

Projecte i fulla de ruta per terapeutes Intervenció

Centre Penitenciari de Brians 2



Coordinadora: Elisabeth González Díaz

2016/17

Contenidos

L 'associació	4
Objecte social, objectius i activitats a realitzar	4
Objectius Específics	4
Població Objecte de les Intervencions	4
Tipologia d'Activitats	4
Metodologia i funcionament econòmic	5
Introducció al projecte de Brians 2	6
Objecte d'intervenció	6
Objectiu general	7
Presentació del taller	8
Metodologia	10
Document informatiu per al centre penitenciari i curs voluntariat penitenciari	10
Establir un primer taller de presentació de T'A amb el grup d'interns	11
Desenvolupament del taller	11
Exemple d'una proposta pràctica:	12
Autoavaluació	14
Equip de professionals	15
Annex	15

Part I (Informació general)

PART 1

L'associació

L'Associació Teràpia a l'Abast es constitueix el 19/09/2013 com a entitat sense ànim de lucre que neix de la unió de diverses necessitats i desitjos:

La disponibilitat d'espai al local de l'Escola del Taller de Gestalt de Barcelona (psiCORporal) La preocupació per la situació social actual, amb persones immerses en un important de malestar, per a qui seria molt beneficiós disposar d'un suport terapèutic però que es troben sense possibilitats d' assumir el cost econòmic.

L'interès per a realitzar pràctiques professionals per part d'ex-alumnes i alumnes de l'Escola del Taller de Gestalt de Barcelona, que es troben als darrers cursos de formació.

L'oferiment de professionals terapeutes interessats a prestar un servei de manera voluntària. Som un col·lectiu de professionals terapeutes, majoritàriament formats en Teràpia Gestalt i afins, que voluntàriament i conscients de les dificultats socioeconòmiques actuals, oferim un servei d'atenció terapèutica a l'abast de tothom.

Tots els terapeutes són voluntaris/es i no cobren pels serveis que ofereixen, i alhora tots són socis de l'Associació Teràpia a l'Abast. Les activitats que realitzen són sense ànim de lucre. Els recursos econòmics s'obtenen de les quotes dels associats i de les aportacions voluntàries, i es destinen íntegrament a finançar la pròpia activitat de l'associació, amb una gestió transparent.

1.1

Objecte social, objectius i activitats a realitzar

Objecte Social

Els fins de l'associació s'orienten a posar eines de suport i acompanyament a l'abast de persones i organit-

zacions en situacions de crisi i per al creixement integral de l'individu.

1.2

Objectius Específics

- ▶ Oferir suport i orientació emocional a persones/col·lectius en situació de crisi i amb pocs recursos econòmics.
- ▶ Oferir supervisió al professional i voluntaris de les entitats socials afins, donant suport, emocional i tècnic.
- ▶ Afavorir tasques de voluntariat, en un marc estructurat, a professionals de la relació d'ajuda.
- ▶ Oferir pràctiques supervisades a ex-alumnes i alumnes dels últims cursos de l'Escola de Taller Gestalt que hagin assolit un adequat nivell de capacitació.
- ▶ Donar a conèixer la Teràpia Gestalt

1.3

Població Objecte de les Intervencions

Persones en situació de crisi que necessiten suport emocional i alhora no disposen de recursos econòmics per accedir-hi.

Professionals de l'àmbit social i de la salut, voluntaris, familiars d'usuaris d'atenció psico-social.

1.4

Tipologia d'Activitats

- ▶ Sessions individuals i grupals de suport emocional i creixement personal, en el marc de la Teràpia Gestalt
- ▶ Sessions individuals i grupals en d'altres disciplines afins que puguin oferir les persones voluntàries: Te-

atre, loga, Psicoteràpia breu, Arteràpia, Focusing, Mindfulness....

- Supervisió per a professionals de l'àmbit de la relació d'ajuda com a facilitadors de processos de canvi i de creixement personal, ja sigui en sessions de teràpia, espais educatius, o dinamitzadors de tallers. La supervisió pot centrar-se en aspectes tècnics de la tasca professional, aspectes relacionals entre membres d'un mateix equip de professionals (millora de la comunicació, la participació, la coordinació...) i aspectes emocionals que es posen en joc durant l'exercici de la professió.

1.5 Metodologia i funcionament econòmic

A l'Associació Teràpia a l'Abast sols hi col·laboren professionals-terapeutes voluntaris/es, i no cobren pel servei que presten. Alhora, aquests professionals han d'esdevenir socis/es amb la finalitat d'establir un compromís i fer-los partícips del projecte associatiu. La quota actual és de 30€ a l'any, la qual pot ser revisada en cada assemblea ordinària.

En cas que el receptor dels serveis, ja sigui una persona física o una entitat, faci aportacions econòmiques voluntàries a l'Associació, aquestes aniran destinades a sufragar despeses generals, de difusió, de material, gestions, assegurances, etc.

Les persones voluntàries que vulguin participar en el projecte emplenaran una fitxa i seran entrevistades per algun membre de la junta.

Les persones i entitats interessades en els nostres serveis han d'emplenar la fitxa corresponent. (RRI).

Sessions grupals

Quan és una organització la que sol·licita els nostres serveis, un responsable de la Junta assignarà el/la professional més adient, en funció de la seva especialitat, experiència i disponibilitat.

L'oferta pot ser molt variada, des de coordinar un Grup d'Ajuda Mútua a preparar tallers específics o més elaborats. La primera part del projecte (punts 1-2-3) desenvolupa la presentació de l'Associació de T'A, els objectius i marc teòric per a la intervenció terapèutica.

PART 2

Introducció al projecte de Brians 2

el present projecte vol donar resposta a la demanda, per part de l'Equip Multidisciplinari del departament DAE del **CP Brians 2**, d'un espai terapèutic on les persones internes puguin treballar aspectes relacionals, d'autoconeixement, autoestima, motivació i expectatives de cara a la sortida de la presó.

La intervenció de Teràpia a L'Abast, es centrarà al DAE d'homes de **CP Brians 2**, aprofitant el nou enfoc que se li vol donar a aquest departament.

D'altra banda, els interns que vulguin rebre suport psicològic i emocional quan estiguin en llibertat o semilibertat, poden fer-ho a la nostra seu de T'A, prèvia valoració del nostre equip.

Amb el present projecte, es vol crear un espai en el què les persones puguin expressar obertament les seves preocupacions, pors, anhels, expectatives, etc. com a conseqüència de la seva propera llibertat, treballant de forma lúdica i vivencial els aspectes esmentats. A tal efecte, hem dissenyat una sèrie de trobades, amb continguts diferents i complementaris, que permetran a al participants fer un procés que parteix de la situació personal i relacional del moment present per acabar en allò que cada persona imagina/espera/desitja en el moment de sortir de la presó, reforçant els aspectes positius amb els que compta i intentant millorar aquells menys positius.

2.1

Objecte d'intervenció

Grup fixe:

- ▶ Homes entre els 25 i 50 anys
 - ▶ Han de restar-li com a mínim dos anys pel compliment definitiu
 - ▶ És un programa de 2 anys, en un any i mig per a què ja pugui sortir de permís
 - ▶ Ingressa al departament voluntàriament, pel desistiment delictiu i la millora de la seva qualitat de vida. "Hi ha un compromís ineludible".
- Signen conforme van a participar del programa. Es comprometen amb l'assistència i l'aprofitament al DAE (Departament D'Atenció Especialitzada). Al Manual d'intervenció penitenciària des del voluntariat trobareu més informació)
- ▶ "El consum dintre és molt greu. Ocasiona l'expulsió del programa".
 - ▶ "Els membres del DAE (usuaris, professionals, referents socials i familiars i entitats) intervenen en tots els àmbits funcionals de la vida quotidiana i de les necessitats de tractament individualitzat." (extret del projecte del DAE)
 - ▶ -En el DAE la part humana facilita que ells estiguin més tous i amb menys tensions
 - ▶ En aquest programa també hi ha: 2 educadors, 2 psicòlegs, 1 monitor, 2 mestres
 - ▶ El DAE compta amb un número màxim de 50 interns que tenen una normativa més relaxada com cel·les obertes, espais d'autogestió, sortides programades
- Altres aspectes:
- ▶ No són conscients que tenen un impuls desbordat, que no entenen molt bé el que els ha passat pel seu baix nivell cognitiu degut a la droga/alcohol. Poder molts d'ells han estat més de 20 anys drogant-se a diari
 - ▶ El perfil és més calmat, poden sostenir estar asseguts durant la sessió, les pauses, meditacions curtes...
 - ▶ Desconnectats del cos
 - ▶ Dificultat per assabentar-se del que els passa

- ▶ Tenen un gran recorregut de molts anys empresonats (almenys, els que em anat atenent nosaltres)
- ▶ Alta necessitat afectiva, es mostren agraïts quan reben afecte
- ▶ Alt grau de desconfiança
- ▶ Altament valorat per part del interns que el taller sigui voluntari (posem sense cobrar el nostre temps i dedicació)

2.2 Objectiu general

Afavorir que les persones participants millorin la seva autoestima i guanyin en confiança en relació als altres i en relació a les seves possibilitats de dotar de sentit propi i direcció a la seva vida després del seu pas per la presó.

Desenvolupar l'habilitat del adonar-se'n de si i del seu entorn.

Connectar lo viscut de les sessions amb les seves vides quotidianes.

PART 3

Presentació del taller

A partir dels primers contactes entre el Centre Penitenciari de Joves i Teràpia a l'Abast, sorgeix la iniciativa per part de Rafael (coordinador a Joves), de reunir-nos per escoltar les demandes del projecte del DAE a **Brians 2**.

Així, s'obre la possibilitat de realitzar un nou projecte amb un perfil molt diferent al de joves. Elisabeth González i Nora Espeche, ho accepten i desenvolupen. Es tanca l'equip amb la incorporació d'Esteban Miñarro. És un projecte d'àmplia durada que dona començament a l'octubre del 2015/2016 i que continua en el 2016-2017.

Les actes de T'A recullen tota aquesta informació amb més detall.

A partir d'aquí, la institució penitenciària de Brians 2 (el coordinador del DAE), omple i envia a T'A la fitxa d'entitats on exposa:

nom i persona de contacte, mail, adreça del centre penitenciari, objectius de la entitat, col·lectiu al que va destinat i demanda. (**Annex nº II**)

El Departament de Justícia de la Generalitat, necessita també les dades dels terapeutes (Nom i Cognom, DNI, data de naixement, país, entitat) i el consentiment signat. Aquest es porta personalment al Departament, C/ Aragó, 332, 08009 Barcelona, amb cita prèvia.

La persona encarregada és actualment Raquel Róbal. (**Annex nº I**)

La Generalitat de Catalunya, obliga a fer un curs de poques hores de durada al voluntariat penitenciari. Si la vostra participació és llarga, serà necessari fer-ho. Els terapeutes de T'A comptaran mentre tant amb el manual del curs en pdf.

T'A per la seva continuïtat amb el treball de voluntariat penitenciari té dos projectes inclosos en el mapa d'activitats elaborat des del Departament de Justícia i les

entitats Socials de la Comissió Permanent de la TPS (Taula de Participació Social). El llistat és accessible on line per facilitar el coneixement de l'oferta d'activitats que les entitats portem a terme als centres penitenciaris, centres oberts i durant el període de la llibertat condicional.

En aquest sentit, T'A ofereix als interns (quan ho demanin) després del seu pas per la presó, terapia individual a la seva seu, sempre amb la valoració de l'equip motor.

Recordar que el Projecte d'intervenció a Joves (Centre Penitenciari de Joves a la Roca del Vallès, davant de Quatre Camins), és en espera de ser reprès. Aquest està inclòs en la OIT i en el SAM (els interns han de ser escollits i adjudats en una llista per la Junta de Tractament i el Programa d'educació especial, tot rebent beneficis penitenciaris).

La diferència de Brians i Joves, és que a Brians l'assistència és obligatòria segons el PIT (Programa individualitzat de tractament facilitat per l'administració per a la promoció i creixement personal) i a Joves no hi ha obligatorietat d'assistència als tallers.

A partir de los primeros contactos entre el Centro Penitenciario de Jóvenes y Teràpia a l'Abast, surge la iniciativa por parte de Rafael, coordinador en Jóvenes, de reunirnos para escuchar las demandas del proyecto del DAE en Brians 2.

Así, se abre la posibilidad de realizar un nuevo proyecto con un perfil muy diferente al de jóvenes. Elisabeth González y Nora Espeche, lo aceptan y realizan. Se cierra el equipo con la incorporación de Esteban Miñarro. Es un proyecto de amplia duración que da comienzo en el 2015 / 2016 y que continua en el 2017.

Las actas de T'A recogen toda esta información con más detalle.

Part II (Informació específica pels terapeutes)

PART 4

Metodologia

Es treballarà de forma vivencial i lúdica, utilitzant diferents eines terapèutiques:

Arteràpia, treball corporal, cadira buida, enfoc en l'aquí i ara, maneig de polaritats, visualització d'imatges (imaginacions guiades, fantasia guiada), sensibilització i contacte, Tècniques de relaxació, Focusing, meditació, jocs de relació, jocs dinàmics, comunicació no verbal, expressió dramàtica, teatralització de situacions reals, entre d'altres.

Volem unir la teràpia Gestalt amb lo creatiu i treballar les inquietuds psicològiques desde diferents disciplines artístiques.

4.1

Document informatiu per al centre penitenciari i curs voluntariat penitenciari

El document informatiu (Projecte) per al centre penitenciari es va entregar al director i al coordinador del Dae, tanmateix, el DAE també va compartir el seu projecte amb l'equip de T'A.

Es va fer una reunió amb el director de **Brians 2**, per tal de presentar-nos la presó i exposar la normativa explícita amb els interns. És important no fer amistats ni favors, ens recorda que en general són molt manipuladors i ens explica casos reals succeïts amb voluntaris. Sobretot recordar que no podem entrar-lis materials ni reflexionar si el que et demana pot portar o no problemes. La resposta davant de qualsevol tipus de petició és No, i sempre preguntar a l'equip del Dae abans de fer res. A presó, és necessari seguir el protocol que hi hagi en aquell moment. Un dels valors que prima abans de tot, és la seguretat.

El centre és molt gran, com una petita ciutat. També es podrien fer els tallers en altres mòduls que no siguin DAE.

A continuació es descriuen els passos que donen les entitats:

4.1.2. L'equip del DAE, selecciona els participants del grup.

Les dues entitats es reuneixen inicialment.

- Quan és necessari, ens vénen a buscar a les entrades i sortides. Al Dae tenen l'autorització setmanal anual per mostrar a cada control.
 - S'accedeix amb el D.N.I. Et deixen un passe de color vermell que has de portar ben visible i tornar a la sortida on et retornen el teu D.N.I. Aquest vol dir que has d'anar a les entrades i sortides acompanyat per algu de l'equip penitenciari. Passat el temps col.laboratiu, es fa la demanda d'un passe verd per tal de no haver d'anar acompanyat. El director ha de donar el seu vist i plau pel passe als voluntaris.
 - És necessari que qualsevol material que es vulgui entrar, estigui en coneixement del coordinador del DAE mitjançant una llista que haurà de ser entregada amb anterioritat i aprovada. El primer lloc de control tindrà aquest llistat i comprovarà el material que ha d'entrar i sortir. (**Annex VIII**)
 - Una còpia de la nostra autorització ha d'estar en cada lloc de control, encara que de vegades es pugui ralentitzar l'accés.
 - Ambas entidades realizan una reunión inicial.
 - Cuando es necesario nos vienen a buscar en las entradas y salidas del centro ya que tienen la *autorización
 - de entrada semanal para mostrar en cada puesto de control. Se accede mediante el D.N.I.
 - Es necesario que cualquier material esté en conocimiento del coordinador DAE y del primer puesto de control mediante un listado que T'A entrega al DAE con anterioridad para su aprobación.
- *Una copia de la autorización, la han de tener en cada control, aunque a veces se puede ralentizar el acceso.

4.2

Establir un primer taller de presentació de T'A amb el grup d'interns

Aquest té per finalitat presentar l'activitat i exposar alguna cosa de l'enquadrament del taller. S'expliquen alguns dels següents aspectes:

- En què consisteix la Gestalt i qui som: Nom del Taller "Salir MEJOR ANDO TE"
- Com serà l'espai de treball: a què vénen, per a què estan aquí
- Com anem a treballar: que els pot aportar
- Explicar les normes de funcionament*:
 - » Confidencialitat
 - » Respecte dels altres, de l'espai i del material
 - » Normes (no fer-se mal...)
 - » Puntualitat
 - » Preavis de no assistència
 - » Durada de cada sessió
 - » Periodicitat de les sessions
 - » Compromís: qui no vol assistir entenem que té tota la llibertat per no formar part del grup
- Aclariment de dubtes i preguntes
- Consentiment verbal de cada intern per la seva participació en el taller

*Possible Desenvolupament de l'Enquadrament al punt 8

Les 4 primeres sessions (1 mes), donem la possibilitat que siguin per a que l'intern valori si vol estar en aquest taller o en d'altres que ofereixen diferents associacions. Demanem el seu compromís verbal d'assistència a la darrera. Després, cada sessió tindrà per objecte l'aprofundiment en uns aspectes concrets i es configura de manera que els objectius s'assoleixin de manera progressiva. Així, les primeres 6-8 sessions estaran dedicades a reconèixer i millorar aspectes personals i relacionals, deixant la resta de sessions per aprofundir en les pors i expectatives que cadascú té de cara al seu futur després de l'internament, així com a la millora d'aquells aspectes que poden facilitar la reincorporació a la vida després de la presó.

Ens hem dedicat a desenvolupar el A, B, C de la terapia Gestalt:

- Reconeixement, expressió, sensibilització, exploració interna

- Aprendre a adornar-s'en
- Anclatge corporal
- Concentració, reconèixer sensacions, emocions
- Aprendre a escoltar-se i escoltar a l'altre
- Aprendre a "Fer terapia"

4.3

Desenvolupament del taller

El taller es desenvolupa al llarg de sessions setmanals d'una hora i 30' minuts al llarg de tot l'any.

L'horari poder canvia cada any, es poden escollir diferents franges horàries.

Valorem fer el tancament del taller a principis de juny. Comença normalment a l'octubre.

El lloc de realització és al DAE. Ha de ser una aula que tingui intimitat. Si fos necessari, i ja passat un temps col·laboratiu prudencial, demanar permís per cobrir les finestres d'alguna manera, per respecte als participants.

És necessari un espai on sigui possible moure's per la sala, amb cadires o coixins per seure's.

El grup ha de ser mínim 6 persones i màxim 8-10. Les baixes poden ser substituïdes al llarg del taller sempre que els interns estiguin d'acord en ampliar el grup.

Els terapeutes més experimentats, estaran acompanyant als nous durant algunes sessions a l'inici del taller.

Els rols dels terapeutes poden anar canviant (segons es pacti).

4.3.2. Procediment per a la intervenció

En general, les sessions es distribuïr en 3 parts:

1. Treball corporal individual en grup o grupal
2. Propostes concretes de treball. Activitats que involucrin el nivell emocional i mental
3. Tancament de la sessió i recollida, feed-backs

El Model d'intervenció terapèutica, té present el cicle gestàltic:

1. Sensació, 2. Adonar-s'en, 3. Energetització, 4. Acció, 5. Contacte, 6. Repòs

Desenvolupaments i temporització aprox: 1h 30' o 2h (17'30-19)

- » 17'30 -17' 40h: Salutació, roda inicial, enquadrament 10'
- » 17'40 - 17'50h: Centrament 10"

- » 17'50 - 18'00h: Escalfament 10''
- » 18'00 - 18'30h: Treball central 30'
- » 18'30 - 19'00h: Tancament o roda final 20'
- » 19'30h: Retirada i recollida sala 20'

*Tenir presents el temps d'entrada i sortida, que solen ser entre 15-20 minuts aproximadament entrar i el mateix temps per sortir.

S'ha de calcular també el temps del trajecte i el de reunions per dissenyar la sessió i recollir-la.

Exemple d'una proposta pràctica:

0. ENQUADRAMENT. Roda inicial

Salutació, Com vinc avui... roda inicial per a tenir més present el que necessita el grup i com arriba la persona a la sessió.

- Mini roda de les expectatives que porten a la sessió i que exposin les seves necessitats
- Explicar les consignes bàsiques a seguir:
 - » Recordarem a cada sessió la consigna de confidencialitat i respecte per el que cada persona expressa, amb l'objectiu de no agredir a ningú
 - » Parlar en primera persona del present d'indicatiu
 - » Utilitzar la fórmula de: "Quan tu dius tal cosa, jo em sento així"
 - » Intentar sentir les emocions des del cos, notar-les
 - » Intentar notar els tres centres: què sento en el cos i a on; si hi ha alguna emoció i la puc ubicar en el cos; quin pensament associat apareix
 - » Confidencialitat: podré parlar de mi però no de l'altre, guardar el secret grupal
 - » Cuidar-cuidar-se: restituir en el grup el que ha passat fora i posar-ho en comú
 - » Llibertat: per sentir, i contenció d'actuació de les teves emocions, cuidar el respecte cap als altres, autoregular-se sense agredir
 - » Fer-se càrrec, apropiat-se, responsabilitzar-se: del que sent i de tot el que li passa per a no projectar-ho fora
 - » Semàntica responsable: el llenguatge és molt important, eliminar lo manipulador del llenguatge verbal. Parlar en primera persona del present d'indicatiu; utilitzar copulatives i, evitar preguntes per afirmacions, jo penso que...

- » Risc: anar una mica més enllà del conegut, és menys interessant si només et quedes amb allò que ja coneixes
- » Estar atents a la respiració

- Explicar el desenvolupament de la sessió i com anirem introduint la paraula stop durant el desenvolupament de les dinàmiques. Finalitzarem amb una roda per adonar-nos com entrem i com marxem.
- Recordar les normes del Centre i el respecte pels terapeutes i el material. (La única cosa que oferim és el taller, no fem favors, ni gravem música a ningú etc)
- Si és un primer contacte, crear un vincle amb els terapeutes i el grup mitjançant una roda de presentació, explicar la nostra trajectòria i com ens sentim. Introduir la nostra funció d'acompanyants, facilitadors de recursos i reguladors de temps entre d'altres.

1. SENSACIÓ, contacte amb mi mateix. Centrament

Fer un centrament i treballar la sensibilització corporal. Activitats que involucrin el nivell corporal, crear un vincle grupal a través del joc; un vincle emocional a través de la música i la pintura; mental a través de l'ús de la paraula

Per exemple:

Uns minuts per prestar atenció a l'interior

Facilitar que el grup passi a l'acció mitjançant un joc acompanyat de música, que indueix i energitza. Deixar anar la veu i respirar

- Ens treiem la mandra, movem el cos una mica i ens posem drets
- tres respiracions profundes, deixar anar un so, si surt, amb l'última espiració
- comencem a caminar per la sala, ulls semi tancats, mirada a terra
- com si fóssim cecs, posar l'atenció als sons de fora, lluminositat, temperatura, de l'espai on estem...

Uns minuts per prestar atenció a l'exterior

- centrem l'atenció en els nostres peus, notem punts de suport
- només observar com està el teu cos
- notar la columna, sentir com vas alineantte amb l'espai
- posar atenció a les sensacions corporals que apareguin, temperatura, olor...
- notar la respiració, com entra i surt l'aire pel nas, canvia de temperatura i s'escalfa

- al expirar notar com surt i deixar anar també tot el que ens sobra o no necessitem en aquests moments
- si ve algun pensament, el respirem i deixem passar
- observar zones del cos que tinguis més carregades, simplement posar consciència, sense intenció de canviar res... Imagina quin color té, ¿com sona aquesta incomoditat que sento en el cos? posali un so, una música i treulo cap a fora, balla aquesta zona del cos, quin moviment té?
- posa una paraula a tot això que et passa i que sents...

2. ADONAR-SE, des del cos i ENERGETITZACIÓ.

Escalfament

Ajudar a prendre consciència del que no s'han adonat, traspasar les resistències.

Donar temps per contactar amb la sensació

Exemple:

Amb ulls oberts, posar en contacte l'esquena del teu cos amb l'esquena d'un altre company.

Seguir per altres parts del cos, que els participants proposin noves consignes, participant de l'experiència (colze-ronyons...anar buscant diferents posicions)

- proposar fer grups de 345 amb la consigna, per exemple el cap al peu etc.
- parar i quedarnos com estem, deixarte notar quina sensació tens, quin sentiment, quin pensament
- sortir del contacte continuant en el mateix lloc on t'hagis quedat i tancar els ulls
- notar si ha canviat alguna cosa d'ençà que has entrat fins ara

3. ACCIÓ I CONTACTE. Treball central

Continuar amb aquesta actitud, buscar la mirada interna i deixar-te sentir què necessites... És el moment de decidir. Prové de la consciència d'una sensació. No té a veure amb l'activitat que moltes vegades és un refugi o escapada.

Si encara continues llegint aquesta intervenció, és que has pres l'acció de continuar la lectura, per tant has establert un contacte decidit i responsable de la teva pròpia acció. Si la decisió és no continuar llegint, el circuit és el mateix dintre teu.

- Proposta d'una nova dinàmica experiencial

4. RETIRADA I RODA FINAL. Tancament.

Posar paraules a lo viscut i connectar-ho amb la teva vida quotidiana.

Deixar-te notar com estàs, dir una paraula que reculli l'experiència, compartir el que vulguis amb el grup. Què veig jo de mi en el grup?

El tancament i acomiadament, pot ser una frase, paraula, moviment o un dibuix que deixi de manifest com et vas.

Per exemple:

tocar-se la part del cos que ara senti més, portant al cos el que ha sentit i expressar-ho amb un moviment.

Reflexió:

Prendre consciència de tot el que ha passat, de com actuo amb l'altre...

Has contactat amb alguna necessitat? com t'has quedat?, com surts?, de què t'has adonat? , què et portes?, què deixes? què fas tu?', què li succeeix a l'altre? , què succeeix en el grup?, jo abans i després, de què t'ha servit? pots relacionar-lo amb alguna cosa de la teva vida? recordes la paraula que has dit al principi quan has entrat? què no vols per al teu futur? Agraïments...

4.3.3. Tècniques, materials i recursos

En funció de les limitacions que defineixi la pròpia institució i les característiques del col·lectiu usuari, les seves motivacions i necessitats, es poden utilitzar materials com:

equip de música, bolígrafs, retoladors, paper, cartró, fang, ceres, pintures de dits, roba de disfresses, títres... es contemplen les qualitats dels materials pel que fa al grau de dificultat, risc i sensacions o emocions que provoquin la seva manipulació.

Tècniques Plàstic-Visuals d'Arteràpia: la Pintura, el Dibuix, el Collage, l'Escultura, Música.

El material bàsic de treball és de plàstica/dibuix i instruments musicals que no ofereix el centre penitenciari. El DAE compta amb algun tambor i sí ofereix fulls blancs i arxivadors de plàstic.

T'A posa a disposició dels terapeutes comprar material sota la seva aprovació i amb factura per a la tresorera. Comptem amb un altaveu que admet la connexió d'USB, ordinador. També mòbil per wifi. Aquest últim no és possible utilitzar-lo en un medi penitenciari.

A dintre del centre no es pot accedir amb mòbils. Hi ha rètols que ho indiquen i comptes amb una guixeta per guardar els teus efectes personals.

El nostre material (menys l'altaveu) està guardat en una maleta a l'oficina de Rafael

Béjar, al Dae. No cal retirar-lo a l'estiu, sempre i quan no hi hagi cap inconvenient per part del coordinador DAE, preguntar sempre.

Hi ha confeccionada un llistat amb material detallat i aprovat. Degut a que l'entrada de material comporta massa burocràcia, és millor entrar i treure el mínim possible, sempre que es pugui. (Annex n^oVIII)

4.3.4. Seguiment de les sessions i avaluació dels resultats

Quedaran recollits en les actes de les trobades de seguiment.

Les/els terapeutes completaran els següents registres:

- ▶ Fitxa de cada sessió (Annex III)
- ▶ Graella horària dels terapeutes (Annex V)
- ▶ Quadre resum de sessions i Seguiment dels interns (Annex VI)
- ▶ Demandes de material i llistat detallat (Annex VIII)
- ▶ Diari d'Arteràpia: treballs realitzats pels interns a les dinàmiques (Annex VII)
- ▶ Qüestionari/Avaluació final: recollida de devolucions dels terapeutes, dels funcionaris (si els veuen diferents) i dels interns. (Annex IX)
- ▶ (Desenvolupar-ho més a supervisió)
- ▶ Autoavaluació (Annex X)

El seguiment de les sessions i tot el material generat per terapeutes i interns, queda recollit en un Drive o Drop Box per compartir amb l'equip i coordinadora/or.

Aquest es lliurarà cada setmana o quinzenalment a la coordinadora/or que s'encarregarà de guardar-lo juntament amb tota la resta de documentació.

S'estableix un sistema d'avaluació i autoavaluació mitjançant qüestionaris que es lliuraran per escrit o verbalment: (Annex IX)

1. A l'equip de professionals de referència, per conèixer si han observat canvis o si tenen propostes de millora.

Pregunta per als funcionaris:

1. Hebeis observado algún cambio en relación al taller? (desenvolupar a supervisió)

2. Als mateixos participants, perquè puguin avaluar el treball que realitzarem i perquè puguin fer una autoavaluació, propasant millores i expressant els aspectes que no perceben com a útils.

- Fer un escrit de pre-ingrès i un altre de finalització, per què deixin el seu testimoni d'abans i després del projecte, on quedi reflectit el sentit dels seus avenços. A més de recollir suggeriments per realitzar canvis significatius. L'evolució és observable al Diari de Teràpia. Cada intern es durà el seu al finalitzar el taller, abans sempre s'ha de demanar consentiment al coordinador del DAE

Es poden enfocar preguntes en relació a la seva percepció del contacte amb les seves emocions, sentiments, impulsos, comportament, tolerància a la frustració, etc

Pregunta per als participants:

1. De qué me ha servido este grupo?

Tècnica (facilita l'expressió):

Por parejas:

2. Explica al compañero de que le ha servido el grupo, la valoración que pueda hacer
3. El compañero escucha sin intervenir y toma notas
4. Cambiar el orden
5. Ponerlo en común

Alguna valoració dels interns:

- "Cuando llegué al grupo me encontraba en la turbulencia, ahora valoro la calma"
- "Ahora me puedo mostrar, incluso me he dejado ver cuando lloraba"
- 3. Valoració com equip en relació al procés fet, grau de confiança...Mitjançant reunions de seguiment.

Pregunta per a l'equip DAE:

1. Hebeis observado algún cambio en relación al taller?

PART 4 Autoavaluació

Aquestes són algunes possibles preguntes d'avaluació:

- Quin grau de resolució s'ha obtingut?, en què?
- Què és el que no s'ha assolit d'aquest objectiu?
- Quins recursos, eines han assolit o han descobert treballant pel seu compte?
- Quins altres beneficis han hagut?
- Què és el que més/menys valors de la intervenció? idees per millorar-ho?

La labor de les/els terapeutes és supervisada per un professional designat dins del programa de Teràpia a l'Abast:

Durant el desenvolupament de les sessions, es realitzaran les reunions de seguiment de les/els terapeutes amb la coordinadora i el supervisor actual Lluís Fernández, aquest últim ofert per T'A.

Es realitza una sessió mensual, dia a pactar amb el supervisor.

Les supervisions penitenciàries són obertes pels socis de T'A.

És necessari assistir-hi, sempre que sigui possible.

A la finalització del procés de teràpia, les/els terapeutes, d'una banda, recolliran per escrit la valoració del taller per part de l'intern i s'entregaran els Diaris de Teràpia.

D'altra banda, les/els terapeutes i la coordinadora de l'equip de T'A, mantindran una reunió d'avaluació final on posaran en comú els resultats del taller que s'ha desenvolupat.

Alguna valoració de l'equip:

- Ha millorat la concentració, ha estat difícil degut a l'alta ansietat
- Va ser important el treball amb l'autoestima. Va aparèixer més confiança amb els terapeutes i els companys i va facilitar l'entrega i les propostes de treball terapèutic

PART 5

Equip de professionals

Mails

- ▶ Coordinadora T'A (nos comunicamos también por grupo WhatsApp):
 - » Elisabeth González elisabethgz@yahoo.es
- ▶ Terapeutas Actuales T'A (nos comunicamos también por grupo WhatsApp):
 - » Nora Espeche: xxxx
 - » Esteban Miñarro: xxxx
- ▶ Coordinador Brians2 en el DAE (nos comunicamos por grupo WhatsApp):
 - » Rafael Béjar: xxxx
- ▶ EQUIPO DAE (nos comunicamos por grupo WhatsApp):
 - » Carma i Salva

Currículums

Els nostres currículums estan afegits al Projecte de Brians 2.

Creiem que no és necessari compartir per escrit els currículums dels terapeutes de T'A, sí que els podem comentar entre nosaltres per conèixe'ns una mica més.

PART 6

Annex

Els annexes no adjuntats es troben recollits al drop-box. Es poden fer models nous que recollin les dades especificades en aquest document de ruta

FITXA PER BRIANS 2

- Fitxa d'Entitats per T'A ([Annex nº II](#))

FITXES PER TERAPEUTES

- Fitxa pel Departament de Justícia de la Generalitat, complimentació ([Annex nº I](#))
- Cartell del taller "Salir MEJOR ANDO TE" ([Annex nº III](#))
- Fitxa de cada sessió i disseny del taller ([Annex nº III](#))
- Objectius i Propostes de dinàmiques per a altres tallers ([Annex nº IV](#))
- Graella horària de terapeutes ([Annex nº V](#))
- Quadre resum de sessions i Seguiment dels interns ([Annex nº VI](#))
- Diari d'Arteràpia: treballs realitzats pels interns a les dinàmiques ([Annex nº VII](#))
- Demandes de material i confecció d'un llistat detallat ([Annex nº VIII](#))
- Qüestionari/Avaluació final: recollida de devolucions dels terapeutes, dels funcionaris i dels interns ([Annex nº IX](#))
- Autoavaluació ([Annex nº X](#))

FITXA ENTITAT BRIANS 2

Annex II: fitxa entitat per t'a

- Demanda de l'entitat
- Nom: DAE Centre Penitenciari Brians 2
- Contacte: Rafael Béjar (Coordinador)
- Telèfon: xxxx
- Email: xxxx

- Adreça: Carretera de Martorell a Capellades Km 23. 0863235 Sant Esteve Sesrovires
- Objectius entitat: Rehabilitació usuaris penats amb riscos de reincidència
- Col·lectiu destinatari: Homes penats majors d'edat en situació de 2º o 3er grau de Tractament amb diverses problemàtiques
- Demanda: Realització de sessions setmanals d'Artèrapià per tal de propiciar un espai agradable per expressar emocions de manera controlada i d'aquesta manera potenciar els aprenentatges adquirits al Departament
- Notes, reflexions, tema per a la següent sessió, grupal/extra grupal
- Com em sento jo

FITXES TERAPEUTES

Annex I: Fitxa pel Departament de Justícia

- Informació sobre el tractament de les dades de caràcter personal
- Nom i Cognom
- Heu estat informats i heu rebut un document explicatiu amb la informació
- Lloc i Data
- Signatura

*Aquesta fitxa el departament l'envia per correu a la coordinadora i s'entrega personalment

Annex III: Fitxa de cada sessió

- Fitxa de cada sessió:
- Número de sessió i data
- Dia i horari
- Assistents i absències
- Material propera sessió
- Imatges i música
- Incidències
- Objectius generals i específics de la sessió
- Finalitat
- Desenvolupament i temps aprox.
- Disseny del taller:
- Materials, imatges i música
- Paraula d'inici i final
- Notes grupals de roda inicial: salutació i enquadrament
- Centrament-escalfament
- Treball central
- Roda final, retirada i recollida
- Recollida per escrit de la roda final