) sorprende y admira, y en cierta forma deja incluso afectados a todos.
Es fa entrega d'exercicis per fer entre sessions que no estan contemplats al programa inicial. Consisteixen en llegir 12 pàgines d'una historia ilustrada, LEJOS DE CASA.		Identificacions amb el monitor Mirall: Gerardo, dice "Quizá ni los mismos compañeros trainer lo saben -tan sereno y reposado sostiene- mi padre también maltrató a mi madre y por eso le odié. A lo que Eva completa "Mi padre ha estado en la cárcel. También maltrató a mi madre. Yo le odiaba"

SESSIÓ 4: "Les conductes"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 6		
En relació als deures improvisats de la setmana passada: " Aquel libro que nos diste es muy largo ...con venir al grupo está bien... pero hacer deberes ya es demasiado ".	Adrian y Victor han preparado en la 2ªplanta aula 2.0 la mesa y las sillas. En la sesión anterior el primero fue nombrado "delegado de curso MIRALL", y el segundo- aunque no fuera suplente, ha participado en la preparación del aula, reciben junto con el apretón de manos la primera felicitación de la tarde por su eficaz y responsable gestión.	Gerardo, reitera el agradecimiento inicial para Adrian y Victor han preparado el aula 2.0 disponiendo la mesa y las sillas. Pero felicita Alba por la sinceridad y seriedad con la que han contestado. Hace también extensiva su enhorabuena a todos los demás pero
Dificultats per ordenar, moderar el discurs dels menors.	Dar gracias a cada uno/a por su asistencia que beneficia a todos. Reconoce la ausencia y justificación de Hamza y observa que falta Tarik . Es una lástima no poder contar con su presencia. Reforçament positiu.	El vivo testimonio de Gerardo sorprende y quizás hasta admira; es vivo y directo- con elevada dosis de ' reality' para dejar afectados e impactados a los participantes.
El temps de descans es massa poc i sempre se'l salten.	Facebook: "Mirall Tarragona es un foro para opinar, hablar, compartir miradas, vídeos y reflexiones sobre cualquier tema que sea del interés común de sus miembros"	Gerardo continúa confesando, también él muy implicado - entre sereno y reposado - " mi padre fue maltratador de mi madre, yo de mi ex mujer pero debo confesaros que " a mí me beneficia mucho hablar con ustedes, me hace mucho bien salir de mí. Pero si alguien te quiere bien no te tratará mal de ninguna manera".
	Resulta evidente que cuanto 'mayor es la intensidad/ duración de la requerida preparación inmediata de cada sesión más alta es la probabilidad hay que salga de acuerdo con el objetivo.	
	Coincidència entre execució de Mirall amb els joves i Límits amb els progenitors. Alguno/ a quedan en la calle, junto a puerta de los SSTT a la espera que salgan sus madres y padres de la respectiva sesión LIMITS	

SESSIÓ 5: SESSIÓ 5: "Desenvolupament moral i necessitat de les normes"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 5		
Introduir als nois dins de la xarxa de l'espai jove muniuciapal dins del temps de la sessió.	Felicitaçió pública als menors que decideixen llegir en veu alta.	Sense monitor Mirall.
SESSIÓ 6: "Esteriotips de gènere i estils de relació familiar"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
Victor que pide si pude asistir a la sesión el amigo Manu para no dejarle en la calle. Al estar allí mismo presente, uno a uno van diciendo –inicialmente- que no les importa su presencia. Más tard diu Alba: sinceramente ahora no me siento cómoda hablando del tema delante de un desconocido (se refiere a Manu, el amigo/acompañante de Victor, que mira inexpresivo...)	L'activitat "perquè vull ser home / dona?" genera molta participació i apareixen en les respostes dels menors molts elements relacionats amb estereotips de gènere.	Gerardo: a mí también me costó mucho abrirme y explicarlo por si puede ayudar a otras personas. Pero- siento que- me beneficia venir y abrirme con el grupo.
Ante la mirada más bien atónita de Albert- que parece desear recibir también copia, se entregan dos fotocopias para Eva y para Alba mientras argumenta que se trata de un tema entre mujeres y que únicamente a ellas afecta directa y específicamente	S'introdueix la visualització d'un vídeo sobre la gestació d'un bebé en tres dimensions.	
No hay tiempo para el cuestionario de comprensión que tampoco es posible realizarlo al igual que en las anteriores sesiones.	Reconeixent per part d'una menor de què ha tingut una recaiguda: "hoy he roto todo lo que me habeis enseñado". Preparació i recollida de l'aula.	
SESSIÓ 7: " Resolució de conflictes"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 5		
Introducció d'un exercici no previst, elecció d'un eslogan que resumeixi la sessió anterior, que ocupa gran part de la sessió.	Al conectar el facebook del programa hay un mensaje de Hamza disculpándose por su inasistencia.	Monitor auxiliar: "¿Crees que su espera de la respuesta es por estar tranquilo o más bien por tenerla bajo control? ..Esta idea fija de Alberto me recuerda cómo yo revisaba cada noche las llamadas que había tenido mi ex-pareja. Es una obsesión"
Baixen uns al descans abans que altres que resten a l'aula fent exercicis i auran acabar baixen partint totalment el grup.	Funionen les dinàmiques basades en exercicis audiovisuals donant lloc al debat i per tant a la reflexió dels participants.	

SESSIÓ 8: " Els estadis del canvi"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 6		
Descans sense control horari, s'ha d'anar a buscar-los.	Amza: Algo he pensado modificar;...hace poco en un semáforo fui a pasar y el conductor frenó y me chilló; también yo le amencé pero únicamente fue un principio de pelea; pero algo me controlé"- cuenta Hamza- "pensé en dos consecuencias; poder ser expulsado al estar federado en lucha y quedar	¿Por qué estoy acá?, pregunta Gerardo el monitor, "Recuerdan que hice un curso como ustedes reciben ahora y llegué como los otros veinte adultos enfadados consigo mismos...ahora un curso después de haber sido juzgado por maltrato familiar.. También estaba lleno de quejas pero llegó un momento en que ví claramente y me di cuenta, más allá de las sentencias y de las concretas circunstancias que tantas veces utilizaba para justificarme y señalar a la/s otra/a persona – por denunciarme - como la causa de mis agresiones, insultos...Pensé y decidí:
	Alguns comentaris finals dels menors: "Este curso debería poder alargarse" dice (Albert); al menos "es de ayuda y nos hemos hecho todos amigos " (Alba); "nos ha hecho pensar" (Eva); "sigo igual que antes pero con menos robos" (Adrian)	- "He de cambiar "; me dije a mí mismo pero me costó comprender, y todavía más explicar en voz alta, como diciéndomelo a mí mismo antes que a ustedes.
	El trainer fa una pregunta resum de com ser assertiu davant del conflicte i cada menor expressa els seus mecanismes per fer-ho.	"Muchas veces tengo la sensación que llevo una mochila cargada de piedras que cada momento que pasa va siendo poco a poco más pesada. Cualquier noticia, señal, advertencia siempre me van recordando que he sido condenado

OBSERVACIONS DIARIS DE SESSIONS

EDICIÓ 2015 (2)

DATES REALITZACIÓ: Octubre 2015 - Desembre 2015

NOMBRE DE MENORS ASSISTENTS: 12 (MIRALL) - (LÍMITS)

TRAINERS: AIDA/ NICOLAS

OBSERVADOR: FEDE

MONITOR MIRALL: GERARDO

SESSIÓ 1: "Entre tots identifiquem el problema"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 12		
	Entrega de reconeixements als menors de l'edició anterior.	Gerardo explica " en 2007 a consecuencia de una pelea y denuncia de mi pareja, con quien conviví cinco años,fui juzgado y condenado..He sido agresor.. y todavía hoy no sé si real y efectivamente lo he superado; he aprendido a escuchar mi propio cuerpo, mi miedo e inseguridad a caer otra vez en la violencia... me resulta útil preguntar ¿cuál es tu forma de ocupar el tiempo libre (hobby), la mia es pescar...Cuando yo veía un uniforme de policia, bajaba la vista"
		Gerardo ejemplifica, con su propia biografia,cuando, junto con su madre, sintió la necesidad de protegerse de los golpes paternos per resalta que al mismo tiempo que descubrió un buen referente en el nuevo compañero de su madre...Advierte a los participantes:" Si vais llenando vuestra mochila,con experiencias de insultos, golpes, agresiones y violencia...os llegará un momento que no podreis con ella..."
		"Yo agradezco que me condenaran; aquella sentencia fue un stop/ alto en el camino. Cuando miro en TV una nueva víctima de Violencia de Género, ante el espejo, me miro, pienso que habría podido ser yo...Mi mujer apaga el televisor pero le dig " es parte de mi vida".

SESSIÓ 2: "Les emocions"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 11		
Durant la mitja part els menors han estat fumant porros. Una treballadora recrimina als menors la conducta però sense avisar als trainers.	Se agradece de forma pública su participación.	"Primero me ponía a llorar, después pedía disculpas, y repetía una y otra vez te quiero..te quiero.."fueron muchos años, no sabiendo pensarlo antes"(Gerardo)
Retrasos al tornar del descans.		

SESSIÓ 3: "Pensaments"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 10		
Tornen a no fer els deures entre sessions.	Utilitzar les vivències exposades pels menors per parlar-les als temes que s'han de treballar a la sessió.	Sense monitor mirall.
Utilitzen part de la sessió per anar a una xerrada sobre sexualitat i dona lloc a la queixa d'algun menor advertint que no es el tema que toca.		
Passar llista al començar la sessió.		

SESSIÓ 4: "Les conductes"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS:		
Es passa llista.	No fer cas de crides d'atenció dels menors per interrompre el discurs.	Sense monitor Mirall.
Utilització d'un material improvisat que a més no està en condicions òptimes pel seu visionat.	Redistribuir la posició dels menors a l'aula per tal de trencar dinàmiques disruptives.	
Enfocar el problema general (no escolten) en un que està mirant el telèfon davant del grup.		

SESSIÓ 5: "Desenvolupament moral i necessitat de les normes"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÉCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 11		
Absència d'un dels conductors i observació dels menors en aquest sentit, restant seriositat al programa.		Sense monitor Mirall.
No fer de forma sistemàtica els incentius del pica pica, caramels,....		
Actitud provocadora d'uns dels menors sense que s'hagi treballat.		

SESSIÓ 6: "Esteriotips de gènere i estils de relació familiar"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS:		
	Reconeixement dels menors a la intervenció del monitor Mirall.	Gerardo que continua con su testimonio... "He tenido la edad de ustedes y, como dijo Adan, -hay momentos que tocas fondo- y entonces hay que aprender de nuestros errores...Antes yo no podía hablar de mi problema – como les pasa a ustedes.. Y ahora cuanto más hablo, más me aprovecha, lo saco a fuera ...
SESSIÓ 7: " Resolució de conflictes"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 7		
Absència d'un dels conductors.		Sense monitor Mirall
Poca reactivitat per part dels monitors als conflictes que aparteixen al grup.		
SESSIÓ 8: " Els estadis del canvi"		
INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 8		
	Utilitzen la falta d'un dels tècnics a la sessió anterior per treballar a mode de recordatori els copntinguts treballats.	Amb monitor Mirall

OBSERVACIONS DIARIS DE SESSIONS

EDICIÓ 2016 (1)

DATES REALITZACIÓ: Febrer 2016 - Març 2016

NOMBRE DE MENORS ASSISTENTS: 11

TRAINERS: SARA / JORDI

OBSERVADOR: ESTHER

MONITOR MIRALL: GERARDO

SESSIÓ 1: "Entre tots identifiquem el problema"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 9		
	Disposar el berenar just a la tornada del descans com a mesura de reclam per complir l'horari. Introducció d'entrevistes individuals prèvies amb els menors per part del trainers. Ser més directiu en l'exposició de la norma i en les <u>consequències del seu incompliment.</u>	Amb monitor mirall.
	Fomentar la intervenció paradòjica: "dels vostres historires personals si no voleu no parleu".	
	Es reparteixen unes enganxines a cada un dels membres del grup on han d'escriure el seu nom per tal de poder saber com es diu cadascú	

SESSIÓ 2: "Les emocions"

INCIDENTS CRÍTICS	ANÈCDOTES	MONITOR MIRALL
NOMBRE ASSISTENTS: 9		
Passar els qüestionaris per a valorar la sessió anterior i els continguts apresos en quant hi ha més marge entre el treball dels conceptes i la posterior valoració del menor	Passar els qüestionaris per a valorar la sessió anterior i els continguts apresos en quant permet iniciar la sessió amb un repàs dels conceptes treballats a la sessió anterior	Sense monitor Mirall.
No va funcionar l'exercici de la relaxació en l'exercici de vivenciar les emocions.	Utilitzar el Facebook en grup per veure si hi ha comentaris sobre el material audiovisual relacionat amb els continguts de les sessions.	
	Utilització de les emoticones d'altres aplicatius com ara Watshapp amb els que estan més familiaritzats.	
	Coses que heu après avui al finalitzar la sessió coma element fixador dels conceptes.	

SESSIÓ 3: "Pensaments"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 9**

Fer resum dels continguts que es farà a la sessió (que treballarem)

Amb monitor mirall.

Al final: fer la pregunta que hem treballat? Que heu après avui?

Vincular a algun menor a tares del grupper exemple apuntar a la pissarra.

SESSIÓ 4: "Les conductes"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 8**

Implicació dels trainers donant les seves opinions personals respecte dels teles que es treballen.

Amb monitor Mirall.

SESSIÓ 5: "Desenvolupament moral i necessitat de les normes"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 7**

Sense monitor Mirall.

SESSIÓ 6: "Esteriotips de gènere i estils de relació familiar"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 9**

Incorporació d'una dinàmica sobre la relació entre pares i fills.

Incorporació d'una dinàmica sobre la relació entre pares i fills.

Amb monitor Mirall.

SESSIÓ 7: " Resolució de conflictes"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 9**

Introduir el tema de la judicialització del maltractaments filiparentals

Sense monitor Mirall.

SESSIÓ 8: " Els estadis del canvi"**INCIDENTS CRÍTICS****ANÈCDOTES****MONITOR MIRALL****NOMBRE ASSISTENTS: 7**

Amb monitor Mirall.

4. Valoracions dels *trainers* de la implementació de les sessions

Aquí es presenta un exemple de valoració de sessions, concretament la valoració de la sessió grupal 7, *Resolució de conflictes*. A partir del diari de sessions (veure annex següent) i de les opinions dels *trainer* de la sessió es reunia tot l'equip per valorar qualitativament el desenvolupament d'aquesta.

Al final apareixen les conclusions de consens i les millores a incloure a la pròxima experiència. Com es pot observar hi ha dues valoracions, la de la primera experiència al 2014 i la finalitzada aquest 2015.

VALORACIÓ DE L'APLICACIÓ PILOT 1

Aquesta sessió, segons el disseny original, començava amb una petita explicació teòrica sobre la resolució de conflictes. Concretament quins son els passos a seguir i què cal distingir en aquest procés. Tanmateix, atenent a l'experiència d'anteriors sessions, preferim començar de manera més lúdica, per tal d'engrescar als participants. La sessió va començar mirant un vídeo d'animació on es presentava una situació / problema, per tal de treballar-ho després en la part teòrica.

A partir d'aquí es desgranen les diferents parts teòriques al voltant de la resolució de conflictes.

Després va ser uns dels participants el que va exposar un problema. Tot i que això no estava planejat, ho vàrem utilitzar, ja que era un exemple de la vida quotidiana d'alguns dels nois i noies, i era una manera més de treballar l'esquema de resolució de conflictes.

Seguidament vàrem tornar a veure un vídeo, aquesta vegada era una dramatització i es va tornar a aplicar l'esquema de la resolució de conflictes.

Val a dir que, si bé la sessió va anar bé, va ser complicat que els joves utilitzessin l'esquema de resolució de conflictes. En general plantejaven bé quin era el problema, en canvi, la majoria es saltava tots els passos i passava directament a la solució. Aquesta dinàmica, d'una banda, va facilitar que entre tots, i sense ser massa conscients, fessin una pluja d'idees amb diferents alternatives de resolució. Altrament, també ocasionava que estiguessin massa estona discutint sobre aquestes possibles solucions, deixant poc temps per discutir passos de l'esquema. Per acabar, repartim els deures. Aquests són un full amb l'esquema de resolució de conflictes que ells han d'emplenar amb algun conflicte que hagin tingut.

VALORACIÓ DE L'APLICACIÓ PILOT 2 (1^a edició del 2015)

Valorem que ens hem d'ajustar al temps per tal de poder complir amb els objectius bàsics de la sessió. Tenint en compte que dona peu a moltes discussions.

VALORACIÓ DE L'APICACIÓ PILOT 3 (2^a edició del 2015)

A la sessió anterior es varen produir nombroses situacions de conflicte en el grup que es varen poder reconduir en gran part per la intervenció del monitor MIRALL. Es va decidir suprimir l'aturada a la meitat de la sessió ja que això distorsionava després la represa i alguns dels joves aprofitaven per fumar algun "porro" en aquell moment.

A partir de la quarta sessió s'havia valorat la possibilitat de partir el grup en dos ja que es va considerar excessiu el nombre de participants a les sessions, mes si tenien una assistència regular, finalment però es va desestimar.

Finalment dels 14 joves participants, els trainers i els TMO de referència dels joves tan sols varen valorar que havien tingut una mínima actitud de participació positiva quatre dels joves participants en el programa es a dir el 28% de total, d'aquest 28%, el 50% els seus pares també varen participar al programa LÍMITS.

5. Història de vida del monitor MIRALL

RESUMEN DE MI VIDA.

Mi nombre es [REDACTED], tengo 43 años y soy de Montevideo, Uruguay.

Mi situación en España es que he sido juzgado por violencia de género en el ámbito familiar en un juicio del 2007. Es una situación de mi vida que me ha marcado y me ha hecho reflexionar en mi vida y ver todos mis defectos así como resaltar mis virtudes, "hoy soy un hombre feliz gracias a mi pasado, pues él me ha dado una imprevista vida de ternura" (TIM GUENARD).

Mi vida ha transcurrido desde pequeño en un ámbito familiar desestructurado. Mis padres se separaron cuando yo tenía 5 años, en un país extranjero, y seguidamente mi padre nos abandonó y siempre recuerdo que estuvimos durmiendo unos días en una plaza junto con mi madre (en Argentina, lugar donde vivíamos en ese momento). Al poco tiempo comenzamos una vida nueva solos yo y mi madre.

Mi paso por la guardería fue un poco marcado por mi desobediencia, mi rebeldía y mis constantes desafíos a mi madre, era como si quisiera culparle de la separación de mis padres. Entonces mi madre decidió llevarme a vivir con mis abuelos paternos en Uruguay, por ese entonces tenía 7 años. En ese momento conocí a un verdadero padre en la piel y cuerpo de mi abuelo, tratándome de educar con ejemplos y disciplina, sin perder el aporte de cariño. Pero siempre el toque de ternura lo ponía mi abuela.

Comencé mi 1er año escolar bajo sus cuidados y mi abuelo era el que me enseñaba a leer y a escribir "el señor León"; el mendigo.

A los dos años regresó mi madre de Argentina, y fue al poco tiempo cuando rehízo su vida junto a mi padrastro, hoy en día mi referente como padre, el cual entre él y yo nos une una amistad fuerte (será el agradecimiento por criarme).

Al año nació mi hermano Mario, una persona a la cual admiro y nos une una gran amistad, y junto con mi otro hermano Christian, que nace 9 años más tarde, conforman algunos de mis grandes pilares de mi vida. Hoy día ellos residen en España y tratamos de apoyarnos los unos a los otros.

A la edad de 12 años tuve la primera gran ausencia en mi vida, falleció mi abuela a la edad de 53 años, una de las grandes ausencias que siempre me ha marcado.

Mi adolescencia fue una etapa con muchos altibajos a nivel emocional y afectivo, con una carencia que era el afecto y en la cual al primer error cometido tenía una voz por detrás que decía "eres igual que tu padre", una frase constante en toda mi adolescencia y madurez.

Era una persona muy sociable, trataba de llamar siempre la atención con mis compañeros y principalmente con el sexo femenino, en pocas palabras un mujeriego. Uno de los defectos que marcaron y afectaron a mi vida debido a que brinda inseguridad y desconfianza hacia otra persona, lo que ha marcado siempre desconfianza en mis relaciones. Los celos y la inseguridad fue el detonante principal de la que por aquel entonces fuera mi pareja, en el procesamiento judicial por el que fui condenado. Era una relación con un continuo ir y venir de discusiones y enfados, reproches y desconfianzas de ambos lados, ya que ella también tenía una infancia desestructurada que también le marcó su vida.

Volviendo a mi adolescencia, viví siempre en una constante pregunta, si encontraría aquella persona que llenara mi vida, porque me sentía vacío y culpable aunque no hubiese hecho nada, con una indecisión de qué hacer con mi vida, viviendo el día a día sin preocuparme por el mañana.

Comencé a trabajar por las noches los fines de semana como camarero de discoteca y barman, complementado por la semana de lunes a viernes en diferentes cargos.

A los 24 años de edad la vida me da mi primera gran alegría, nace mi hija Mariana, fruto de la relación con mi novia Daniela, una gran persona con muchas carencias de niña afectivamente hablando. Esta relación de tan solo 3 años, la cual debido a nuestra poca experiencia y sumado nuestra convivencia en la casa de sus padres, cayó en una rutina que no fuimos capaces de superar y finalmente nos separamos.

Después de la separación con la madre de mi hija mayor, comenzamos los problemas debido a que ella no tenía intención de compartir el afecto de nuestra hija, y por supuesto yo no estaba de acuerdo debido a que reconozco que como pareja tuve mis faltas pero no como padre (será que tiene relación con la falta de mi padre biológico). Muchas veces debido a lo que viví en esta situación de padre separado, entiendo de que muchas veces por más que uno tenga la intención si dos no quieren no es posible llegar a un entendimiento por nuestros hijos. Es un gran error de los adultos muchas veces el no preocuparnos del bienestar emocional de nuestros hijos en una separación

Viví muchos desplantes de la madre de mi hija y nunca traté de poner un juez en medio de nuestra hija, creí que podría tener la suficiente madurez de decidir lo mejor para nuestra hija pero me equivoqué.

Por otra parte, cansado de luchar entre dos trabajos y de nunca conformar a la madre de mi hija y nuevamente sentir la frase de toda mi vida "eres igual que tu padre" acepté una oferta de trabajo en Argentina, donde residía mi padre biológico. Pensé que era un buen aliciente para mí en ese momento para tratar de entender muchas preguntas que me hice en mi infancia, porqué se fue mi padre y si tendría alguna culpa. Pero tristemente comencé el distanciamiento de mi hija, que era la única perjudicada en esa separación.

6. Programa de formació per a monitors MIRALL

PROGRAMA MIRALL

Sessions de formació per a Monitors MIRALL



1. Què és un monitor MIRALL?

A l'apartat 1.8 del programa es fa la següent definició en relació als monitors MIRALL

“Els monitors mirall són adults, que després d’haver superat amb èxit un programa formatiu³ per reconduir les seves conductes envers la violència de gènere, han aprofundit, reflexionat i han estat entrenats ad-hoc per intervenir donant suport vivencial i aportant elements de reflexió que serveixin de mirall per al grup de joves que realitza el programa.”

2. En quines sessions participen els monitors MIRALL?

Concretament els monitors auxiliars participen en les següents sessions⁴:

Unitat 2. Sessió grupal 1^a; Entre tots identifiquem el problema

Unitat 4. Sessió grupal 3^a; Els pensaments

Unitat 5. Sessió grupal 4^a; Les conductes

Unitat 10. Sessió grupal 8^a; Estadis del canvi

En relació als continguts que es treballaran a cada sessió el monitor col·laborador haurà de tenir coneixements específics dels continguts a treballar a cada sessió, per això és important que realitzi les sessions de formació que es proposen a continuació. I en segon lloc serà important treballar habilitats pedagògiques de comunicació eficaç a fi de que les seves aportacions arribin de forma eficaç als joves.

³ Aquest programa formatiu pot haver-se realitzat de forma individualitzada o bé en grup.

⁴ En un segon moment es va considerar ampliar la participació del monitor MIRALL a la sessió 6.

3. Característiques del monitor MIRALL.

A les primeres edicions, es va comptar per la realització d'aquesta funció amb una persona que havia estat denunciada per violència de gènere, i que havia participat en un programa de formació per agressors amb una mot bona actitud i capacitat de reflexió. Aquesta persona va ser entrenada de forma individualitzada a fi de familiaritzar-lo amb els continguts i transmetre-li les funcions i la participació que s'esperava d'ell.

Es molt important que el monitor col·laborador, a banda de rebre la formació i l'entrenament adient per la realització d'aquesta tasca, hagi superat eficaçment en la seva vida, els problemes de violència pels que va ser denunciat.

El problema inicial del monitor col·laborador en relació a la violència es indiferent que sigui de gènere o de violència ascendent contra els pares, no obstant el que si es molt important es que la persona hagi superat efectivament aquests problemes i que hagi fer una bona introspecció al respecte.

Els monitors MIRALL s'ha de caracteritzar per ser estables emocionalment i per no haver reincidit en accions violentes durant el darrer any.

Un cop experimentada la participació del monitor col·laborador i valorada molt positivament, estem ja en condicions de identificar els coneixements, habilitats i actituds que el monitor col·laborador ha de tenir per tal de realitzar aquesta tasca.

Coneixements	Habilitats	Actituds
Identificació pràctica de la seqüència: emoció -> pensament -> conducta.	Saber empatitzar amb els joves.	Respecte
Reconèixer sentiments	Saber comunicar experiències personals	Escolta activa
Reconèixer pensaments distorsionats	Saber mantenir la distància entre els joves i els <i>trainers</i> .	Sinceritat
Formular pensaments alternatius	Saber fer una bona Introspecció en relació als episodis de violència viscuts.	Voluntat d'ajuda
Establir una escala de valors pròpia i adaptada	Capacitat d'organitzar i prioritzar valors morals	Obertura de pensament.
Reconèixer que són els estereotips	Capacitat de pensament crític	Reconeixement de l'error
Els passos per resoldre un problema	Saber controlar les emocions i gestionar alternatives	De perdonar i d'acceptar el perdó

4. Eficàcia de la participació del monitor col·laborador.

La observació de les conductes i les experiències d'altri es un element molt potent per als aprenentatges humans. El cervell humà disposa d'unes neurones, anomenades, neurones mirall, el qual permet als essers humans aprendre dels moviments d'altres essers humans. En aquest sentit algunes teories de l'aprenentatge estableixen els següents percentatges d'aprenentatge en funció de cadascun d'aquests mecanismes de transmissió dels coneixements.

- 10% del que llegim.
- 20% del que escoltem
- 30% del que veiem.
- 50% del que veiem i escoltem
- 70% del que diem o ens repetim.
- 90% del que diem i practiquem

5. Els continguts de les sessions de formació.

Els monitors col·laboradors són una peça clau del programa MIRALL, el seu testimoni i les seves reflexions serveixen per contextualitzar el programa a la realitat dels joves, que han de veure reflectida la seva situació en les exposicions del monitor col·laborador.

Es per això molt important que el monitor col·laborador es familiaritzi amb els continguts i els exercicis que es treballen en el programa MIRALL, per tal de ajustar les seves aportacions a aquests continguts.

Per dur a terme d'aquesta formació es proposa la realització de tres sessions amb una durada aproximada de 2h. Els continguts a treballar en cadascuna d'elles es el següent.

Sessions	Contingut
Primera	Identifiquem el problema. El procés: emoció -> pensament -> conducta Reconeixem les emocions. Sobre l'afecte i el procés educatiu Com fer el testimoni?
Segona	Els pensaments ens poden enganyar. (els estereotips) Perquè hi ha d'haver normes? Els estils de relació adaptats. Com fer el testimoni?
Tercera	Com s'activen les conductes. La resolució de conflictes. (5 preguntes màgiques) La roda del canvi. Com fer el testimoni?

Formació per a monitors mirall

SESSIÓ 1

Identifiquem els nostres problemes



1) CONTINGUTS DE LA SESSIÓ.

- Identifiquem el problema.
- El procés: emoció -> pensament -> conducta
- Reconeixem les emocions.
- Sobre l'afecte i el procés educatiu
- Com fer el testimoni?

2) OBJECTIUS DE LA SESSIÓ.

- a) Posar en comú els problemes de violència en l'àmbit familiar viscuts per cadascun dels participants.
- b) Consensuar el procés que els va fer adonar que hi havia un problema de violència en l'àmbit familiar (ascendent o be de gènere).
- c) Saber reconèixer i identificar en situacions reals viscudes, el procés emoció -> pensament -> conducta.
- d) Saber identificar les principals emocions: alegria, por, ira i tristesa.
- e) Reconèixer els elements bàsics que componen l'afecte
- f) Fer una pràctica en relació a les possibles aportacions a fer a les sessions 1 i 3 del programa MIRALL.

3) PRESENTACIÓ DE LA SESSIÓ. (15') [15']

Fem una presentació dels participants a les sessions de formació.

El trainer fa un reconeixement públic de la disponibilitat dels participants per ajudar a d'altres joves que tenen conflictes de violència en l'àmbit familiar.

Tot seguit el trainer exposa els objectius d'aquestes sessions formatives,

tan pel que fa a conèixer la terminologia i els conceptes que s'empren en el programa MIRALL, com també un espai per elaborar el guió de les

aportacions a fer a programa MIRALL i fer alguna prova pilot entre els mateixos companys.

4) REVISIÓ DELS CONCEPTES TREBALLATS AL PROGRAMA MIRALL.

a) ANALITZEM UN CONFLICTE.

Projecció del vídeo sobre l'accident de transit. (*Dinàmica 5.2 Unitat 2 del programa MIRALL*) (30') [45']

- Iniciarem la dinàmica visionant el vídeo de "l'accident de tràfic al ciclista"⁵ per intentar que per grups puguin discutir quina realitat veu cadascun. Es tractarà de fer un treball dirigit a definir que en tota situació de conflicte hi ha diferents parts, diferents visions que formen una mateixa realitat.

Podem proposar preguntes com ara:

- Què ha passat?
- Qui té raó?
- Qui exerceix violència?
- Sobre qui?

Ajuda a plantejar aquest exercici fer un croquis de l'accident i veure'l des del punt de vista de la conductora.

- Posteriorment analitzarem una situació de violència protagonitzada pels mateixos participants. I veiem les possibilitats d'analitzar-lo des de diferents punts de vista.

⁵https://www.google.cat/url?url=https://vimeo.com/10933625&rct=j&frm=1&q=&escr=s&sa=U&ved=0ahUKEwi j3O-E8uPMAhUG7hoKHXjaD-kQtwlIEzAA&usg=AFQjCNF8JBCZtj4x5_xYp1QRqkhOZUKv6Q

b) RECONeixEM EMOCIONS.

Fer l'exercici que es proposa al programa MIRALL en relació al reconeixement d'emocions (*Exercici 3 unitat 3*).

Exercici 3. (25') [70']

Es divideix la classe en 4 espais amb cinta de carrosser. Cada espai representa una emoció bàsica: Alegria, tristesa, Ira i Por.

Es reparteix el grup de joves entre els quatre espais, equitativament, i se'ls fa asseure a terra.

Aquest concreta a quina emoció correspon l'espai en el que es troben.

Lavors el trainer fa les següents sis preguntes en relació a cadascuna de les emocions i els joves van contestant-les en funció del quadre en el que se'ls hagi situat.

1. Quin tipus de situacions de la vida et generen aquesta emoció? i que tenen en comú?
2. Quant sents aquesta emoció que li passa al teu cos, quina reacció té, i quina és la part del cos on més la perceps?
3. Quines reaccions envers l'entorn et provoca aquest sentiment?
4. Quina creus que és la UTILITAT d'aquesta emoció?
5. A nivell de pensament com et trobes? (és el punt de partida amb el comptes per gestionar-la de forma adequada)

Aquesta dinàmica es repeteix per cada emoció. Les preguntes es fan generant debat, però es important que tothom pugui dir-hi la seva. Primer s'escolta a tothom que parli i després es fa el debat.

Haurien de sortir aquests conceptes per cada emoció, com a guia:

ALEGRIA

1. En comú: bon rotllo, plaer, agradable...
2. Riure, plorar, distensionar-se ,
3. Et trobes fort, actiu, contagiós, expansiu, dinàmic.....
4. PREMIAR: Vols que la situació s'allargui es repeteixi i es mantingui,..
5. Eufòric, "puc amb tot", relativitzo,...

POR

1. Sensació de perill (els meus recursos personals són inferiors a l'amenaça externa)
2. Plorar, cridar, buit d'estómac, etc ...
3. Tres opcions de reacció:
 - a. Paràlisi = em faig invisible
 - b. Fugida = fòbia
 - c. Atac = contra fòbica

Alerta, tots els sentits al màxim.
4. PROTEGIR-NOS (buscar els recursos per sortir-nos-en)
5. Generar alternatives: atac, bloqueig o fugida.

IRA

1. Ets sentit agredit, inconformitat, injustícia...
2. Suor, prement els punys i les dents, posant-te vermell, etc.
3. Potent, explosiu, tensió...
4. POSAR LÍMITS (resolució de conflictes)
5. Accelerat, proactiu, obsessionat, obcecat,

TRISTESA

1. Pèrdua, buidor, solitud,...
2. Plor, costa respirar, son, ritme cardíac, ...
3. Escassa energia, apatia, et fas petit, amagar-se,...
4. RECUPERAR-SE, ELABORAR EL DOL.
5. Anul·lat, apàtic.

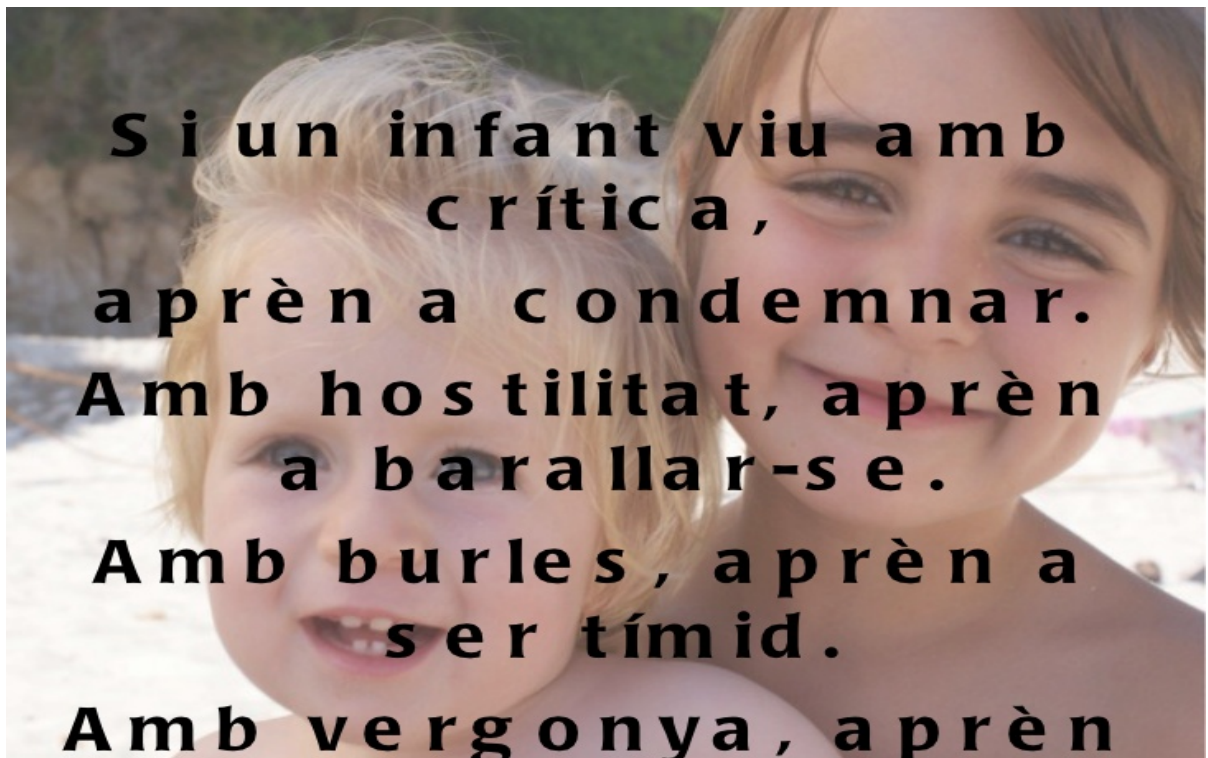
Identificar en les situacions de conflicte familiar quines eren les emocions que dominaven.

c) QUINS ELEMENTS COMPOSEN L'AFECTE.

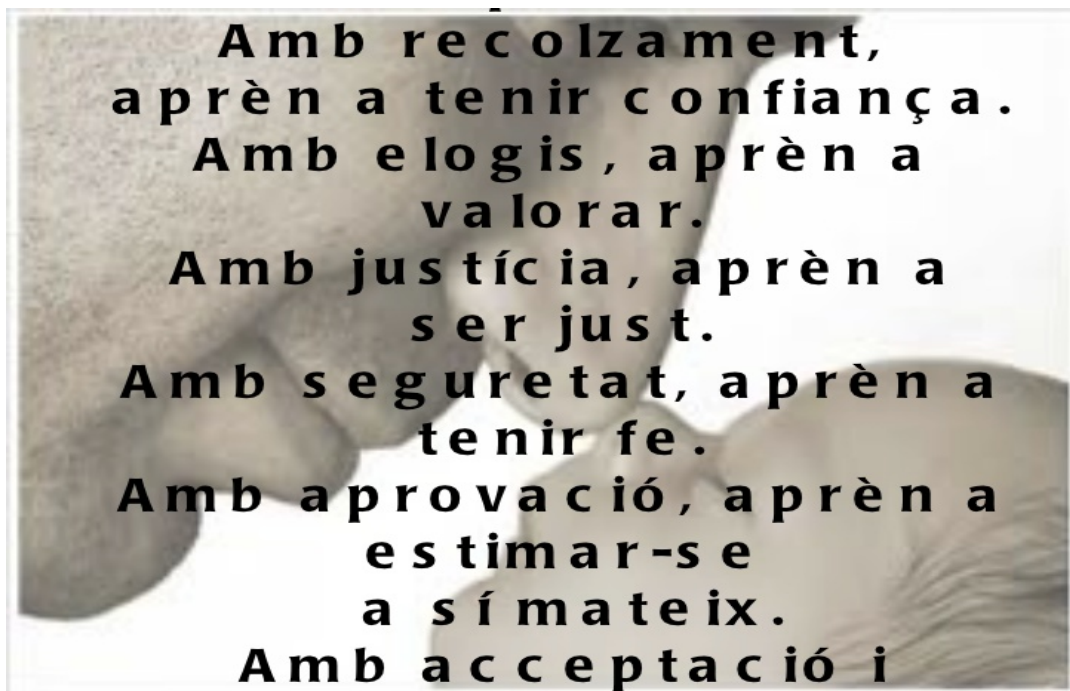
Reflexionar en relació al que es proposa a l'exercici 3 de la (Unitat 11 sessió conjunta)

Exercici 3 Reflexionar sobre els elements bàsics que componen l'afecte en les relacions familiars. (15') [85']

Ens basem en la teoria de Bowlby⁶ sobre l'aferrament infantil i els condicionants que això suposa pel desenvolupament de l'infant.



⁶Bowlby J (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds* (en anglès). Londres: Tavistock Publications



Un cop feta la introducció es planteja la següent pregunta:

Com sabeu que el vostre⁷ us estima?

En un primer moment, la pregunta es dirigeix als joves. Les respostes es van anotant a la pissarra.

En un segon moment, la pregunta es dirigeix als pares, i s'anoten les respostes al costat.

Tot seguit s'invita als participants a reflexionar sobre els tres elements bàsics que componen l'afecte.

- 1.- **El respecte:** no insultar ni menystenir, saber demanar perdó, ser honrat, dir la veritat, ser just, ser conseqüent.
- 2.- **Les mostres d'afecte:** els petons i les abraçades, les paraules dolces i amables, les rialles, els reconeixements, les paraules d'encoratjament.
- 3.- **La confiança:** ser lleial, guardar la privacitat, donar oportunitats, respectar les decisions, les crítiques constructives.

I tot seguit es valora conjuntament la importància que tenen pel desenvolupament dels joves i la responsabilitat dels pares de tenir-ho en compte pel futur desenvolupament dels seus fills.

Es clou la sessió intentant destacar els aspectes positius i les experiències concretes tant dels canvis positius que s'han produït durant i després de

⁷Fill/a, pare / mare, company/ companya.

l'aplicació del programa, com també dels elements concrets que han destacat en relació amb les respectives relacions afectives.

5) APLICAR UN EXEMPLE PRÀCTIC D'AQUEST PROCÉS (45') [105']

En aquesta sessió es treballen principalment els continguts de les sessions 1 i 3, i en aquest sentit es recomana la realització de les següents pràctiques en relació als exercicis que es proposen a les unitats 1 i 3 del programa MIRALL on es contempla la participació del monitor col·laborador.

- Presentació del monitor auxiliar. (Sessió grupal 1)
- Compromís de canvi. (Sessió grupal 1)
- Pensaments distorsionats. (sessió grupal 4)

6) COMIAT. (15') [120]

Agraïm la participació de les persones que han volgut participar, valorem l'esforç d'introspecció fet per part del grup i anunciem que la propera setmana es parlarà de les conductes i les normes.

De cara a la setmana els instem a que es familiaritzin amb els materials penjats al Facebook del programa, els quals si s'escau comentariem la propera setmana.

Formació per a monitors mirall.

SESSIÓ 2

Treballem els pensaments



1) CONTINGUTS DE LA SESSIÓ.

- Els pensaments ens poden enganyar: **pensaments automàtics, pensaments distorsionats i idees irracionals**
- Perquè hi ha d'haver normes?
- Estereotips de gènere i estils de relació familiar
- Fem un testimoni

2) OBJECTIUS DE LA SESSIÓ

a) Prendre consciència de què el nostre pensament es pot equivocar i que determinades **idees equivocades** ens poden provocar respostes errònies.

b) Prendre consciència de què els **pensament automàtics, els pensaments distorsionats i les idees irracionals** són causa de molts conflictes interpersonals.

c) Les normes es creen per **l'adequat funcionament i l'adequat comportament** del subjecte en un determinat context. La transgressió de la norma sol suposar una sanció. El compliment de la norma té moltes més possibilitats de donar-se si s'ha entès la seva utilitat i l'hem fet nostra.

d) Aprendre a identificar els **estereotips de gènere i els estils de relació familiar** desadaptats, així com identificar les implicacions de ser home o dona i el sexisme com a manifestació de discriminació. Desenvolupar tècniques per entendre el punt de vista de l'altre sexe en les relacions home – dona. Analitzar el funcionament familiar i identificar possibles distorsions.

3) PRESENTACIÓ DE LA SESSIÓ. (15') [15']

En aquesta segona sessió de formació, combinarem petites explicacions teòriques sobre alguns conceptes amb el treball pràctic que es porta a terme amb els joves dins del programa Mirall. Farem servir algunes de les dinàmiques del programa per tal de familiaritzar-nos amb el treball posterior del monitor auxiliar i per exemplificar el treball teòric. De la mateixa manera, intentarem que la tasca pràctica sigui una eina que posteriorment pugui utilitzar-se al grup de joves.

4) REVISIÓ DELS CONCEPTES TREBALLATS AL PROGRAMA MIRALL.(45') [60']

a) El nostre pensament es pot equivocar i determinades **idees equivocades** ens poden provocar respostes errònies. Aquestes idees equivocades són els **pensaments automàtics**, els **pensaments distorsionats** i les **idees irracionals**. És una realitat que aquest tipus de pensament generen molts conflictes interpersonals.

Per abordar el tema dels pensaments al programa amb els joves, resulta molt important la participació del monitor auxiliar, ja que explicarà que **els pensaments ens poden enganyar a través d'explicacions de la seva vida personal** en què la presència d'aquest tipus de pensaments ha suposat l'aparició de problemes relacionals amb els pares o be amb la parella.

Diferenciarem principalment tres tipus "d'engany de pensament":

1. ELS PENSAMENTS AUTOMÀTICS

Són aquells pensaments fonamentals en els nostres esquemes (manera d'entendre el món) que apareixen quasi sempre de forma automàtica, quasi involuntària i són difícils de controlar, però tenen molta influència en la nostra conducta.

Alguns exemples poden ser:

- La terra és plana
- S'han de fer dues hores de digestió abans de banyar-se.
- Els homes no es depilen ni es tenyeixen el cabell.
- Les dones no poden anar a l'exèrcit.
- Les dones no tenen ànima ni tenen judici.

2. ELS PENSAMENTS DISTORSIONATS (o distorsions cognitives)

Són maneres errònies de interpretar els fets que ens envolten. Per exemple:

Filtrar: *".. en David consumeix cocaïna, segur que el seu amic Benja també en deu consumir".*

Pensament dicotòmic: *".. cometo un error i tothom ja diu que son un delinqüent", "O blanc o negre, o tot o res".*

Generalització: *"..com que la meva novia ha resultat ser una totes les noies també ho són".*

Lectura de pensament: Endevides el que pensa l'altre sense tenir cap prova.

Minimització: *"..tampoc no va ser per tant, només li vaig donar una empenta de no res"..*

Fixar-se només en el mes negatiu: *"Com que el dissabte em vaig barallar amb els pares, tot el cap de setmana va resultar una merda..."*

Personalització: Creure que totes les coses i que els demés les fan directament perquè m'afectin.

Raonament emocional: Creure que el que tu sents és una realitat universal.

Culpabilització: Fer culpable als altres de les teves decisions. *" si els meus pares no em ratllessin jo no actuaria així".*

Tenir raó: *".. diguis el que diguis; jo tinc la raó, i punt.."*

3. LES IDEES IRRACIONALS

Solen tenir caràcter absolut i s'expressen en forma d'exigència. Exemples:

- "Les dones són inferiors als homes".
- "Els pares que denuncien als fills són uns mals pares"
- "Les dones no es poden valdre per sí mateixes".
- "Tenir la casa endreçada es feina de les mares"
- "El pare es el qui posa les normes a casa i les fa complir"
- "Les dones han de justificar-ho tot en nom de l'amor".
- "Els pares no entenen res del que està passant."

Part pràctica: A partir d'aquesta explicació teòrica, anem a construir entre tots un relat vivencial (que pot tenir parts reials i/o inventades) que contingui aquest tipus d'enganys de pensament i que ens hagi generat problemes en el passat, ja sigui amb familiars o amb l'autoritat.

b) Perquè hi ha d'haver normes?

Les normes es creen per **l'adequat funcionament i l'adequat comportament** en un determinat context. Per aquest mateix motiu es modifiquen o s'eliminen. La transgressió de la norma sol suposar una sanció. Però no és el més important per fer complir la norma. El compliment de la norma té moltes més possibilitats de donar-se si s'ha entès la seva utilitat i l'hem fet nostra.

El desenvolupament moral i de valors dels joves que desenvolupin un tipus de raonament i pensament prosocial i empàtic, que també els porti a entendre millor la necessitat de la existència i el respecte a les normes i les lleis. Vinculat al desenvolupament moral hi ha el **tema de les lleis i les normes**. L'individu, progressivament, passa dels primers estadis on les lleis i les normes es compleixen per la por al càstig, als estadis més evolucionats on es compleixen perquè s'entén quina és la utilitat d'aquestes, quina és la seva intenció i les conseqüències de complir-la o no, tant a curt, a mitjà, com a llarg termini.

La immaduresa en el raonament moral fa que, en moltes ocasions, els joves no siguin capaços d'interioritzar les normes i regles perquè no acaben d'entendre la seva finalitat. D'aquesta manera, apareixen conductes caracteritzades per transgredir les convencions socials i de desconsideració cap als altres.

El jove va assumint i acceptant aquestes normes, les fa seves, de tal manera que passen a formar part del seu repertori de conductes. Ja no són pautes externes, sinó que apareixen l'auto disciplina i l'autocontrol. Un mateix s'imposa les normes. I aquest es un pas fonamental per aconseguir la independència associada a l'adulthood.

Exercici pràctic: Dinàmica del dibuix col·laboratiu d'un cotxe.

Començarem la dinàmica preguntant de manera breu què passaria si no hi haguessin normes al futbol, o si no existissin normes de trànsit. La resposta a aquestes preguntes és que seria un caos.

Tot seguit, es comença amb la primera dinàmica, la de dibuixar un cotxe entre tots, i posar-li un nom al prototip.

Ara us repartirem fulls i llapis i haureu de dibuixar un cotxe entre tots (una part cadascú, en fulls diferents, cadascú la seva part en un full). És a dir, haureu de parlar entre vosaltres per veure quina part del cotxe dibuixa cadascú, quina mida, etc., per tal que, finalment, quan ajuntem tots els papers, surti un cotxe més o menys proporcionat. També heu d'acordar un nom per al vostre prototip.

Se'ls deixarà uns minuts perquè s'organitzin per poder dibuixar el cotxe i començarà l'activitat. A partir de grups de 10 membres es poden fer dos grups i d'aquesta manera a l'haver-hi una certa competitivitat l'activitat guanya en interès per als joves.

Un cop dibuixades de forma individual les parts s'han d'ajuntar les peces (retallar-les) i enganxar-les amb celo sobre una pissarra o be a la paret

El resultat s'haurà d'assemblar el màxim possible a un cotxe.

Un cop acabat l'exercici es tracta d'aprofundir en relació a com ha anat el procés per l'elaboració del prototip: Com han distribuït la feina?, com han acordat quina part feia cadascú?, com han acordat la mida?, com han acordat el nom?, qui ho ha decidit?, per què ho han fet així?, quines dificultats han tingut?, si els satisfà el resultat?, etc..

D'aquesta discussió el trainer n'ha d'extreure una reflexió en relació a l'origen i la necessitat de les normes i de com ens poden ajudar a assolir objectius col·lectius.

Aquesta activitat és un exemple de com es fan les normes. És a dir, quan sorgeix alguna problemàtica o es presenta alguna situació es plantegen una sèrie de criteris per resoldre-la. Així és com habitualment es fan les normes, consensuant-les entre tots i duent a terme l'activitat en base a aquestes. Així succeeix també amb el futbol o el trànsit, quan sorgeix una problemàtica s'acorden una sèrie de criteris per resoldre-ho.

Una variant que es pot introduir a l'exercici es la de demanar privadament a un dels participants que no faci cas de les normes del grup, per exemplificar què passa quan algú trenca les normes.

C) Estereotips de gènere i estils de relació familiar

Quan parlem de gènere, parlem d'allò que socialment s'espera o s'associa a homes i a dones, es tracta d'una construcció social que va més enllà de les diferències biològiques entre l'home i la dona. El gènere constitueix la construcció social dels sexes.

La família, l'educació formal i informal, les diferents religions, els mitjans de comunicació, entre d'altres factors, transmeten valors que la societat sustenta i que considera vitals per a la seva supervivència. Els rols i estereotips de gènere poden entendre's com a part d'aquests valors. El rol de l'home i de la dona ha estat sempre predeterminat, les seves respectives posicions socials clarament definides, i ser conseqüent amb això, ha estat una forma de sentir-se valorat i acceptat socialment.

La violència de gènere és aquella violència que exerceix l'home sobre la dona per l'únic fet de ser dona. Afecta directament a aquells aspectes que li permeten a la dona un desenvolupament autònom en societat: la seva autoestima, la capacitat de relacionar-se socialment, la distorsió quant a les pròpies capacitats, els nivells de simptomatologia psicossomàtica i les alteracions de l'estat d'ànim. Aquests elements són factors de risc que redueixen les capacitats de l'individu per actuar en

societat i constitueixen, les conseqüències de l'exposició per llargs períodes a situacions de violència de gènere.

Els agressors domèstics solen manifestar creences i comportaments que legitimen les diferències entre homes i dones. Aquestes diferències es materialitzen en una sèrie de privilegis mantinguts i incrementats al llarg de la relació de parella que intensifiquen la situació de desigualtat a la qual es veu sotmesa la dona.

Exercicis pràctics:

Dinàmica 1: Què vols ser?

En aquesta primera dinàmica es tracta de completar entre tots una taula amb dues columnes. En la primera, han d'escriure deu raons per les quals una dona podria desitjar ser home, i en l'altra, deu raons per les quals un home podria voler ser dona.

És millor treballar en grups petits i després posar-ho en comú. Als participants els pot costar molt trobar les raons per ser dona, però que les pensin, perquè les hi ha i de vegades fan referència a l'expressió d'emocions, al desig de protecció o a la maternitat i són aspectes que convé que aflorin perquè ells vegin que el model d'igualtat també els pot afavorir.

L'objectiu final de la dinàmica és que puguin parlar d'allò positiu que té ser home o dona per poder assenyalar que **tots tenim un sexe que ens ve "de sèrie" però que independentment de ser homes o dones tot té les seves avantatges i ningú és superior o millor que l'altre en funció del gènere al que pertanyi.**

RAONS PER DESITJAR SER HOME	RAONS PER DESITJAR SER DONA

Dinàmica 2: Estereotips de gènere i de família

Aquesta segona dinàmica tracta de **constatar la presència del sexisme i de la discriminació en les seves idees i en les seves vides**. Com són moltes expressions, algunes es poden oferir simplement com una sèrie d'ítems amb els quals estar d'acord o en desacord i treballar en debat de grup tres o quatre de tot el llistat. Les frases que es proposen tenen a veure amb: estereotips sexistes, mites sobre la violència de gènere i mites sobre el feminisme.

Es proposa el següent llistat per iniciar el debat entre els participants:

- Els fills són més desordenats i bruts que les filles.
- A l'hora de començar una relació sexual és el noi el que ha de donar el primer pas.

- Els pares són menys afectuosos que les mares.
- Si una noia surt sola a la nit és que està buscant "guerra".
- Em fa més por que la meva filla s'emboliqui amb un canalla que si fos el meu fill.
- Els bons pares no et rallen.
- És normal deixar de veure als amics quan estàs en parella.
- Els pares m'han de defensar sempre.
- Si a la meva parella no li agrada la roba que em poso, hauria de canviar-me-la.
- Le feines domèstiques són cosa de les mares.
- No m'agradaria casar-me amb una dona que hagi tingut molts nuvis abans que jo.
- Si una persona m'estima ha de saber quan estic enfadat sense preguntar-m'ho.
- Si no sento gelosia és que no vull a la meva parella.
- A la meva parella no tinc per què donar-li explicacions.
- És lògic que les mares cuidin millor als fills, doncs genèticament estan preparades per ser més afectuoses.
- És lògic que l'home tingui infidelitats sexuals.
- Si la noia maltractada denuncia el maltractament està airejant problemes molt privats.
- El pare és el que ha de posar les normes a casa.
- La violència domèstica es dona només entre les persones més marginals i incultes.

- La noia maltractada aguanta la relació perquè en el fons deu agradar-li.
- Puc ser violent a casa si no en deixen fer el que vull.

El feminisme és el mateix que el masclisme però a l'inrevés.

5) APLICAR UN EXEMPLE PRÀCTIC D'AQUEST PROCÉS (45') [105']

Donat que aquesta sessió és una combinació d'explicacions més teòriques amb exercicis pràctics, les diferents pràctiques es proposen immediatament després de les explicacions teòriques.

6) COMIAT. (15') [120]

Agraïm la participació de les persones que han volgut participar, valorem l'esforç d'introspecció fet per part del grup i anunciem que la propera setmana es farà l'última sessió en què abordarem el tema de la resolució de conflictes.

Formació per a monitors auxiliars (monitors mirall)

SESSIÓ 3

Eines i estratègies per resoldre un conflicte.



1) CONTINGUTS DE LA SESSIÓ

- Com s'activen les conductes.
- La resolució de conflictes. (5 preguntes màgiques)
- La roda del canvi.
- Com fer el testimoni?

2) OBJECTIUS DE LA SESSIÓ

- a) Distingir el que és una opinió o un fet, del que és un problema.
- b) Reforçar la consciència de "problema", d'impulsivitat i de violència.
- c) Ser capaços generar diferents alternatives de resolució, escollir la millor i dissenyar un pla d'acció.
- d) Entendre la conducta violenta i les diferents tipologies.
- e) Saber identificar i triar l'estil de resposta adaptada i eficaç.
- f) Repassar les habilitats apreses, per a la resolució de conflictes.

3) PRESENTACIÓ DE LA SESSIÓ (5') [5']

Avui es el darrer dia d'aquestes sessions de formació per a monitors MIRALL, us en donem gràcies per haver acceptat participar-hi. Les vostres experiències i reflexions són molt útils per als joves que en aquests moments es troben en situacions de conflicte envers les seves famílies o parelles. Com heu vist cada situació es molt diferent però també hem pogut constatar que hi ha uns trets comuns que es repeteixen amb major o menor intensitat en totes aquestes situacions.

Avui veurem com s'activen les conductes violentes i les estratègies que es poden utilitzar (que heu utilitzat) per evitar-ho, serà doncs molt important fer una bona introspecció i recordar com ens ho varem fer per tenir-ne el control. També veurem quines són les eines i les estratègies que proposa el programa, per ajudar als joves participants a resoldre els conflictes violents en els que es puguin trobar.

4) REVISIÓ DELS CONCEPTES TREBALLATS AL PROGRAMA MIRALL

a) Com s'activen les conductes.

En primer lloc recordarem la seqüència:
EMOCIÓ -> PENSAMENT -> CONDUCTA.
I analitzarem que fa fallar en un exemple concret.

Dinàmica . Explicació vital dels meus actes violents. (20') [25']

Cada jove pensa un incident que hagi protagonitzat i on s'hagi exercit un acte agressiu o violent. Els joves expliquen breument l'incident que han pensat i el trainer en tria un, (a poder ser de l'àmbit familiar).

S'escriu a la pissarra un esquema del relat.

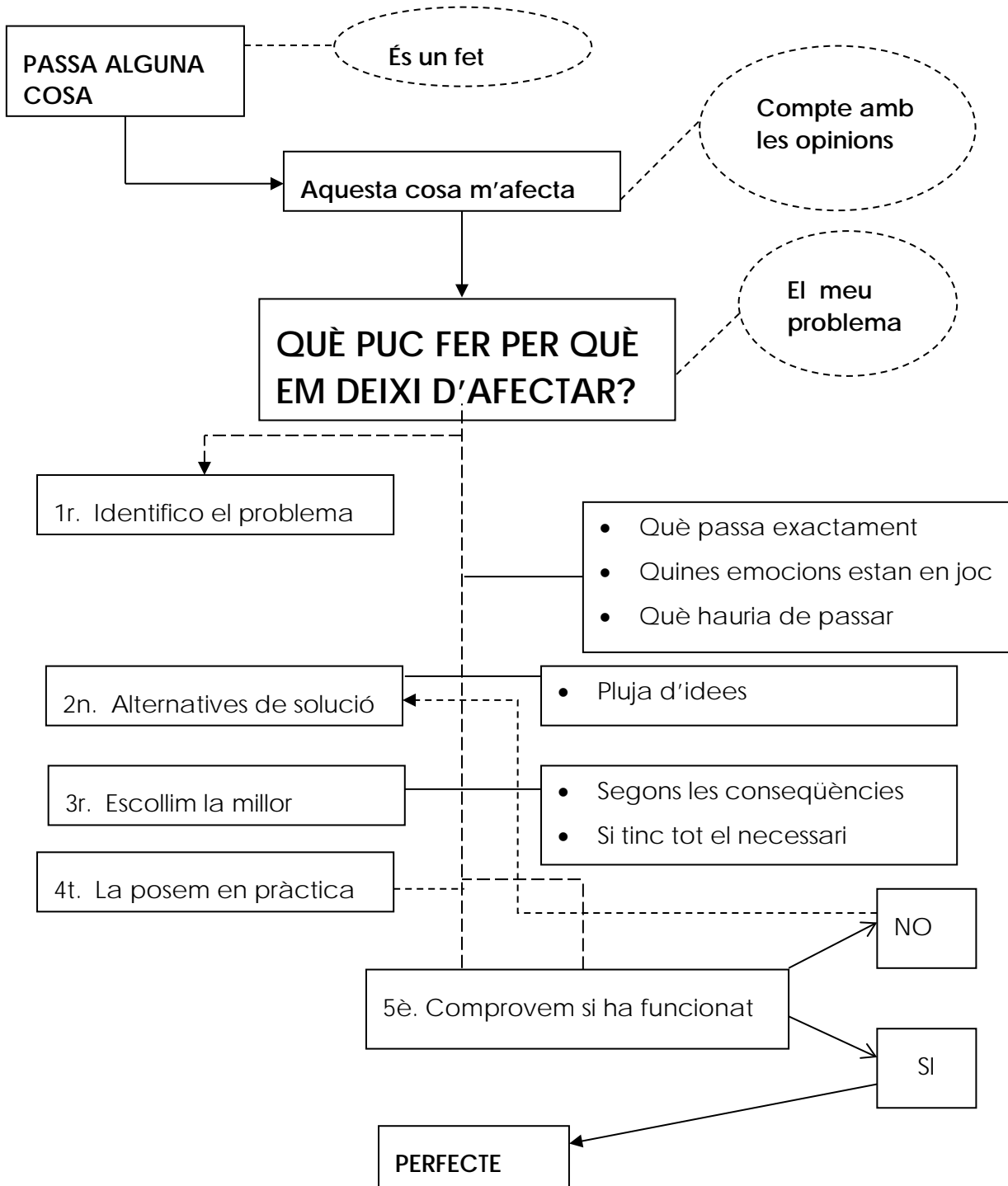
Quan va passar?	
Qui hi va participar?	
On va passar?	
Quin va ser el motiu?	
Quina responsabilitat creus que hi vas tenir?	
I la resta de participants?	
Quines conseqüències va tenir per tu?	
I per la resta de participants?	
<i>Si s'escau fer un croquis dels fets</i>	

b) Passos per la resolució de conflictes.

Apliquem el següent esquema al tercer dels supòsits que preveu el programa MIRALL i ho analitzem conjuntament. (20') [45']

<http://youtu.be/D5zaF61DeJO> (problema amb el whatsapp)

FITXA 7



c) Què es la roda del canvi?

Prenen consciència del canvi d'actituds i quin es el procés que varem seguir. Proposem el següent exercici que es treballa al programa MIRALL.

El canvi de sabates (30') [75']

Tot seguir demana, que tots els participants es treguin la sabata del peu dret i es posen en una pila al mig del grup.

Lavors el trainer auxiliar n'agafa dues d'un número semblant, i demana qui són els propietaris i les intercanvia.

Tot seguit els demana que intentin posar-se les.

- Expliquem que hi ha un proverbi xinès que diu "abans de jutjar al veí posa't les seves sabates "
- Els hi preguntem : quina creuen que és la primera condició per a poder posar-se les sabates d'una altra persona?
 - Haver-se tret primer les pròpies: *(Per poder, comprendre a l'altre, primer de tot has de sortir de tu mateix...)*
 - *Les sabates del company no van del tot be, van estretes o be van massa grans. "Només posant-se en el lloc de l'altre (sabates) es pot entendre be el seu punt de vista.*

Acabada la dinàmica s'introdueix i s'explica la teoria de la roda del canvi.



5) APLICAR UN EXEMPLE PRÀCTIC D'AQUEST PROCÉS (30') [105']

- En aquesta darrera sessió treballarem els continguts de les sessions 5, 9 i 10 del programa MIRALL.
- En aquest sentit es recomana repassar i simular les següents situacions en les que el monitor MIRALL ha d'intervenir.
 - La presentació de la sessió 9 on el monitor auxiliar explica com es va produir el seu canvi d'actitud envers la violència.
 - Pensar i preparar un incident violent relacionat amb la violència en l'àmbit familiar per poder-lo exposar de forma entenedora als joves del grup. (Aquest testimoni correspon a la dinàmica 6.3 de la unitat 5).
 - Pensar i preparar el testimoni en relació al moment en que el monitor va ser conscient del seu problema amb la violència en l'àmbit familiar.
- Aquest testimoni correspon a la presentació de la sessió a la unitat 10 del programa.

6) COMIAT. (15') [120]

Agraïm la participació de les persones que han volgut participar, valorem l'esforç d'introspecció fet per part del grup i anunciem que la propera setmana es parlarà de les conductes i les normes.

Per acabar analitzarem els materials penjats al face book, i farem alguna pràctica en relació a possibles aportacions i contentacions a fer en el cas de que participin directament com a monitors MIRALL en un grup de joves.

BIBLIOGRAFIA i agraïments

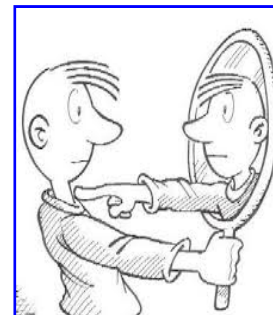
S'ha utilitzat elements d'aquests treballs on pot ampliar-se i documentar-se millor

- Nelis et alt.2011, cap.5 Diseño, aplicación y evaluación de programas de inteligencia emocional en educación; Bisquerra; R. Pérez, JC (2015)
- Auger, L. Ocuparse de sí: Guía práctica de microterapia. 15 setmanes d'exercicis de comprensió i actuació.
- Santacreu, R. El arte de amargarse la vida"; Ponte las gafas de la felicidad i Ser feliz en Alaska.
- Guenard, T. Más fuerte que el odio.
- Sorribes (2013) Una nueva guía para manejar sus emociones'
- Rojas Marcos, L (2010) Superar la adversidad. El poder de la resiliencia.
- Riso, W (2005) Ama y no sufras. Ed. Granica
- Martín Asuero (2010) Con rumbo propio. Mindfulness
- Frankl, V. El hombre en busca de sentido
- Salmurri, F Razón y Emoción
- Marina, J.A. (2012) Escuela de parejas. Ed. Ariel
- Seligman, M. (2015) La vida que florece, Ed. B

Agraïm sincerament la participació dels dos monitors MIRALL que han fet el seu testimoni fins aquest moment a les edicions pilot del programa: GERARDO i OSCAR. La valoració de les seves intervencions i de les seves reflexions expressades per escrit han estat de molta ajuda per la avaluació i revisió del programa.

7. Fitxa de derivació al Programa Mirall

FITXA de DERIVACIÓ al PROGRAMA MIRALL



1. DADES PERSONALS

NOM DEL JOVE		EDAT
TELÈFON		
NOM DE LA MARE		TEL
NOM DEL PARE		TEL
SITUACIÓ FAMILIAR NUCLI DE CONVIVÈNCIA (Genograma opcional)		

2. SITUACIÓ JUDICIAL DEL JOVE/MENOR

DELICTE O FALTA PEL QUAL EL MENOR ESTÀ EN EL CIRCUIT DE JUSTÍCIA JUVENIL
SITUACIÓ JUDICIAL:
<input type="checkbox"/> m. cautelar <input type="checkbox"/> m. ferma <input type="checkbox"/> assessorament tècnic <input type="checkbox"/> <i>sense mesura</i>

3. EQUIP QUE FA LA DERIVACIÓ

<input type="checkbox"/> Mediació	<input type="checkbox"/> Assessorament	<input type="checkbox"/> Medi Obert	<input type="checkbox"/> Internament	<input type="checkbox"/> SS Primària	<input type="checkbox"/> OAVD
-----------------------------------	----------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------

4. DISPONIBILITAT HORÀRIA

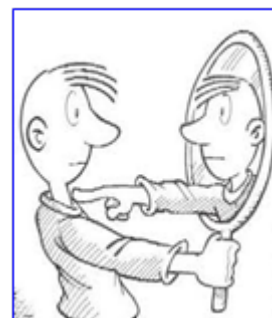
--

5. OBSERVACIONS

--

8. Document de compromís de participació

Contracte i compromís de participació al programa MIRALL



Nom i Cognoms.....

Edat Amb DNI/ NIE.....

Es compromet voluntàriament a mantenir i respectar els següents acords :

1r. A assistir regularment i puntualment a les sessions de treball acordades per tal de facilitar la bona evolució personal i del grup.

2n. A participar activament i responsablement en el treball de grup i realitzar les tasques que es desprenen d'aquesta implicació:

- Donar-se d'alta al facebook del grup.
- Fer un seguiment del material que s'hi pengi.
- Fer devolucions i comentaris del que s'hi plantegi.

3r. A acceptar que la participació grupal és un espai per al treball i la reflexió vers els temes plantejats en cada sessió a més d'aquells que sorgeixin durant la mateixa i, aquest fet, implica:

- Actuar amb sinceritat i respecte mutu durant les sessions, i per tant l'acceptació de les opinions que els companys puguin plantejar i valorar-les des d'una perspectiva de crítica constructiva
- Intervenir de forma correcta i educada , valorant les experiències dels altres, sense desqualificacions personals.

4t. A no presentar-se al grup sota els efectes del alcohol ni cap altre tipus de substància. Serà motiu d'expulsió i es passarà la informació al seu delegat o tècnic de referència.

5è. A tractar amb confidencialitat la informació que es treballi en el grup. El que es parla al grup es quedarà al grup.

6è. A no fer servir el mòbil durant el transcurs de les sessions, per respecte als companys i per tal de facilitar una major concentració de tothom.

D'aquest compromís me'n faig responsable pet mitjà la meva signatura, acompanyada de la ddel professional responsable d'aquesta derivació al **programa MIRALL**.

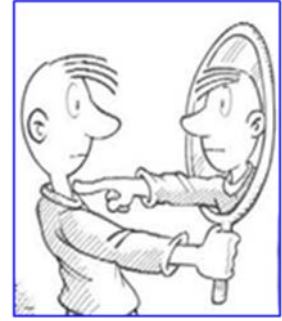
_____, _____ de _____ de 201_____

Signatura del jove

Signatura del professional

9. Certificat de participació

CERTIFICAT D'APROFITAMENT PROGRAMA MIRALL.



El Sr..... (cap del Servei de Suport a l'Execució Penal de Tarragona dels Serveis Territorials de Justícia de Tarragona - Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya⁸).

CERTIFICA:

Que amb DNI..... ha participat amb assistència regular i aprofitament en el **PROGRAMA MIRALL** amb una durada de tretze sessions per a capacitar en competències personals i socials, amb una durada de 25h.

.....^a Edició de l'any 201.... del de fins el de

I perquè consti i tingui els efectes que correspongui, signo aquest certificat.

....., de de 201.....

⁸ Referències del comandament o responsable que signa el document.