

EMPLÉATE CON HABILIDADES



- **Facultad de Educación**
- **Grado de Pedagogía**
- **Modalidad profesionalizadora (propuesta de mejora)**
- **Nombre del alumno/a: Tamara Cabrera Machado**
- **Correo electrónico del alumno/a: alu0100780024@ull.edu.es**
- **Nombre completo del Tutor/a: Juan Manuel Díaz Torres**
- **Correo electrónico del Tutor/a: jmdiazt@ull.edu.es**
- **Curso académico: 2015/2016**
- **Convocatoria: Junio**

Índice

Título	3
Resumen.....	3
Abstract	3
Palabras clave.....	4
Key words	4
Datos de identificación del proyecto	4
Justificación	6
Objetivos del proyecto	11
Objetivo general.....	11
Objetivos específicos.....	11
Metodología.....	12
Procedimiento/estrategia de intervención, identificando fases o momentos de la intervención y las técnicas a emplear	12
Actividades/tareas a realizar.....	13
Fase 1: “Puedo ser tú”	14
Fase 2: “Comunicación efectiva”	17
Fase 3: “Nos auto conocemos y resolvemos”	20
Agentes que intervienen y su papel/características	24
Recursos materiales, humanos o de otro tipo necesarios	25
Temporalización	26
Seguimiento de cada acción.....	27
Evaluación	27
Bibliografía	29

Título

Empléate con habilidades

Resumen

El presente proyecto constituye una propuesta de mejora de los cursos de formación que imparten las diversas fundaciones de carácter social a personas en riesgo de exclusión social con el objetivo de que los usuarios tengan posibilidades de encontrar un empleo.

La metodología que se llevará a cabo será participativa y enfocada en que los usuarios adquieran habilidades sociales básicas como pilar fundamental de la formación. Este énfasis de trabajar aprendizajes transversales se debe a que los usuarios no han obtenido las herramientas adecuadas para enfrentarse al mundo laboral, así como a mantener un empleo a lo largo del tiempo.

Para garantizar la adquisición de estos conocimientos, un/a pedagogo/a impartirá la formación, que consistirá en enlazar los conocimientos técnicos con habilidades sociales en un periodo de cuatro meses de duración, en los que se preparará al colectivo con ejemplos reales y simulaciones para que desarrollen sus capacidades y sepan afrontar su realidad.

Se realizará un seguimiento y una evaluación durante el proceso, donde se observarán los avances, las dificultades y los conocimientos que irá adquiriendo cada uno de los usuarios.

Abstract

This project constitutes a proposal of improvement of training courses that provide several social foundations to people at risk of social exclusion with the goal of users have possibilities to find an employment.

Our methodology will be participatory and focused on the purchase of basic social skills like fundamental base of the training. This emphasis to work transversal learnings is due to users have not get the suitable tools to confront to the labour world, as well as to keep an employment over time.

The pedagogue, who will teach the training, will ensure the acquisition of these knowledges that will consist in connecting the technical knowledges with social skills in a period of four months, in which the community will be prepared with real examples and simulations. In this way users will be able to develop their capacities and know how to face the reality.

During the process, it will carry out a monitoring and an evaluation where it will observe the progress, the difficulties and the knowledges that each one of the users will be getting.

Palabras clave

Propuesta de mejora, desempleo, formación, habilidades sociales, inserción laboral.

Key words

Proposal of improvement, unemployment, training, social skills, labour insertion.

Datos de identificación del proyecto

Se propone mejorar la formación que recibe el colectivo de desempleados aumentando las horas de habilidades sociales, ya que estas personas que acuden a las fundaciones a recibir formación, se encuentran en una situación de vulnerabilidad

debido a su contexto familiar, económico y social. Por ello, no sólo se encuentran en situación de desempleo, sino que presentan una serie de factores que les impiden insertarse, recibir otro tipo de formación o encontrar un trabajo de forma autónoma. Los usuarios pueden tener diferentes perfiles, como pueden ser: personas con discapacidad, población gitana, habitantes de barrios marginales, drogodependientes, etc.

La intervención social de estas fundaciones, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de las personas y colectivos en situación de desventaja con los que trabaja, se asienta en la formación integral, la inserción socio laboral. Las acciones de este tipo de instituciones se centran en la atención de personas para la búsqueda activa de empleo, gestión de ofertas de empleo y visitas a empresas para informar y llegar a establecer convenios con diferentes empresas (Ataretaco, 2016).

La metodología de trabajo de estas instituciones contribuye a que los usuarios entiendan las acciones formativas que se desarrollan en las distintas fundaciones, ya que fomenta la integración laboral de estos colectivos en riesgo de vulnerabilidad social por las distintas situaciones que les ha tocado vivir.

A pesar de que en su estructura aparece una serie de horas destinadas a los aprendizajes transversales, en ocasiones, determinados cursos presentan formaciones con una duración breve, incluyendo el periodo de prácticas externas en una empresa, por lo que simboliza un periodo de tiempo escaso para que los usuarios interioricen los distintos valores y habilidades que proponen. Por ello, se quiere focalizar en estos cursos de escasa duración para que sean aprovechados en su totalidad mediante una formación completa de habilidades sociales básicas, que el colectivo utilice para superar las adversidades y consigan acceder al mercado laboral de manera más fácil y teniendo las herramientas personales necesarias aunque no hayan recibido una formación reglada, formal y con una duración de un curso académico.

Por su estructura e intencionalidad, este proyecto podría implantarse y llevarse a cabo en cualquier fundación social que ofrezca formación al colectivo de

desempleados, como por ejemplo algunas situadas en Santa Cruz de Tenerife como la fundación Ecatar/ Ataretaco, Asociación Entrelazados, etc.

Por lo que este proyecto será una propuesta de mejora de este tipo de formación, debido a que estas personas, al encontrarse en una situación de vulnerabilidad, carecen de habilidades sociales básicas para enfrentarse al mundo laboral y a la sociedad en la que viven. Por ello, se trabajarán las habilidades sociales como aprendizaje primordial, enlazándolo con los aprendizajes técnicos necesarios, estableciendo para ello, una ampliación de las sesiones de habilidades donde se prepare al colectivo con herramientas que contribuyan a la inserción socio laboral, así como a manejar las distintas situaciones adversas con las que se encuentran los usuarios que presentan características de exclusión social o vulnerabilidad.

Justificación

Como se ha mencionado anteriormente, los usuarios que acuden a las fundaciones sociales a recibir formación presentan perfiles diferentes, aunque tienen en común el factor del desempleo. Por esta razón, éstas instituciones ofrecen formación a estas personas para que puedan integrarse socialmente, por lo que, en primer lugar, se deberá conocer algunos factores determinantes que produce esta situación de insuficiencia económica.

Según el Informe Bizkailab (2011) el desempleo tiene efectos psicológicos en mayor o menor grado en cualquier persona que durante cierto tiempo se encuentra en situación de inactividad laboral, pero esta situación es vivida de manera diferente según una serie de variables que intervienen en la forma de afrontarla como pueden ser: el tipo de recursos psicológicos que cada persona pueda desarrollar, la forma particular de percibir las situaciones, el género, la edad, la duración del desempleo, los recursos económicos, los apoyos sociales, las expectativas de encontrar empleo, etc.

Es por ello, que se pretende apoyar al colectivo para que tenga oportunidades de integrarse, ya que no sólo son determinantes las circunstancias de no obtener

ingresos económicos, sino el contexto el que hace que las personas queden en riesgo de padecer exclusión.

Por las circunstancias nombradas con anterioridad, son numerosas las distintas fundaciones sociales que ofrecen cursos de formación de cara al empleo a los colectivos más desfavorecidos, que se hallan en diferentes circunstancias que les han llevado a la exclusión social. Por estos motivos, este proyecto pretende apoyar a las instituciones para que continúen formando a los usuarios que acuden y que, a través de una formación completa, les permita acceder a un empleo a través del aprendizaje de habilidades sociales básicas.

Según la OCDE (2015) constan mediciones de las habilidades sociales y emocionales que incluyen medidas auto-descriptivas de personalidad, las características comportamentales y las evaluaciones psicológicas objetivas. Algunas de ellas han demostrado la capacidad de predecir distintos indicadores de éxito educativo, laboral y social que contribuyan a dotar de herramientas que prevengan una situación de vulnerabilidad. Por esta razón, el presente proyecto quiere otorgar las herramientas necesarias para que las distintas instituciones doten al colectivo de desempleados de los suficientes aprendizajes transversales para que abandonen su situación actual de vulnerabilidad y, en un futuro, puedan llegar a prevenir dicha situación.

Para conocer el concepto de vulnerabilidad, se aportará una definición que contribuya a su total comprensión, ya que este término aparece en la totalidad del presente proyecto.

El concepto de vulnerabilidad (Thomasz, Castelao, Massot y Eriz, 2014) es definido como una situación caracterizada por la correlación de circunstancias que aumentan la probabilidad de las personas y hogares de sufrir distintas situaciones que disminuyan dramáticamente su bienestar.

Esta definición deja claro que la vulnerabilidad surge de características y carencias que son comunes para grupos específicos de la población. En vista de que para la inmensa mayoría de la población el trabajo es la principal fuente de ingresos,

(Weller, 2009) un componente clave de la vulnerabilidad social se puede caracterizar como vulnerabilidad laboral. Este término no afecta a las personas al azar dado que al analizar el mercado de trabajo se constata una regularidad con que ciertos grupos muestran peores indicadores que otros. En el sentido de la definición citada, la vulnerabilidad laboral consiste en que a causa de las carencias de sus activos (conocimientos, habilidades, experiencia, acceso a capital, etc.), estos grupos no tienen acceso a actividades y oportunidades laborales que les facilitarían los ingresos para mejorar significativamente sus condiciones y calidad de vida.

Según se publica en el Informe de Competencias Profesionales y Empleabilidad (Consejo Económico y Social, 2015), constan unas cifras de paro de larga duración elevadas y crecientes: el 44,8 por 100 del total de los desempleados llevaba en 2015 dos o más años buscando empleo; se trata de un tipo de paro persistente que evidencia el riesgo de convertirse en crónico para un amplio volumen de población, cifrado en 2,3 millones de personas en el segundo trimestre de 2015. Si a los datos anteriores le incrementamos la situación de los colectivos en riesgo de exclusión social que están desempleados, la situación para los mismos es preocupante, debido a que hay que sumarle la desventaja del contexto social, que produce un aislamiento mayor.

A pesar de que se otorgan prestaciones de Rentas Mínimas de inserción, resulta un instrumento insuficiente contra la pobreza y exclusión social (Consejo Económico y Social, 2014) ya que necesitan formación y sobre todo habilidades sociales básicas que les permita alcanzar un empleo, mantenerlo y obtener una calidad de vida adecuada que les permita cubrir sus necesidades básicas.

En cierto modo, algunas personas pueden considerar que este tipo de situaciones están alejadas de la realidad y que únicamente determinadas personas son las que sufren vulnerabilidad o exclusión social, y están en un error. Toda persona puede ser vulnerable a alguna realidad social en algún momento de su vida (despido, desahucio, desamparo familiar etc.) por lo que son situaciones que pueden dejar en situación de aislamiento o abandono social a cualquier familia.

A pesar de la dureza del término y las situaciones que viven las personas con estas características, existen también mecanismos que actúan como una defensa para sobrellevar una situación difícil. Un elemento que puede combatir la vulnerabilidad es la resiliencia, que es la capacidad humana de controlar los niveles de sufrimiento y puede contribuir a que una persona pueda superar situaciones traumáticas sin derrumbarse con facilidad, puesto que, según sus situaciones, habrán tenido que pasar por determinadas circunstancias muy adversas.

De esta manera, el concepto de resiliencia tiene está relacionado con el de vulnerabilidad, ya que actúa como un mecanismo de defensa para combatir los efectos negativos que produce. Todas las personas disponemos de la capacidad de sobreponernos a la adversidad y al mismo tiempo ser capaces de enfrentarse a ella. Podemos decir que la resiliencia es un mecanismo innato que aparece para reducir la vulnerabilidad, aunque se deberá trabajar en cada individuo para que pueda afrontar o sobrellevar las situaciones adversas que se encuentre a lo largo de la vida. En este momento, el presente proyecto comienza a tener sentido, ya que pretende formar con estas habilidades a los usuarios que presenten situaciones difíciles.

Para referirnos a este término, es necesario concretar una situación adversa, de exclusión o traumática que puede llegar a vivir una persona. Debe existir una situación explícita, de adversidad, riesgo o trauma para lograr trabajar con los usuarios, que interioricen el término y puedan llegar a superar los problemas que se presenten. Estas situaciones pueden ser muy diversas y diferentes unas de otras. Y es partir de estas situaciones de donde se observa la capacidad de la resiliencia que puede llegar a tener cada persona (Carretero Bermejo, 2010).

Una definición más completa del concepto de resiliencia es la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al comenzar un evento estresante (Becoña, 2006) esta capacidad se activa en la persona, que habiendo vivido experiencias de adversidad, logra superar los factores de riesgo creando un escudo que le puede proteger contra las posibles situaciones estresantes y desestabilizadoras.

La figura de la resiliencia en cada individuo evoluciona durante el transcurso de su vida, al igual que el riesgo y la vulnerabilidad. Dependerá de las circunstancias de cada individuo, y el momento en el que le ocurre el problema ya que, no actuamos de igual manera durante la juventud que durante la etapa adulta, siendo distinto el nivel de resiliencia en ambas etapas. Las experiencias y el desarrollo de capacidades que controlan la vulnerabilidad y el riesgo hacen que nuestro grado de resiliencia en situaciones traumáticas sea mayor, y en consecuencia, con las herramientas adecuadas, se puede aprender a gestionar adecuadamente el riesgo y la vulnerabilidad ante una realidad.

Llegados a este punto, el objetivo como pedagoga sería el de dotar al colectivo de capacidades para reducir el riesgo de vulnerabilidad y, con ello, reducir al mínimo cualquier posibilidad de exclusión social, es decir, se debe formar al colectivo de desempleados en riesgo social para que gestione su situación de vulnerabilidad y esto se puede lograr a través del aprendizaje de habilidades sociales básicas.

El tema a tratar adquiere bastante relevancia e impacto ya está especialmente ligado a la situación actual que se vive en Canarias, (Diario de avisos, 2016) puesto que muchas familias carecen de ingresos económicos y pueden acceder fácilmente en el umbral de pobreza y, por tanto, pertenecer al colectivo de personas vulnerables.

Durante algunos meses, y tras mi experiencia personal en la fundación social Ataretaco, he podido comprobar que por distintas situaciones adversas, los usuarios se encuentran en exclusión social; la mayoría expone y reconoce que no posee las herramientas suficientes para integrarse en el ámbito socio laboral y muchos han perdido sus puestos de trabajo por estas carencias. Sin embargo, la gran mayoría de usuarios coincide en que las habilidades sociales son una herramienta necesaria en su vida cotidiana, puesto que consideran que cualquier persona puede obtener unos conocimientos técnicos, pero que los empresarios dan prioridad al aspirante a un puesto de trabajo que posea las herramientas personales necesarias para superar las dificultades y responsabilidades que conlleva un empleo.

El objetivo de este proyecto es focalizar sobre el aprendizaje de las habilidades sociales, realizando una formación con 16 semanas de duración en la que se hará énfasis sobre los aprendizajes transversales en su aprendizaje y que adquieran la importancia que merecen. Por ello, se plantea una intervención de tiempo extra en la que el colectivo que acuda a los cursos de formación situados en fundaciones sociales tengan la opción de adquirir herramientas para que no sólo consigan un empleo, sino para que también lo conserven en el tiempo.

Objetivos del proyecto

Para la realización del presente proyecto, se deberá trabajar sobre objetivos, con el fin de que los usuarios adquieran los conocimientos necesarios para lograr insertarse de la mejor manera posible en el ámbito socio laboral y logren abandonar su situación de vulnerabilidad y exclusión social. De este modo, se ha planteado un objetivo general y uno específico para realizar una intervención de manera más precisa.

Objetivo general

El objetivo general del proyecto se ha realizado teniendo en cuenta la realidad de las distintas situaciones de dificultad que presenta el colectivo:

- Proporcionar herramientas para que los usuarios sepan enfrentarse y resolver situaciones de conflicto en el ámbito socio laboral.

Objetivos específicos

Para llevar a cabo los objetivos específicos se trabajará con diferentes metas, que serán útiles a la hora de efectuar las diferentes acciones formativas con el colectivo y serán determinantes para realizar una correcta evaluación del proyecto, así como su propio seguimiento. Estas metas estarán destinadas a trabajar en la resolución de conflictos, siendo las siguientes:

- Lograr que el colectivo adquiriera herramientas para trabajar la empatía y asertividad.
- Conseguir que el colectivo adquiriera herramientas para trabajar el lenguaje verbal y no verbal para potenciar una comunicación efectiva.
- Suministrar al colectivo estrategias para el autocontrol en diferentes contextos para que los usuarios puedan integrarse con facilidad.

Metodología

El proyecto estará basado en un enfoque participativo, en el que los usuarios puedan involucrarse, opinar y debatir sobre las acciones propuestas para que puedan aprender de cada experiencia y desarrollen una escucha activa entre ellos mismos.

Se llevarán a cabo actividades dinámicas adaptadas a las necesidades y perfil del colectivo con el objetivo de que los participantes desarrollen una actitud abierta y receptiva, sintiéndose partícipes del proyecto en todo momento.

Por lo tanto, el sentido de la intervención será que el colectivo aprenda que con las herramientas adecuadas se puede conseguir y mantener un empleo, así como evitar situaciones de vulnerabilidad y exclusión social en distintos contextos, tanto en lo social y cotidiano, como en el ámbito laboral.

Se trabajará por fases en las que aprenderán habilidades socio laborales que estarán determinadas por diferentes metas que el colectivo deberá cumplir durante el proceso.

No será necesario realizar la tarea de captación de usuarios ya que las fundaciones son las encargadas de derivarlos a los cursos de formación. Por lo tanto, es a partir de este momento, donde comienza a desarrollarse el presente proyecto.

Procedimiento/estrategia de intervención, identificando fases o momentos de la intervención y las técnicas a emplear

La metodología estará dividida en tres fases, con el objetivo de que los usuarios adquieran los conocimientos de forma más precisa y completa. En cada fase se

trabajarán los objetivos específicos propuestos con anterioridad siguiendo las pautas establecidas para que guíen a los técnicos durante todo el proceso educativo:

1. La primera fase será destinada a comprender los conceptos de empatía y asertividad. Esta fase se encuentra al inicio, pero seguirán aplicándose estos conceptos a lo largo de las siguientes fases, puesto que estas dos habilidades representan un pilar fundamental en las habilidades sociales básicas, ya que permiten al colectivo crecer personalmente y relacionarse adecuadamente con el resto de la sociedad.
2. En la segunda fase se trabajará con el colectivo las herramientas necesarias para trabajar el lenguaje verbal y no verbal, ya que la buena comunicación es fundamental para la integración de los distintos colectivos. Con una comunicación adecuada el colectivo podrá resolver diversos problemas de manera autónoma, tanto en el ámbito laboral como en la vida cotidiana.
3. En la tercera fase tendrá lugar la adquisición de conocimientos referentes al autocontrol y autoconocimiento de los usuarios en diferentes contextos, debido a que por su situación de riesgo social, carecen de habilidades y siguen un instinto más impulsivo que puede ocasionar pérdidas de empleo o exclusión frente a otras personas.

Actividades/tareas a realizar

Como se ha nombrado con anterioridad, las actividades se realizarán enlazándose con los conocimientos técnicos requeridos por cada formación. Por ello, están destinadas y orientadas en el ámbito socio laboral para que el colectivo pueda relacionarlas inmediatamente con las habilidades que debe adquirir para el mismo.

Se han adaptado 15 actividades para cada bloque ya que se trabajarán tres veces a la semana, de esta manera las habilidades sociales estarán completamente presentes en la formación.

Para la semana 16 se plantearán actividades en las que se contará con distintas charlas y varias simulaciones de entrevistas que sirvan de motivación a los usuarios para acceder al periodo de prácticas externa en una empresa.

Las actividades podrán llegarse a cabo durante todo un año académico, debido a que como se ha nombrado con anterioridad, se ha adaptado el cronograma para que puedan trabajarse durante 4 meses enlazándola con cada formación que se ofrezca.

Fase 1: “Puedo ser tú”

A través de este primer bloque, el colectivo deberá aprender el concepto de la asertividad lo que esta implica, con el fin de fomentar un comportamiento más asertivo y empático entre los usuarios.

Dado que se enseñará al colectivo el concepto de asertividad, aunque es probable que no tengan ninguna noción de su significado, se harán las intervenciones para que lo puedan aprender a través de dinámicas con el objetivo de que lleguen a experimentarlo por ellos mismos y así, puedan sacar sus propias conclusiones del concepto y de su importancia de cara a la vida cotidiana.

- Nombre de la actividad: “El reflejo”
 - 1) Se contarán situaciones ficticias donde varias personas están en una situación vulnerable (reflejo de su exclusión social) y reciben burlas por parte de otros ciudadanos debido a su condición.
 - 2) Se realizará una observación general entre los usuarios para que comenten entre ellos.
 - 3) En tercer lugar, tendrán que definir las características que observan en los demás compañeros.
 - 4) Una vez den sus opiniones sobre la situación tendrán que decir porque esas personas, a pesar de su problemática, deben ser respetadas por el resto de la población.
 - 5) Para finalizar la sesión deben concluir con que significa para ellos el concepto de respeto y de empatía.
 - ✓ El objetivo de esta actividad es que los usuarios conozcan la importancia del respeto y la empatía.
- Nombre de la actividad: “Nos solidarizamos”
 - 1) Se plantearán diferentes imágenes donde aparecerán distintos colectivos en exclusión social.
 - 2) Deberán empatizar con ellos y explicar que sentimientos le transmiten cada una de las imágenes.
 - 3) Más tarde, deberán reflejar los prejuicios que siente la sociedad de cada uno de los colectivos.

<p>4) Se creará un debate para intercambiar opiniones y clarificar el concepto de empatía.</p> <p>✓ Objetivo: que el colectivo interiorice el valor de la empatía.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Nos entendemos mejor” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se formará un debate sobre el tipo de música que a cada usuario le gusta escuchar, y propondrá una canción para escucharla de manera grupal, en el que hayan diferentes puntos de vista y opiniones sobre la canción. 2) Se trata de aprender que pueden existir puntos de vista diferentes y no por ello enfadarnos, empeñándonos en que los/as demás se den cuenta de que están equivocados/as y solo vean nuestro punto de vista. 3) El objetivo es opinar y escuchar intentando aprender de los demás y a su vez conocer los diferentes tipos de música. 4) Por último se creará un debate sobre las distintas opiniones y el respeto que se debe de tener sobre cada una de ellas. <p>✓ Objetivo: respetar los distintos puntos de vista de cada persona.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Saca las piedras de tu mochila” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se plantearán situaciones de conflicto que pueden ser cotidianas en un puesto de trabajo. 2) Se proporcionarán distintas pautas para que el colectivo trabaje la asertividad. 3) Se podrán por parejas y tendrán que trabajar la asertividad con la persona que plantee el problema. 4) Se hará un debate final. <p>✓ Objetivo: comprender el concepto de asertividad y los beneficios de tener un comportamiento asertivo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “El circo de las mariposas” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se presentan dos cortometrajes del “circo de las mariposas” 2) Se reparten papeles para que cada participante exponga en tres palabras lo que ha sentido durante los videos. 3) Deberán leer lo que han escrito a sus compañeros 4) Se hará un debate para sacar conclusiones. <p>✓ Objetivo: que los usuarios trabajen la autoestima, la seguridad personal y la gestión de emociones.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Qué puedo aportar” <ol style="list-style-type: none"> 1) Los usuarios deberán hacer un balance sobre lo que pueden aportar en un trabajo. 2) Para ello se harán varias preguntas como por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> -¿Se han preguntado alguna vez qué has hecho y que has aprendido a lo largo de la vida? -¿Cuáles son vuestras competencias? -¿Pueden resultarles útiles para vuestro futuro trabajo? <p>✓ Objetivo: que los usuarios aporten al grupo los conocimientos que han adquirido a lo largo del curso.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Cómo me veo y cómo me ven” <ol style="list-style-type: none"> 1) Los participantes escribirán en un papel 3 actividades que creen que hacen bien y 3 que no tanto.

<p>2) Deben escoger a 3 personas que le conozcan bien y les pide que identifique por ellos 3 aspectos en los que creen que tienen buen desempeño y otros 3 en los que no tanto.</p> <p>3) Más tarde deben contrastar sus creencias con las de las personas a las que han preguntado para ver si coinciden y si han descubierto algún aspecto de sí mismo nuevo.</p> <p>✓ Objetivo: que los usuarios aumenten la seguridad en sí mismos y desarrollen una escucha activa.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Mi marca personal” <p>1) Se les proporcionará a los participantes imágenes sobre la importancia de la imagen personal.</p> <p>2) Deberán elegir las que consideren que tienen una buena imagen para un puesto de trabajo.</p> <p>3) Se estimulará el debate y se compartirán experiencias de procesos de selección de personal o casos que conozcan de su entorno.</p> <p>✓ Objetivo: conocer la importancia de una buena imagen para un puesto de trabajo y sepan empatizar.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Los estereotipos” <p>1) Se introduce el concepto de estereotipo</p> <p>2) Se anima al grupo a que hagan un listado con los que tengan poniendo en una columna los positivos y los negativos.</p> <p>3) A continuación se estimula el debate con las siguientes preguntas:</p> <p>-¿De dónde surgen los estereotipos?</p> <p>-¿Son justas las generalizaciones?</p> <p>-¿Se reflejan los estereotipos en nuestros actos?</p> <p>-¿Los actos que discriminan a determinados colectivos aumentan el problema?</p> <p>✓ Objetivo: que los usuarios aumenten su empatía y disminuyan sus prejuicios.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Relaciones laborales” <p>1) Se plantea al grupo la pregunta abierta de cómo se pueden mejorar las relaciones interpersonales.</p> <p>2) Las aportaciones se escribirán en la pizarra para que todos puedan verlas.</p> <p>3) Se realizará un debate.</p> <p>✓ Objetivo: que los usuarios conozcan los beneficios de mejorar las relaciones del entorno de trabajo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Reflexionamos” <p>1) Se invita a la reflexión individual sobre cómo gestionamos nuestras emociones y nuestros fracasos y los aprendizajes que se pueden derivar de ellas.</p> <p>2) Tras esta reflexión se propicia que se compartan experiencias en el grupo.</p> <p>3) Por último se introducen las siguientes preguntas:</p> <p>-¿La rabia se desahoga?</p> <p>-¿Es mejor mantener la calma, reflexionar sobre los errores y no volver a cometerlos?</p> <p>-¿Eres capaz de ponerte en el lugar de una persona con problemas graves?</p>

<p>Objetivo: que los usuarios adquieran el concepto de asertividad, la gestión de emociones y la tolerancia a la frustración.</p> <p>✓ Objetivo: reflexionar sobre los errores cometidos a través de la gestión de emociones y la empatía.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: "La importancia de la gestión" 1) Se presentará el concepto de gestión emocional. 2) El grupo deberá identificar situaciones de pérdida de autocontrol y respuestas alternativas. <p>✓ Objetivo: conocer la gestión emocional, el autocontrol, la escucha activa y la comunicación asertiva.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: "Somos asertivos" 1) Se plantea al grupo distintas situaciones de conflicto entre compañeros de trabajo. 2) Cada usuario deberá dar una contestación de cada problemática de forma asertiva delante del grupo. 3) Se harán conclusiones finales con un debate. <p>✓ Objetivo: distinguir los comportamientos asertivos y sepan actuar ante distintas situaciones.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: "Analizamos la realidad" 1) Se requieren grupos de 5 personas. 2) Cada grupo deberá escribir en un papel 3 situaciones de enfrentamiento que hayan visto en televisión o en prensa. 3) Más tarde deberán exponer las situaciones delante de sus compañeros con sus respectivas soluciones. <p>✓ Objetivo: que los usuarios sepan responder de forma correcta ante situaciones difíciles.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: "Cortometrajes asertivos" 1) Se proyectarán cortometrajes en los que se destaque la empatía y la asertividad. 2) Se realizarán preguntas que inviten a la reflexión <p>✓ Objetivo: que los usuarios expresen los conocimientos adquiridos a lo largo del bloque.</p>

Fase 2: "Comunicación efectiva"

En esta fase se trabajará la comunicación verbal y no verbal, siendo de especial importancia para los usuarios ya que conocerán las pautas de una comunicación efectiva y cómo pueden mejorarla a la hora de conseguir un empleo y mantenerlo.

Las dinámicas de este bloque están destinadas a enseñar a los usuarios habilidades de comunicación como la escucha activa, gestión de diferentes situaciones, escucha activa, empatía y asertividad. De manera que podrán observar la importancia de una buena comunicación con las demás personas.

<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: "Comunícate"
--

<p>1) Para esta actividad se creará una baraja de cartas donde se vean reflejados todos los estilos de comunicación, correctos e incorrectos.</p> <p>2) Los usuarios cogerán una carta y la representarán delante del grupo y dirán si ese estilo de comunicación es correcto o no, aclarando así cuales son los estilos de comunicación correcta y adecuada para mantener relaciones personales.</p> <p>✓ Objetivo: adquirir pautas sobre una correcta comunicación.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Lenguaje técnico” <p>1) Se les repartirá a los usuarios unas pautas de lenguaje adecuado que muestre respeto y educación.</p> <p>2) Se realizarán entrevistas ficticias entre los compañeros para observar si han adquirido los conocimientos de forma correcta.</p> <p>✓ Objetivo: conocer un vocabulario correcto y lo apliquen en su día a día.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “El teléfono” <p>1) Se trata de un juego simple y eficaz para mostrar en la práctica la importancia de una buena comunicación.</p> <p>2) Se pedirán seis voluntarios para que transmitan la información.</p> <p>3) Un voluntario le contará una serie de mandatos relacionados con el trabajo a otro y esa persona la contará al siguiente y así sucesivamente hasta que llegue al último.</p> <p>4) El último de los participantes deberá decir en voz alta al grupo lo que ha entendido de la historia.</p> <p>5) Se corregirán los errores y se realizará un debate sobre la importancia de la comunicación</p> <p>✓ Objetivo: comprender la importancia de entender la información y verificarla antes de sacar conclusiones.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Expresión corporal” <p>1) Se formarán 5 grupos, aproximadamente.</p> <p>2) Cada equipo debe contar una pequeña historia mediante signos corporales.</p> <p>3) Se compartirán las opiniones entre todos los participantes.</p> <p>✓ Objetivo: comprender la importancia de una correcta comunicación.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “En silencio” <p>1. Se harán 5 grupos personas, aproximadamente.</p> <p>2. Se planteará una situación de conflicto por cada grupo.</p> <p>3. Los participantes deberán solucionarla sin hablar.</p> <p>4. Se compartirán en el grupo las conclusiones.</p> <p>✓ Objetivo: adquirir responsabilidades y solucionar diversos conflictos a través del lenguaje corporal.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Pensar antes de hablar” <p>1. Todos los participantes se colocarán en círculo.</p> <p>2. Se elegirán a cinco personas que mostrarán situaciones de conflictos al grupo dentro del círculo.</p> <p>3. Los participantes que están dentro del círculo deberán actuar como los conflictivos y, de manera individual,</p>

<p>deberán conversar con el resto.</p> <p>4. El resto de participantes deberán contestar las cuestiones de manera pausada y calmada para buscar una solución a cada conflicto, dándoles 20 segundos para que puedan pensar bien esa respuesta.</p> <p>✓ Objetivo: trabajar la resolución de conflictos a través de un lenguaje correcto.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Interpretamos los gestos” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se crearán diferentes situaciones en las que los participantes deben reflejar mediante gestos y posturas distintos estados de ánimo. 2) En segundo lugar se les pondrá en la situación de que están en una entrevista de trabajo y deben mostrar y reflejar actitudes positivas para conseguir el puesto. 3) Debatir sobre la importancia de los gestos y el tono de voz al hablar con el resto de personas. <p>✓ Objetivo: interiorizar la importancia del lenguaje no verbal y la importancia de reflejarlo correctamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “El círculo positivo” <ol style="list-style-type: none"> 1) Cada participante deberá valorar las cualidades o actitudes positivas del resto de compañeros 2) Se repartirán papeles con el nombre de todas las personas para que puedan escribirlo. 3) Finalmente se repartirán los papeles con los elogios a cada participante 4) Se hará un debate con conclusiones sobre la autoestima. <p>✓ Objetivo: utilizar un lenguaje correcto, aumentar la autoestima y la valía personal de cada uno de ellos.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Cuento vivo” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se relatará a los participantes el inicio de una historia que deberán continuar. 2) Deberán utilizar un lenguaje y una expresión correcta durante su transcurso 3) Se hará un debate sobre lo ocurrido. <p>✓ Objetivo: utilizar la improvisación y los conocimientos que han ido adquiriendo a lo largo de esta fase.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Auto motivación” <ol style="list-style-type: none"> 1) Identificar a nivel individual cuales son los elementos que proporcionan seguridad en la familia, en el trabajo y en la sociedad. 2) Formar equipos de 4 o 5 personas para elegir cuales incluyen en el folio final. 3) Deberán exponer en equipo lo que han escrito y las razones por las que lo han elegido así. <p>✓ Objetivo: desarrollar una escucha activa y aumentar su seguridad exponiendo sus ideas delante del grupo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Selección correcta” <ol style="list-style-type: none"> 1) Se realizará una práctica real de preparación de una entrevista de trabajo 2) Se pedirá la presencia de cinco voluntarios para que les realicen la entrevista los compañeros 3) Cinco de ellos serán los jueces, por lo que valorarán las diferentes actitudes que muestran sus compañeros. 4) Se creará un debate para comentar lo sucedido. <p>✓ Objetivo: obtener pautas para actuar correctamente frente a una entrevista y sus beneficios.</p>

- Nombre de la actividad: “El arte de expresar”
- 1) Se proyectarán varios cortometrajes relacionados con la importancia del lenguaje verbal y no verbal.
- 2) Se divide la clase en dos grupos y deberán explicar el tipo de lenguaje y el sentimiento que quieren expresar los actores del vídeo
- 3) Se harán conclusiones para aclarar los distintos tipos de comunicación y su correcta utilización.
- ✓ Objetivo: identificar los distintos comportamientos relacionados con el lenguaje.

- Nombre de la actividad: “Slogan publicitario”
- 1) Cada usuario deberá desarrollar una especie de slogan de para tratar de “venderse” a una empresa.
- 2) Se anima a que algunos voluntarios compartan su slogan con el grupo.
- 3) Se hará un debate.
- ✓ Objetivo: reflexionar sobre cualidades positivas además de expresar de manera correcta su slogan.

- Nombre de la actividad: “¿Sabemos escuchar?”
- 1) Los participantes deberán responder individualmente una serie de preguntas para evaluar sus capacidades de escucha activa.
- 2) Más tarde deberán explicar frente al grupo lo que han contestado y porque consideran que tienen o no esas habilidades.
- 3) Se hará una puesta en común donde comentarán intercambiarán opiniones.
- ✓ Objetivo: conocer la clave de una comunicación efectiva.

- Nombre de la actividad: “Los números”
- 1) Se solicita a cualquier participante que diga al compañero de su derecha cualquier número, pero con una determinada entonación (autoridad, tristeza, temor, alegría, desgana, etc.)
- 2) El receptor debe responderle con cualquier número pero con la misma entonación y gestos.
- 3) Luego dirá al compañero que le sigue otro número cambiando de entonación y así sucesivamente.
- ✓ Objetivo: conocer la importancia de los elementos de la comunicación como el tono, el volumen y la velocidad.

Fase 3: “Nos auto conocemos y resolvemos”

Las actividades que se realizarán en este último bloque estarán destinadas a trabajar el autocontrol, autoconocimiento, resolución de conflictos y aumentar el nivel de autonomía de los usuarios.

- Nombre de la actividad: “Iniciales”
- 1) Cada participante deberá decir su nombre y apellidos.
- 2) Con las primeras letras de su nombre o su apellido deberá nombrar tres cualidades y tres defectos que

considera que le definen.

✓ Objetivo: trabajar el autoconocimiento, la autoestima y la seguridad personal

• Nombre de la actividad: "El respeto es así"

- 1) Se aportarán diferentes imágenes en las que se den situaciones en las que se observe el respeto.
- 2) Se explicará en cada una porque se está dando una situación en la que se pueda percibir el respeto y ellos participarán compartiendo sus impresiones.
- 3) Por último, se les darán diferentes pautas para ser personas respetuosas y cívicas y se les explicará la importancia de ser un ser con el valor del respeto bien adquirido.

✓ Objetivo: comprender la importancia del respeto en todos los ámbitos de la vida.

• Nombre de la actividad: "Cómo te sientes"

- 1) Se entregan al grupo imágenes, postales, recortes de revistas en gran número y variedad. Las fotografías deben expresar pensamientos, sentimientos, valores, emociones
- 2) Cada usuario tendrá que elegir tres que expresen algún aspecto de su persona. La elección se hace en silencio.
- 3) Una vez elegidas las mostrará a los compañeros/as y explicará el motivo de su elección.
- 4) Para terminar la actividad, cada usuario comentará cómo se ha sentido al hablar al grupo de cada uno y al escuchar a los demás, pero sobre todo, indicará si se ha sentido respetado por el grupo al exponer sus pensamientos.

✓ Objetivo: trabajar la gestión de emociones, la autoestima y el respeto por el resto de opiniones.

• Nombre de la actividad: "¿Qué es la tolerancia?"

- 1) Se mostrarán videos donde se den situaciones de tolerancia, y también de casos en los que se vulnere la tolerancia.
- 2) Una vez finalizado cada video se les preguntará cuales muestran tolerancia y cuáles no.
- 3) Dadas sus opiniones, se les preguntará ¿por qué? Y se les insistirá en que a pesar de que algunos de sus compañeros opinen lo contrario se les respete su opinión porque eso es ser tolerable.
- 4) Por último, se les darán pautas de lo que es realmente ser tolerable y se volverán a analizar los videos para indicarles cuales son buenos casos de una tolerancia adecuada.

✓ Objetivo: trabajar la tolerancia, la asertividad, la escucha activa y la resolución de conflicto entre ellos.

• Nombre de la actividad: "Exprésate libremente"

1. Se proyectará un vídeo que refleje varias situaciones de conflicto con sus respectivas soluciones.
2. Cada participante deberá expresar las emociones sentidas durante el conflicto mediante gestos o sonidos que representen la emoción sentida. El resto deberá averiguar las emociones de los demás compañeros.
3. Se harán conclusiones generales una vez finalizada la actividad donde mostrarán su acuerdo o desacuerdo con las emociones interpretadas y expresar porqué sintieron esa emoción y no otra.

<p>✓ Objetivo: trabajar la asertividad, gestión de emociones y la resolución de conflictos entre los usuarios.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Posible realidad” 1. Se entregará por parejas un breve papel de teatro que deberán interpretar. 2. Cada pareja tendrá que crear una situación de conflicto frente a sus compañeros mediante actuaciones que puedan dañar a la otra persona en esa situación. 3. Una vez finalizada la actuación, se realizarán aportaciones de cada participante en las que se muestren posibles soluciones a los conflictos planteados con anterioridad. <p>✓ Objetivo: trabajar el respeto y la resolución de conflictos.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Auto-contrólate” 1. Se planteará una escena de tensión en la que se necesite el autocontrol para encontrar una solución. 2. Los participantes deberán expresar su actitud ante la escena, utilizando el modo correcto para solucionar la situación. 3. Se harán conclusiones finales. <p>✓ Objetivo: que se trabaje la resolución de conflictos y el autocontrol ante situaciones límite.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Nivel de autonomía” 1. Los participantes deberán crear por parejas situaciones en las que uno de ellos sea únicamente el que disponga de autonomía. 2. El resto del grupo deberá exponer porqué el que no tiene autonomía está en esa situación y en cómo los demás podemos contribuir a aumentarla. 3. Se comentarán las situaciones al final de la actividad. <p>✓ Objetivo: concienciar sobre la importancia de la autonomía personal y aumentar la asertividad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “No es la solución” 1. Se elegirá a un grupo de 5 personas para que hagan una pequeña obra de teatro en la que se exponga una ruptura familiar por un conflicto absurdo. 2. El grupo deberá pensar diferentes formas de reconciliación en la que se arregle la situación familiar. 3. Cada participante esperará su turno y explicará los efectos negativos del conflicto. <p>✓ Objetivo: intervenir ante una situación de conflicto, intentando resolverlo mediante el diálogo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad: “Publicidad engañosa” 1) Los participantes observarán imágenes de spots publicitarios y programas de televisión donde se vean situaciones de comportamiento agresivo, y cómo se responden entre sí. Se reflejarán diversidad de comportamientos para que distingan tanto la comunicación agresiva como el comportamiento agresivo. 2) Tendrán que apuntar tanto las conductas verbales y no verbales del comportamiento asertivo como pasivo y agresivo. 3) Finalmente, se hará una puesta en común, con el fin de que distingan entre buenas y malas, y ellas mismas

busquen modos de responder ante las conductas negativas con esos ejemplos

✓ Objetivo: conocer las buenas conductas y sepan llevarlas a cabo en su día a día.

• Nombre de la actividad: "Inventario de problemas"

1) Dividimos el grupo en dos, a ser posible con el mismo número de personas. Uno de los subgrupos formados, sigue las instrucciones del folio en el que se deberá realizar un inventario para una empresa importante. Primero de forma individual y después se pone en común y el deben ponerse de acuerdo y realizar una lista entre todos.

2) El segundo grupo observa las siguientes características:

- Personas del grupo que lideran el desarrollo de la reunión.
- Personas cuyos comentarios no tienen ninguna incidencia, (no se les hace caso).
- Como toman las decisiones en grupo.
- Observar el ambiente de la reunión (clima positivo, posibles agresiones verbales, etc.)

3) El segundo grupo en general deberá de observar, las dificultades que se encuentran como grupo para llegar a un acuerdo. Después de que el primer subgrupo haya realizado su tarea, el segundo grupo pone en común ante este primero, las observaciones realizadas. Lo último que haremos será con todo el grupo en común, reflexiones sobre los resultados obtenidos y observados.

✓ Objetivo: conocer el funcionamiento del grupo, detectar conflictos, roles, etc.

• Nombre de la actividad: "El cliente agresivo"

1) Cada participante deberá crear una pequeña situación de conflicto con un cliente.

2) Se colocarán por parejas para realizar una interpretación de lo que han propuesto a la persona que tengan enfrente.

3) La persona que recibe la información debe intentar solucionar la situación utilizando la mediación y la educación.

✓ Objetivo: conocer los distintos tipos de clientes problemáticos y saber resolver conflictos.

• Nombre de la actividad: "yo intentaré"

1) Haga que los estudiantes escriban tres finales para las siguientes frases incompletas:

En situaciones frustrantes, yo intentaré...

Cuando me sienta enfadado y agresivo, intentaré...

Cuando esté en una situación de conflicto, intentaré...

2) Se realizará el siguiente debate:

¿Qué escribieron? ¿Cómo llegaron a esas decisiones? ¿Qué significa desarrollar un código personal de conducta? ¿Qué tipo de compromisos implica? ¿Será fácil o difícil seguir lo que han escrito? ¿Cómo podrías ayudarles a los demás a seguir lo que han escrito?

✓ Objetivo: aumentar la autonomía y la toma de decisiones.

- Nombre de la actividad: “Demuestra tus competencias”
 - 1) Los usuarios deberán hacer un listado con 5 de sus competencias.
 - 2) Se indicará que escriban por cada una de ellas ejemplos o situaciones en las que las han puesto en práctica
 - 3) Se expondrán en alto con todos los compañeros.
 - 4) Se hará un debate para sacar conclusiones.
 - ✓ Objetivo: adquirir confianza en sí mismos y conozcan las competencias que tienen.
- Nombre de la actividad: “¿Encajo?”
 - 1) Los usuarios deberán analizar en grupo ofertas de trabajo relacionadas con las acciones de capacitación que se desarrollan fijándose en las competencias que piden en cada una de ellas.
 - 2) Si la oferta ofrece poco detalle, se pide a los participantes que se pongan en el lugar de la empresa e identifiquen qué competencias son relevantes para el puesto.
 - 3) Cada participante debe colocar en una columna las competencias que posee y en la otra las que cree no poseer.
 - ✓ Objetivo: desarrollar seguridad personal y adquirir la importancia de las competencias transversales.

Agentes que intervienen y su papel/características

El agente que va a intervenir en el presente proyecto será un/a pedagogo/a, seleccionado/a por las fundaciones que imparten los cursos de formación. Será el/la responsable de que el colectivo adquiera las habilidades transversales planteadas y, a su vez, enlacen los conocimientos técnicos que suponga la formación determinada.

Como principales características, el/la técnico deberá obtener suficientes habilidades sociales que le faciliten impartir las distintas formaciones que aquí se proponen y ser capaz de intervenir en todo el proceso para que los usuarios alcancen la meta educativa. Entre estas habilidades, deberá ser un buen dinamizador y organizador de grupos con el objetivo de crear un buen clima entre los usuarios para que expresen libremente opiniones, sensaciones y sentimientos cuando estos surjan. Por otro lado, deberá ser un buen facilitador y mediador para intervenir en posibles situaciones de conflictos y llegar a una correcta solución, así como tener como prioridad el bienestar, las aspiraciones y necesidades de cada una de las personas que formarán parte del proyecto.

Recursos materiales, humanos o de otro tipo necesarios

En cuanto a la financiación, el presente proyecto puede ser presentado a entidades como “La Caixa” o cualquier Ayuntamiento que contribuya a su financiación para llevarlo a cabo con la población.

Al tratarse principalmente de una mejora curricular de los cursos impartidos, el proyecto se adaptará al tiempo, con el objetivo de que se trabaje por completo cada acción, de manera que se cumplan las metas nombradas con anterioridad. Por lo tanto, no se elevará el presupuesto ni la financiación, al contar con los mismos recursos de los que disponen las diferentes fundaciones para impartir los distintos cursos formativos que ofrecen actualmente.

De igual forma, la estimación del presupuesto asignado para la realización y la puesta en marcha del presente proyecto se desglosa de la siguiente manera con el objetivo de aclarar lo anterior nombrado. Se hará un balance anual, contando con la presencia real de tres cursos de cuatro meses de duración en el año:

RECURSOS MATERIALES FUNGIBLES	• Paquetes de folios (3 unidades por formación)	• 30 euros
	• Cartulinas varias (10 unidades por formación)	• 24 euros
	• Lápices y bolígrafos (2 paquetes por formación)	• 18 euros
RECURSOS MATERIALES INVENTARIABLES	• Aula	• 0 euros (propiedad del centro a utilizar)
	• Proyector	• 0 euros (propiedad del centro a utilizar)
	• Libros para las formaciones (3 unidades)	• 60 euros
RECURSOS HUMANOS	• 1 Pedagogo/a a tiempo completo	• 14.400 (1.200 euros/mes)
INFRAESTRUCTURAS	• Instalaciones de la entidad formadora o centro ciudadano del lugar.	• 0 euros (entidad colaboradora)

TOTAL DE RECURSOS MATERIALES	TOTAL DE RECURSOS HUMANOS	TOTAL DE RECURSOS DE INCIDENCIAS
132 euros	14.400 euros	300 euros

❖ ESTIMACIÓN DEL PRESUPUESTO TOTAL: 14. 832 euros.

Temporalización

A continuación se especificarán las fases y el periodo temporal en el que se realizarán las actividades que se realizarán durante la intervención con los usuarios. La duración de las dinámicas está estimada y calculada para que se realicen en aproximadamente 1 hora y media cada una.

BLOQUE I “PUEDO SER TÚ”

FASE	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 5
BLOQUE I	“El reflejo”	“Saca las piedras de tu mochila”	“Cómo me veo y cómo me ven”	“Relaciones laborales”	“Somos asertivos”
	“Nos solidarizamos”	“El circo de las mariposas”	“Mi marca personal”	“Reflexionamos”	”Analizamos la realidad”.
	“Nos entendemos mejor”	“Qué puedo aportar”	“Los estereotipos”	”La importancia de la gestión”	“Cortometrajes asertivos”

BLOQUE II: “COMUNICACIÓN EFECTIVA”

FASE	SEMANA 6	SEMANA 7	SEMANA 8	SEMANA 9	SEMANA 10
BLOQUE II	“Comunícate”	“Expresión corporal”	“Interpretamos los gestos”	“Auto motivación”	“Slogan publicitario”
	“Lenguaje técnico”	“En silencio”	“El círculo positivo”	“Selección correcta”	“¿Sabemos escuchar?”
	“El teléfono”	“Pensar antes de hablar”	“Cuento vivo”	“El arte de expresar”	“Los números”

BLOQUE III: “NOS AUTO CONOCEMOS Y RESOLVEMOS”

FASE	SEMANA 11	SEMANA 12	SEMANA 13	SEMANA 14	SEMANA 15
BLOQUE III	“Iniciales”	“¿Qué es la tolerancia?”	“Auto-contrólate”	“Publicidad engañosa”	“yo intentaré”
	“El respeto es así”	“Exprésate libremente”	“Nivel de autonomía”	“Inventario de problemas”	“Demuestra tus competencias”
	“Cómo te sientes”	“Posible realidad”	“No es la solución”	“El cliente agresivo”	“¿Encajo?”

“SEMANA FINAL”

FASE	SEMANA 16
SALIDA	Actividades finales “simulacros de entrevistas y charlas motivadoras a los usuarios”

Seguimiento de cada acción

FASES	INFORMACIÓN DE INTERÉS SOBRE CADA ACCIÓN	ANÁLISIS
FASE I	Como técnica principal se utilizará la observación para detectar actitudes positivas y negativas, así como para detectar si los usuarios adquieren la información de manera adecuada. Por otro lado, se pasarán cuestionarios a los usuarios al acabar cada bloque, con preguntas que determinarán si han adquirido correctamente los conocimientos requeridos.	El éxito dependerá del nivel de participación y de la implicación de los usuarios en el conjunto de las actividades propuestas.
FASE II		
FASE III		

Evaluación

Llegados a este punto, se realizará la evaluación del proyecto que permitirá conocer el grado de eficacia y de impacto de la propuesta de mejora de las acciones propuestas con anterioridad. Por otro lado, la evaluación se realizará para detectar y mejorar las insuficiencias que se podrían ocasionar durante el transcurso de las formaciones.

Para llevarla a cabo, se realizará una evaluación procesual durante el desarrollo de cada una de las fases para verificar que el colectivo logra alcanzar los objetivos propuestos. Por otro lado, se tendrá en cuenta una serie de indicadores que permitirán valorar con precisión la calidad, validez e implicación de los usuarios que participan en el proyecto.

FASES	OBJETIVOS	INDICADORES
GENERAL		<ul style="list-style-type: none"> - Número de usuarios que participa en el proyecto -Grado de implicación y participación de los usuarios -Grado de motivación de los usuarios
FASE I	-Lograr que el colectivo adquiriera herramientas para trabajar la empatía y asertividad.	<ul style="list-style-type: none"> -El colectivo conoce el concepto de asertividad -El colectivo conoce el concepto de empatía -El colectivo reconoce situaciones donde se debe presentar un comportamiento asertivo -El colectivo es consciente de la importancia del habla asertiva a la hora de comunicarse.
FASE II	-Conseguir que el colectivo adquiriera herramientas para trabajar el lenguaje verbal y no verbal para potenciar una comunicación efectiva.	<ul style="list-style-type: none"> -El colectivo conoce las herramientas suficientes para una comunicación efectiva. -El colectivo conoce los beneficios de un correcto lenguaje verbal en determinadas situaciones. -El colectivo conoce la importancia del lenguaje no verbal como forma de expresión directa.
FASE III	-Suministrar al colectivo estrategias para el autocontrol en diferentes contextos para que los usuarios puedan integrarse con facilidad.	<ul style="list-style-type: none"> -El colectivo aplica los conocimientos de la FASE I y la FASE II en esta fase final. -El colectivo conoce estrategias de autocontrol. -El colectivo conoce los beneficios de una escucha activa y asertiva. -El colectivo aplica en las simulaciones los conocimientos que han adquirido.

Bibliografía

Ataretaco (2016) *Fundación Canaria para la formación integral e inserción socio laboral*. Recuperado de: <http://www.ataretaco.org/>

Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, volumen 11 (3), 125-146 (Recuperado el 23/02/2016) de: <http://aepcp.net/arc/01.2006%283%29.Becona.pdf>

Carretero Bermejo, R. (2010) Resiliencia: Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Revista Crítica de Ciencias Sociales y jurídicas* volumen 27 (3), 120-131 (Recuperado el 23/02/2016) de: <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/nomadas/27/raulcarretero.pdf>

Consejo Económico y Social (2014): *Memoria de la Situación Socioeconómica y laboral de España*. Nº 22 (Recuperado el 03/03/2016) de: http://www.ces.es/documents/10180/2772085/Memoria_Socioeconomica_CES2014.pdf

Consejo económico y social (2015): *Informe de Competencias Profesionales y Empleabilidad*. Nº 3/2015 (Recuperado el 03/03/2016) de: www.ces.es/documents/10180/2471861/Inf0315.pdf

Cruz Roja alerta del aumento de la exclusión social y la pobreza en Canarias, (2016) *Diario de avisos*. (Recuperado el 21/03/2016) de: <http://www.diariodeavisos.com/2016/02/cruz-roja-alerta-del-aumento-exclusion-social-pobreza-en-canarias/>

Informe Bizkailab (2011): *Desempleo como factor de vulnerabilidad a la exclusión social*. (Recuperado el 21/02/2016) de: <http://www.bizkailab.deusto.es/wp-content/uploads/2012/04/5707-Report-01-Inserci%C3%B3n-laboral.pdf>

OECD (2015): *Habilidades para el Progreso Social: el poder de las habilidades sociales y emocionales*. (Recuperado el 10/03/2016) de:

<https://www.oecd.org/edu/cei/skills-for-social-progress-executive-summary-spanish.pdf>

Thomasz, Castelao, Massot, y Eriz, (2014) Riesgo Social: Medición de la Vulnerabilidad en Grupos Focalizados, *Cuadernos del CIMBAGE volumen (16)*, 27-51 (Recuperado el 08/10/2016) de: http://www.econ.uba.ar/www/institutos/matematica/cimbage/Cuaderno16/Thomasz_Castelao_Massot_Eriz.pdf

Weller (2009) *El fomento de la Inserción Laboral de Grupos Vulnerables. Consideraciones a partir de cinco estudios de caso Nacionales*. Naciones Unidas: Santiago de Chile. (Recuperado el 24/02/2016) de: http://www.lai.fuberlin.de/homepages/marull/Forschung_und_Publikationen/Weller.pdf