

2020

Actividades socioeducativas y de apoyo a menores y jóvenes con medidas judiciales de Medio Abierto

Programación de actividades individuales y grupales de carácter presencial y online



Comunidad
de Madrid

ACTIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS Y DE APOYO A MENORES Y JÓVENES CON MEDIDAS JUDICIALES DE MEDIO ABIERTO

Programación de actividades individuales y grupales de carácter presencial y *online*

Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducción y Reinserción del Menor Infractor. Consejería de Justicia, Interior y Víctimas. Comunidad de Madrid.



**Comunidad
de Madrid**

CONSEJERÍA DE JUSTICIA,
INTERIOR Y VÍCTIMAS

©Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducación y la Reinserción del Menor Infractor.

Madrid, octubre de 2020

YouTube, PowerPoint y WhatsApp son marcas comerciales o marcas registradas de sus respectivos propietarios y son mencionadas en la presente publicación con un objetivo meramente pedagógico.



Coordinación: Juan Fco. Franco Yagüe, Walter Scansetti Lobo y Silvia Gallego Calvo.

Maquetación y portada: Luis Ángel Suárez Tamayo.

Este documento es el resultado del trabajo y el compromiso de todos los profesionales del Área de Menores en Conflicto Social de la **Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducación y Reinserción del Menor Infractor**, habiendo colaborado especialmente en la redacción y elaboración, de los materiales de las distintas programaciones, los siguientes profesionales de los Recursos y Programas de Medio Abierto:

Grupo de Convivencia Las Palmeras: Lorena Álvarez Paredes, Juan Manuel González-Mohino Moreno, Laura Millán Alonso, Inés Porro González y Alejandra Rojas Donoso.

Centro de Día Comunidad: María del Carmen Carrero Novillo, Juan Carlos del Castillo Martell, Juan Pedro Garrido Jiménez, María Gómez Carral, Silvia Lago Puga, Licelina Nieto Vicente, Cynthia Robledo Zamarreño y Ana Valdés Ortega.

Centro de Día Madrid: Carmen Domingo Peña, Ana Isabel González Novoa Carlos López Fraile, Silvia López Moraleja, Alicia Martín Álvarez, José Luis Platero Méndez, Rocío Tomás Martín y Silvia Villamarín Toimil.

Centro de Día Especializado: Eduardo Cueto Hernández, Irene Giménez Montero, Nerea Martín Barragán, Laura Tomé Álvarez y Alicia Torres Guisado

Programa de Apoyo a la Inserción Sociolaboral (PAIS): Carmen Álamo Fernández, Inmaculada Blanco Ballesteros, Elena Castro Santalla, José del Saz Pancorbo, Álvaro Santiago Olavarrieta García, Laura Rojo Marchante, Luis Humberto San Millán Arceredillo y Rocío Sánchez González.

Programa de Inserción en Medio Abierto (PRISMA): Carmen Borrallo Torres, María de Frutos Moneo, Eva de la Fuente Moreno, Laura Escobar Sánchez, Mónica Martino Barquero, Sandra Merino Grimaldos, Nuria Paris Fernández, Susana Pedraza Sánchez, Isamar Pedreño Serrano, Beatriz Rodríguez Marta y Lorena Visier Olmeda.

Programa de Medidas en Medio Abierto: Laura Álvarez González, Marta Calabrese Díez, Lydia Contreras Olmedo, Laura del Pozo Calvo, Carmen Díez Benítez-Donoso, Marta Olivares Callejo y Noelia Pérez Moreno.

Programa de Reparaciones Extrajudiciales y Desarrollos Socioeducativos (REDES): Bárbara Alonso Silva, Almudena Ávila Bernardos, Jorge Buenavida Camarero, Marta de Pascual Jiménez, Elena Fresneda Fraile, Diana Hernanz Martín, Mario Herrera Conde, Lucía Lara Merin, Lucía Martín Docavo, Miriam Morales Ledesma, Karen Pedrero Herrero, José Carlos Rodríguez Díaz, Eva Serrano Pamos y Monika Slomian Ogaza.

Grupo de Convivencia Amigó: Susana Bernal Albilla, Sonia Cuesta Calcerrada, Yanina Florencia Arcidiacono y Sonia Guijarro Hinarejos.

PRESENTACIÓN

Dentro de la organización de la [Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducción y Reinserción del Menor Infractor](#), el Área de Menores en Conflicto Social es la que se encarga del seguimiento de las medidas, la realización de las reparaciones extrajudiciales y las actuaciones de apoyo e inserción socio laboral y comunitaria en medio abierto.

Para llevar a cabo su importante tarea, elabora las mejores herramientas de apoyo personal y psicológico, con una perspectiva participativa y de colaboración con todos los profesionales que trabajan con los menores en los Centros de Día, así como en otros programas especializados en este ámbito de intervención.

Se trata de materiales didácticos, adaptados a los adolescentes a los que van dirigidos y a los objetivos de la intervención, que constituyen la [Programación de las actividades socioeducativas para los menores y jóvenes con medidas judiciales en medio abierto](#) (2008), disponible en la página web de la Agencia.

Junto a esto, la Agencia ha elaborado también el *Programa de Apoyo Familiar*, que es una actividad complementaria, pero que nos parece fundamental, y que está dirigida tanto a los menores como a los adultos que desempeñan los roles parentales dentro de su ámbito familiar. Por su parte, la *Guía de Recursos Didácticos y Actividades Socioeducativas* para menores con medidas judiciales en medio abierto desarrolla los materiales didácticos idóneos para facilitar a los adolescentes la realización de las distintas actividades formativas, pero también el conocimiento sobre sus derechos, obligaciones y medidas preventivas, así como las tareas y actividades que generalmente se llevan a cabo en medio abierto en cumplimiento de lo acordado en base a la L.O. 5/2000, de 12 de enero, Reguladora de la Responsabilidad Penal de los Menores.

Se trata en conjunto de un recurso didáctico y formativo excelente, en el que han colaborado todos los profesionales adscritos a los Centros de Día, Grupos de Convivencia y Programas especializados de Medio Abierto de la Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducción y Reinserción del Menor Infractor, y que tiene un objetivo que no puede ser más noble, como es contribuir a que los niños, adolescentes y jóvenes que han cometido alguna infracción puedan tener una segunda oportunidad en su vida.

ENRIQUE LÓPEZ
Consejero de Justicia, Interior y Víctimas

ÍNDICE

Presentación.....	5
Índice	6
Introducción: Medio Abierto	8
Actividades programadas.....	10
I. ACTIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS	11
A. GENERALES.....	11
1. Actividades para el fomento de la Atención	12
2. Autoconocimiento y Motivación	14
3. Prevención de riesgos	16
4. Protección de datos y derecho a la intimidad.....	17
5. Desarrollo Personal y Competencia Social	18
5.1. Programa de Desarrollo personal y Competencia social.....	18
5.2. Programa Central Educativo y Terapéutico (adaptado).....	20
6. Tecnologías de la relación, información y comunicación	21
7. Apoyo escolar.....	23
8. Educación vial	24
9. Actividades de Ocio y Tiempo libre	25
10. Educación Socioemocional	26
11. Educación para la salud	27
12. Educación Afectivo sexual.....	28
13. Educación valores	29
14. Educación medioambiental y reciclado de materiales.....	29

B. ESPECÍFICAS.....	31
1. Prevención de la violencia en la pareja.....	32
2. Motivación y orientación laboral.....	33
3. Taller de autonomía.....	34
4. Parentalidad positiva.....	35
II. ACTIVIDADES DE APOYO PERSONAL Y GRUPO.....	37
A. Apoyo psicológico.....	38
B. Prevención de consumos.....	39
C. Acompañamiento educativo.....	40
D. Apoyo familiar.....	41
Apoyo individual: menor/joven.....	42
Apoyo a adultos: figuras parentales.....	42
Grupos de padres y madres.....	43
Mediación padres-hijos.....	44

INTRODUCCIÓN: MEDIO ABIERTO

Además de las intervenciones mediadoras que se desarrollan en las reparaciones extrajudiciales, que facilitan soluciones educativas a los conflictos protagonizados por los menores y que notablemente producen una mejora de la convivencia cotidiana y tienen un efecto preventivo, el trabajo en medio abierto con menores con medidas judiciales parte de una intervención individualizada, principio fundamental y requisito del cumplimiento de toda medida. Además, en función de la resolución judicial acordada, se llevan a cabo complementariamente un conjunto de actuaciones de carácter socioeducativo y terapéutico, encaminados a la superación de las dificultades que pudiera presentar el menor o que hubieran propiciado la situación de conflicto que explicara u originara la conducta infractora.

Los menores y jóvenes en conflicto social presentan a menudo déficits claros en su competencia social, con un grado de conflicto social moderado, y un soporte familiar y social que permite una intervención especializada en su propio medio, buscando el apoyo a su desarrollo personal e integración social.

La intervención con esta población en el medio social que le es propio, requiere de un enfoque y metodología en los que priman su inclusión en los recursos comunitarios, según el entorno del que se trate, y de las necesidades y demandas que puedan presentar las personas atendidas. Además de los recursos generales, como los Centros y Programas de Servicios Sociales, los servicios socioculturales, de salud, deportes, las asociaciones y organizaciones del sector, etcétera, existe toda una serie de dispositivos especializados en función de las circunstancias y sobretodo la necesidad concreta que puede presentar un menor o joven, ligados directamente con determinados requisitos que implica la ejecución de una medida judicial y fundamentalmente el cumplimiento de los objetivos educativos y de reinserción que priman en la justicia juvenil.

Estos Centros de Día y Programas especializados en la atención a estos menores y jóvenes cuentan en estos momentos con una importante experiencia, ya que iniciaron su andadura en la Comunidad de Madrid a finales del año 2000. En la actualidad, el Área de Menores en Conflicto Social coordina los Programas de Ejecución de Medidas en Medio Abierto, Reparaciones Extrajudiciales y Formación e Inserción Sociolaboral, y un conjunto de recursos que se organizan y responden a los siguientes criterios de intervención y zonificación

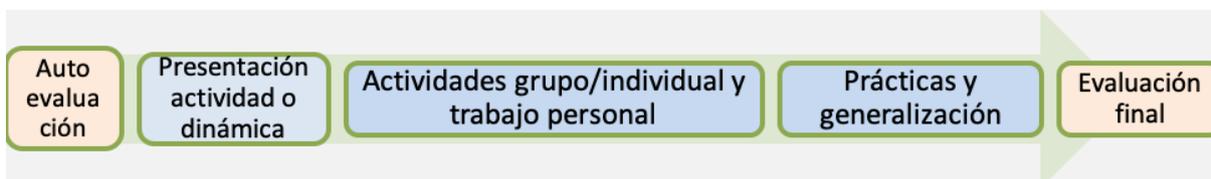
RECURSOS	ACTUACIONES MÁS SIGNIFICATIVAS	ÁREA/S PREFERENTES
EQUIPO DE TÉCNICOS MEDIO ABIERTO Y REPARACIÓN EXTRAJUDICIAL	Atención individualizada. Representación institucional en CAF, ETMF. Coordinación con SS Sociales, Educativos, Salud y Comunitarios.	Comunidad de Madrid.

C.D. COMUNIDAD	Actividades socioeducativas, Apoyo psicológico y familiar.	Getafe y localidades del Sur.
C.D. MADRID	Actividades socioeducativas, Apoyo psicológico y familiar. Apoyo y acompañamiento educativo y terapéutico.	Madrid, Madrid Sur y localidades limítrofes.
C.D. ESPECIALIZADO	Actividades socioeducativas, Apoyo Psicológico y Familiar. Programa especializado menores con problemas de consumos de sustancias.	Madrid capital y localidades limítrofes. Comunidad de Madrid.
PROGRAMA DE MEDIO ABIERTO	Cumplimiento de medidas en medio abierto: libertad vigilada, según equipos zonas y especialización. Apoyo psicológico y familiar. Tareas socioeducativas.	Comunidad de Madrid.
GRUPOS DE CONVIVENCIA DOS RECURSOS RESIDENCIALES Y EDUCATIVO-TERAPÉUTICOS	Atención educativa y terapéutica a menores, y sus familias, con medida de convivencia, así como menores con medida de libertad vigilada por maltrato familiar ascendente y otras tipologías afines.	Comunidad de Madrid.
PROGRAMA REPARACIONES EXTRAJUDICIALES Y DESARROLLOS EDUCATIVOS (REDES)	Reparaciones extrajudiciales y otras medidas de medio abierto de manera complementaria. Apoyo psicológico y familiar.	Parla, Alcalá de Henares y localidades limítrofes. Madrid capital.
PROGRAMA DE INSERCIÓN EN MEDIO ABIERTO (PRISMA)	Medio Abierto, Apoyo Psicológico y Familiar. Actuaciones de Formación e Inserción Social.	Comunidad de Madrid.
PROGRAMA DE APOYO A LA INSERCIÓN SOCIOLABORAL (PAIS)	Búsqueda de empleo. Acompañamiento. Formación y Orientación Sociolaboral. Apoyo psicológico y familiar.	Comunidad de Madrid.

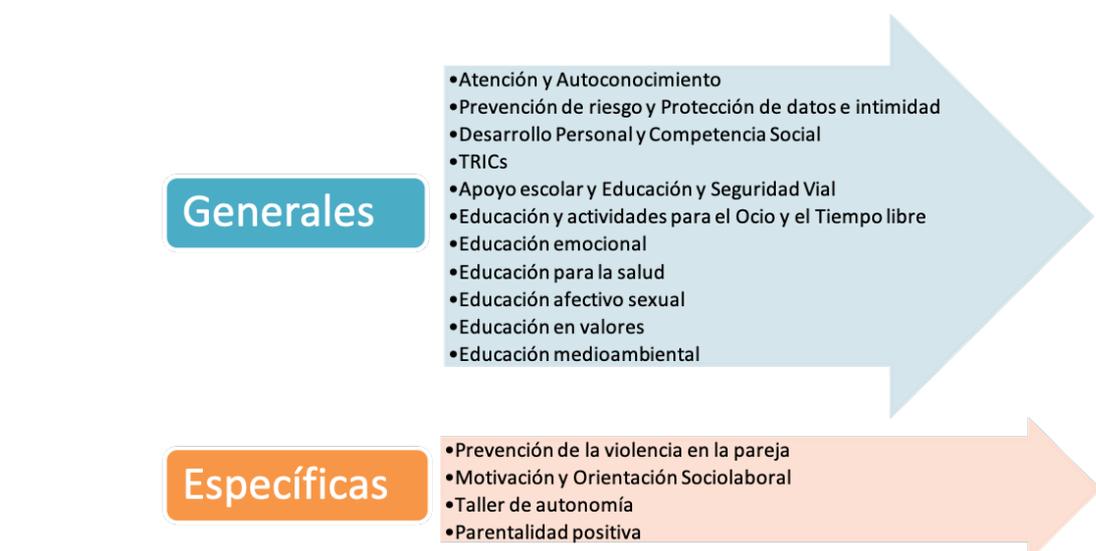
ACTIVIDADES PROGRAMADAS

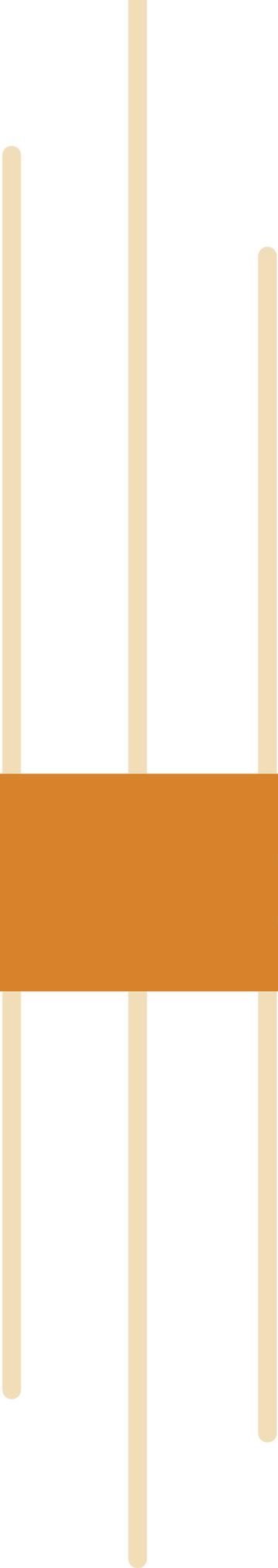
Si bien las elaboraciones de las primeras actividades se pensaron para su realización en grupo, desde su inicio se ha procurado que cada una de ellas tuvieran en la medida de lo posible una versión individualizada, y desde la elaboración del manual *TICmenorRes* (2016) se incluyera una versión *online*, una cuestión que pasó a ser determinante en marzo de 2020 como consecuencia de las medidas preventivas que se pusieron en marcha por la pandemia.

Por otro lado, si bien con planteamientos metodológicos distintos, en gran medida todas las actividades se llevan a cabo teniendo en cuenta una evaluación inicial y otra final. La evaluación está más concebida como punto de partida que permita detectar déficits y necesidades, y asimismo que oriente las metas perseguidas y el modo de llevar a cabo las actividades de la forma más directa y práctica posible.



Hemos clasificado las actividades en dos grandes grupos. Las primeras se llevan a cabo en todos los recursos, si bien las específicas requieren de una especialización del programa y los profesionales, y la segunda son más propias de determinados profesionales como los psicólogos y psicólogas. En cuanto a las actividades socioeducativas hemos contemplado las que más habitualmente se realizan en estos momentos, actualizando tanto los planteamientos como las propuestas para su realización ya que internet nos proporciona constantemente nuevos recursos didácticos que complementan y facilitan determinados procesos de aprendizaje.





I. SOCIOEDUCATIVAS

A. GENERALES

actividades

A las actividades socioeducativas habituales en Medio Abierto se han añadido otras complementarias, fundamentalmente porque se ha comprobado que tienen un especial beneficio para una gran parte de los adolescentes y jóvenes atendidos. Entre ellas están las de atención, autoconocimiento y motivación, así como otras que no recogemos aquí por estar disponibles y accesibles en internet y tienen que ver con el refuerzo de estas funciones: concentración, control de impulsos, planificación, cálculo mental, memoria, rompecabezas, comprensión lectora, lógica, razonamiento e inteligencia, toma de decisiones, y flexibilidad cognitiva entre otras (ver archivo Funciones ejecutivas Recursos Web).

1. ACTIVIDADES PARA EL FOMENTO DE LA ATENCIÓN

Con objetivos tales como mejorar la capacidad de atención, entrenar la atención plena en el momento presente y desarrollar un estilo de vida consciente, se plantean actividades que generalmente pueden llevarse a cabo tanto de manera presencial como *online*.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Atención		
Buscar diferencias.	Atención visual y observación.	Fotocopias. Web de pasatiempos.
Encuentra la ciudad.	Ídem.	
Estímulo o diana.	Progresivo aumento de estímulo para hacer más compleja la tarea y reforzar la atención.	Sopa de letras y números.
Atención dividida.	Entrenar la atención hacia dos o más focos.	Números y figuras.
Contando los pases.	Entrenar la concentración y la atención selectiva.	Videos.
Retos en 15 segundos.	Atención selectiva resistiendo la interferencia de tipo verbal.	Vídeo.
Buscando la clave.	Entrenamiento de la capacidad de atención visual.	
Caligrafía.	Distintas actividades de caligrafía dirigidas a la reforzar la atención.	Vídeo y papel.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Resolver el laberinto.	Elevar los niveles de concentración y observación para seleccionar el camino adecuado.	Artículo y documentos con enlaces web.
Mandalas.	Reforzar la concentración, relajación y focalización de la atención	Papel y web.
Lienzos en la espalda.	Potencia el sentido del tacto, centrándonos en la atención que recibimos mediante las sensaciones en la espalda	Láminas de dibujos.
Moldeando sensaciones.	Estimulación sensorial, creatividad e imaginación	Fundamentalmente presencial y grupal. Distintos materiales.
Juegos atentos.	Entre otros: atención, percepción y velocidad	Fundamentalmente presencial y grupal. Juegos de mesa.
Reto o problema.	Cómo nos relacionamos con la experiencia y hasta qué punto nuestras creencias y obstáculos nos limitan	Papel y web.
Atención Plena		
Piloto automático.	Reflexiona sobre el ritmo de vida que llevamos.	
Desafío en 2 minutos.	Explicar cómo funcionan los pensamientos y centrar la atención en una parte concreta del cuerpo.	Vídeos.
Samurái y la mosca.	Comprender la importancia de aceptar la experiencia.	Vídeo.
Respiración, diafragmática y atención.	Concentrar la atención en una respiración profunda y atenta, conocer los beneficios y observar nuestra respuesta.	Presencial (guía) o vídeo.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Consciencia corporal.	Ejercicios básicos de estiramientos.	Presencial (guía) o vídeo.
Comiendo atentamente.	Integrar la atención plena mediante los 5 sentidos en la experiencia de la comida.	
Atención al movimiento.	Consciencia del cuerpo mediante el movimiento.	Distintos ejercicios, tanto presenciales como <i>online</i> ; web y papel y lápiz.
Compasión y gratitud.	Autocompasión y expresión de gratitud.	

2. AUTOCONOCIMIENTO Y MOTIVACIÓN

Distintas actividades que abordan temáticas tan amplias como el autoconocimiento, la motivación, el talento, la resiliencia, la empatía y otras propuestas de intervención para el desarrollo de los programas individualizados, especialmente enfocado, aunque no de forma exclusiva, en la medida de libertad vigilada y dirigido al cambio o modificación de aquellos factores de riesgo relacionados con el desarrollo y la madurez personal.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Autoconocimiento		
¿Quién soy?	Profundizar en el autoconcepto, la imagen de uno mismo...	Distintos vídeos y fichas de trabajo.
¿Estás conectado?	Autobservación, nuestros propios recursos...	
Escuchando mente y cuerpo.	Conciencia corporal.	
Motivación		
Mis metas.	Se inicia con la motivación interna para ir planteando las metas o logros que quieren alcanzar.	Vídeos, trabajo individual a través de cuestionario.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Plan de acción.	Planificación de tiempos y recursos.	Vídeos y fichas de planificación.
Fortalezas y debilidades.	Sesión final para repasar todo lo aprendido y reforzar los cambios.	Se proporcionan distintas fichas de actividades.
Conocer tu talento		
El talento que llevas dentro.	Reconocer los logros personales, darse la oportunidad de crecer como persona, mejorar capacidades y competencias y establecer relaciones interpersonales positivas.	Fotos preparadas para motivación contenidos propuestos.
¿Cuáles son mis talentos y habilidades?	Desarrollar habilidades de introspección.	Vídeos y fichas.
Estoy soy yo.	Aspectos y capacidades esenciales.	Fichas.
¿Y ahora qué?	Ejemplos de otras experiencias para ayudar a descubrir las capacidades propias.	Vídeo y reflexión.
Fomentar la resiliencia		
Elementos determinantes.	Aspectos básicos de la resiliencia.	Vídeos y fichas.
Optimismo.	Humor y mejora de los estados de ánimo.	
Agradecimiento.	A uno mismo, a los demás y al entorno.	
Interacción con los demás.	Construir relaciones de reconociendo y apoyo.	
Cierre.	¿Cómo se puede poner en práctica todo ello?	Película y reflexión.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Empatía		
Se han programado 16 actividades complementarias: qué es empatía, empatía y simpatía, prejuicios, cadena de empatía, sé amable, y otras que progresivamente van profundizando y haciendo propuestas por medio de distintas actividades en principio secuenciadas pero que pueden desarrollarse por el orden que se considere conveniente para el menor o grupo.		Vídeos y fichas.
Intervención estructurada en 10 objetivos		
Estructuración de la intervención a partir de la consecución de 10 objetivos prioritarios y básicos.	Apoyo y refuerzo de cambios positivos en distintas áreas.	Propuestas de técnicas de intervención para la reducción de los factores de riesgos.
Conjunto de actividades complementarias para los 10 Objetivos planteados de forma secuencial o de manera independiente.		

3. PREVENCIÓN DE RIESGOS

Básicamente persigue que los menores y jóvenes tengan un conocimiento práctico de los riesgos que existen a la hora de llevar a cabo una serie de actividades como las relacionadas con las prestaciones en beneficio a la comunidad o las reparaciones extrajudiciales en las distintas modalidades en las que se llevan a cabo, así como las medidas básicas para su prevención. Puede hacerse de forma presencial u *online*, individual o grupal.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Prevención de riesgos		
Conceptos básicos.	Qué riesgos y cuáles son las medidas básicas de prevención en actividades medioambientales y asistenciales.	Explicación verbal, carteles, presentaciones, enlaces de internet.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Riesgos Laborales.	Caídas, manipulación, levantamiento de objetos, cortes, ergonomía...	Explicación verbal, distintos materiales, enlaces internet.
Etiquetado sustancias de riesgo químico.	Conocimiento de diferentes tipos de advertencias especificadas en el etiquetado de sustancias químicas potencialmente peligrosas o nocivas.	Búsqueda en internet del significado de cada una de las etiquetas o advertencias.
Test de evaluación.	test con el fin de acreditar y evaluar la comprensión de los diferentes contenidos tratados en el taller de Prevención de Riesgos en las actividades (y riesgos laborales).	Test de opción múltiple de unos 30 minutos de duración.

4. PROTECCIÓN DE DATOS Y DERECHO A LA INTIMIDAD

Generalmente en una única sesión se tratan los derechos y obligaciones respecto a los datos personales propios y de las demás personas con las que interaccionamos directa o indirectamente.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Protección de datos		
Derecho a la intimidad.	Explicación de distintos conceptos relacionados con el derecho a la intimidad.	Exposición y vídeos.
Protección de datos.	Explicación de distintos conceptos y aspectos legislativos sobre protección de datos de carácter personal, así como las obligaciones de cada uno.	

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Huella digital.	Explicación de qué es huella digital mediante ejemplos prácticos relacionados con las actividades del alumnado.	Internet y vídeos.
Cancelación de antecedentes.	Explicación e información de organismos oficiales y los procedimientos de acceso.	Exposición basada en PowerPoint.

5. DESARROLLO PERSONAL Y COMPETENCIA SOCIAL

Son dos programas que pueden aplicarse exclusiva o complementariamente. El primero tiene un enfoque más dirigido a menores y jóvenes en medio abierto, y el segundo se programó para medidas de internamiento, pero que puede aplicarse durante la libertad vigilada tras el periodo de internamiento, o también puede ser conveniente en aquellos menores infractores de medio abierto con perfiles violentos o delictivos más persistentes.

5.1. Programa de Desarrollo personal y Competencia social

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Habilidades sociales básicas		
Elementos de comunicación.	Identificación de los elementos que participan en la comunicación.	Cuestionario de habilidades. Fichas de trabajo, vídeos...
Estilos de comunicación.	Diferentes estilos de comunicación, aspectos importantes para una correcta socialización.	
Asertividad.	Identificar situaciones en las que tenemos dificultades para emplear la asertividad.	
Emociones		

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Poniendo nombre a la emoción.	Aprender a identificar y nombrar las emociones, así como ver la reacción fisiológica y cognitiva.	Abanico de las emociones, identificación y caracterización, distintos recursos de internet.
Recordar emociones y sentimientos.	Aprender a identificar sus propias emociones, situándolas en contextos concretos.	
Emociones difíciles.	Emociones de difícil manejo, como la rabia, analizando la parte fisiológica, cognitiva y conductual.	
Cerebro y emoción.	El cerebro en la palma de tu mano.	Vídeo YouTube.
Autoestima y aceptación		
Definiéndonos.	Trabajar el autoconocimiento (ver programación de autoconocimiento y motivación).	Fichas de trabajo y vídeos YouTube.
¿Soy Capaz?	Reconocer las capacidades y las limitaciones.	
El elefante encadenado.	Superación de dificultades y autolimitaciones.	
Me entiendo y me acepto.	Dinámica a través de una canción.	Vídeo YouTube.
Resolución de conflictos		
Cómo resuelvo los conflictos.	Autoevaluación.	Fichas de trabajo. Semáforo de control emocional.
Fases del conflicto	Momentos, efectos y consecuencias en uno mismo.	
Identifico mi color.	Aprender cual es el nivel de activación en el que se encuentra ante los conflictos.	
Comportamiento prosocial		

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Escucha activa y empatía.	Identificación en situaciones reales a las que nos podríamos enfrentar.	Relatos. Fichas de trabajo. Vídeos.
Estilo asertivo.	Comunicarse y hacer críticas constructivas, solicitar cambios de conducta...	
Solución creativa de problemas.	Descubrir alternativas en el propio repertorio.	
Autocontrol.	Entrenar algunas técnicas.	

Asimismo, en la programación de DPCS inicial se incluyó un módulo de mediación entre iguales con el fin de poder dotar de estrategias avanzadas para aquellos menores/jóvenes que hayan desarrollado competencias y muestren cierto interés por una formación complementaria, claramente propicia para su bagaje personal. Con este módulo se busca que los participantes puedan adquirir pautas básicas de mediación que favorezcan a su vez la propia integración en la vida normalizada, y puedan desarrollar además un papel activo y prosocial en las dinámicas y las relaciones sociales en su propio entorno. Son materiales que han sido contrastados en la práctica, y con la flexibilidad con la que se proponen pueden ser útiles en el trabajo con los adolescentes, si bien su aplicación requiere de unas condiciones como conocimiento mutuo, cierto grado de convivencia, etcétera que hacen que su uso sea más útil según unidades o determinadas actividades que una aplicación más global.

5.2. Programa Central Educativo y Terapéutico (adaptado)

El PCET es sobradamente conocido y accesible para todas y todos los técnicos. Actualmente un grupo de trabajo lleva a cabo la actualización de las actividades, recursos y enlaces necesarios para su desarrollo, habiendo sido incluidos en la carpeta correspondiente.

Contenidos principales	
Reconocimiento de las emociones.	Emociones y su influencia en la agresión.
Practicando emociones positivas: el papel de la empatía.	Ansiedad y su influencia en la agresión.
Manejo de la ansiedad.	Ira y comportamiento agresivo: evaluación.

Contenidos principales	
Estrategias para el control de la ira.	Influencia de los pensamientos en el comportamiento.
Evaluación de pensamientos distorsionados.	Consecuencias de los pensamientos distorsionados.
Modificación de pensamientos distorsionados.	Impulsividad.
Búsqueda de sensaciones.	Evaluación del comportamiento delictivo.
Características del comportamiento delictivo.	Análisis funcional del comportamiento delictivo.
Motivación para el comportamiento delictivo.	Motivación al cambio.
Prevención de recaídas: evaluación.	Conociéndome mejor a mí mismo.
Cómo potenciar una vida alternativa a la agresión y a la violencia	

6. TECNOLOGÍAS DE LA RELACIÓN, INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN



Básicamente dirigido a fomentar el conocimiento digital, aprender a gestionar la información y a relacionarse de manera apropiada y eficaz en los entornos y con las herramientas digitales, así como el conocimiento y asunción de las consecuencias legales y penales del mal uso de la información, acoso, suplantación de identidad, etc. internet. También contempla otros usos de las TRIC en la vida diaria.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Conocer		
Yo físico y Yo digital.	Cuestionario inicial, Big data, identidad digital, reputación <i>online</i> .	Explicaciones, vídeos, páginas de internet, infografías, cuestionario de autoevaluación.
Vida social, relaciones y TRIC.	Juego simulación de privacidad, peligros en las redes sociales...	
Uso responsable	Netiqueta, seguridad...	
Otros usos y posibilidades		
TRIC como instrumentos de ocio.	Clasificación PEGI, códigos y colores, videojuegos.	Explicaciones, vídeos, páginas de internet, infografías, cuestionario de autoevaluación.
Curriculum 2.0.	Cuestiones a tener presente para elaborar nuestro curriculum.	
La búsqueda de ayuda.	Pedir ayuda, páginas especializadas que te pueden ayudar.	
Prevenir y Evitar		
Responsabilidad en el uso de las TRIC.	Consecuencias prácticas y legales.	Cuestionario inicial, explicaciones, vídeos, páginas de internet, infografía y cuestionario final de autoevaluación.
Robo de identidad, ciberacoso y cyberbullying, sexting y sextorsión, grooming, phishing y hoax, virus y malware.		
Otras propuestas		
Orientaciones para adultos.	Las TRIC, como herramienta para el Desarrollo Personal y Social. Normas, límites y control parental. Comunidades peligrosas en línea y tecno-adicciones.	
TRIC y Relaciones de pareja y adolescentes.	Conversaciones de WhatsApp (Los Máquinas).	Vídeo (Game). Enlaces a páginas de prevención.

7. APOYO ESCOLAR

Esta actividad, que necesariamente tiene que ser flexible en función de las necesidades de cada caso, busca dotar a los participantes de las herramientas necesarias para un mejor aprovechamiento de sus habilidades y competencias, trazando un plan de técnicas de estudio adaptado, potenciando capacidades relacionadas con la formación, reforzando los contenidos aprendidos recientemente a través de apoyo escolar o generando la motivación necesaria para completar sus procesos formativos y continuar con su educación.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Refuerzo educativo	
Ámbito lingüístico y social.	Distintos materiales según niveles escolares. Evaluación inicial y continua.
Ámbito científico tecnológico.	
Técnicas de estudio	
Ambientales: estado ideal del entorno y físico.	Distintos materiales para uso presencial, así como recursos de internet.
Prácticas: orientadas a una mejor acción de estudio.	
Concentración.	
Habilidades Sociales aplicadas a la formación	
Intrapersonales.	Casos prácticos, <i>role playing</i> , teatro foro, encuestas...
Interpersonales.	
Versión online	
Distintas actividades relacionadas con: Presentación personal y académica, proyecto de vida (laboral), planificación del estudio y el trabajo escolar, horario semanal y agenda, concentración, trabajar con apuntes, etc.	

8. EDUCACIÓN VIAL

Junto a la toma de conciencia de la necesidad de guiarse con las medidas y pautas establecidas en Seguridad Vial, el taller busca también conocer las consecuencias asociadas a los accidentes de tránsito, desarrollar el sentido de la responsabilidad referido a la formación de una adecuada conducta vial, conocer la documentación necesaria para la conducción de automóviles y motocicletas, su importancia, función y consecuencias, promover la conducta prosocial en el tráfico a través de valores sociales.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Educación vial		
Educación vial es educación cívica.	Conceptos de norma social, derechos, conflictos, negociación y acuerdo.	Cuestionario Inicial; TRIPVIAL / Pasapalabra; fichas de trabajo.
Normativa vial.	Normas de tráfico básicas y elementos de seguridad.	
El factor humano.	Atención, estado físico, mental, descansos.	
Consumo de alcohol.	Consecuencias para la conducción. Siniestralidad.	Imágenes y noticias.
Otras drogas.		
Mejor más despacio.	Velocidad y conducción: conocer las principales causas de la accidentalidad.	Vídeos YouTube.
Céntrate.	Las distracciones: qué puede afectar a la atención y cómo influyen en la conducción.	
Cómo hemos cambiado.	Efectos y prevención de las Campañas publicitarias.	Vídeos de la DGT.
¿Tenemos los mismos valores en la sociedad que en la carretera?	Comparamos los valores sociales con los que predominan en la conducción.	Vídeos; autoevaluación final.

9. ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

En líneas generales estas actividades y talleres buscan proponer alternativas estables de ocio y tiempo libre, fundamentalmente con carácter lúdico, participativo, igualitario, de relación y gratuito. Aunque también tienen otros objetivos específicos relacionados con la utilización de los recursos y espacios públicos de su entorno y de la propia ciudad, despertar aficiones que puedan desembocar en la búsqueda de formación o empleo y que facilite su incorporación social y laboral, o incidir en la medida de lo posible en la reducción de la demanda y el uso de sustancias nocivas, fomentando estilos de vida positivos y saludables.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Ocio y desarrollo personal		
	Distintas actividades relacionadas la planificación de un ocio saludable: Desarrollo Personal y Social con el OTL. Pensamientos y emociones asociados al uso del ocio ¿Ocio de riesgo o protector? Ocio saludable vs Ocio consumista. Ocio y TRIC.	Presencial (fichas, grupo de trabajo) y <i>online</i> .
Conocer los Centros de ocio y participación de tu barrio		
	Distintas actividades sobre realización de propuestas de acciones a llevar a cabo en grupo, descubriendo nuevos recursos y dialogando sobre los mismo (Comunidad, Ayuntamiento, asociaciones...).	Juego de cartas de actividades de ocio y tiempo libre. Listado de servicios de barrio. Recursos internet.
Iniciación a la observación de la naturaleza: visitas a Centro de Educación Ambiental y otros		
	Distintas actividades: Acompañamiento programado para visita y conocimiento de distintos recursos comunitarios relacionados con esta actividad y otra socioculturales.	Presencial y <i>online</i> .
Fotografías y otras expresiones		
Taller fotografía.	Planificar y llevar a cabo un proyecto de temas de interés que se pueda documentar con imágenes tomadas por los propios participantes durante visitas presenciales o en su tiempo libre.	Fichas, vídeos, móvil.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Arte gráfico.	Conocer el grafismo mural, las tendencias, artistas históricos movimientos y las pautas sociales de desarrollo.	Fichas, visitas museo.
Distintas actividades de ocio alternativo.	Cocina, manualidades, juegos...	Fichas, vídeos de internet.

10. EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Si bien gran parte de la experiencia en educación socioemocional en medio abierto se ha desarrollado a través de actividades de grupos, con un enfoque práctico y aplicado a distintas actividades como las de inserción sociolaboral, aquí recogemos una propuesta más individualizada que puede llevarse a cabo tanto de forma presencial como *online*. En resumen, las actividades que proponemos están dirigidas a conocer las emociones, cómo nos influyen a la hora de pensar, de comportarnos, de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Nivel I	
Entre 3 y 4 sesiones por cada emoción: Alegría, Tristeza, Ira, Miedo, Sorpresa.	Fichas y vídeos.
Nivel II	
Entre 3 y 4 sesiones por cada emoción: Frustración, Orgullo, Vergüenza, Tensión y Gratitud.	Fichas y vídeos.
Actividades complementarias	
Distintas actividades (y sesiones) de refuerzo de los distintos niveles.	Vídeos.

11. EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Las actividades y sesiones programadas buscan que los adolescentes y jóvenes adquieran nuevos conocimientos y competencias relacionadas con la salud y el autocuidado, modificando en aquellos casos que se requieran cambios en actitudes inadecuadas, así como el refuerzo del autocontrol y la responsabilidad.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Salud y estilo de vida	
Distintas sesiones sobre la Salud. Necesidades humanas. Riesgos. Autonomía personal y responsabilidad.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Identidad personal y autoconocimiento (ver programación específica)	
Sesiones sobre aspectos de la adolescencia, la autoestima y otros...Factores significativos, cambios.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Alimentación	
Sesiones sobre nutrición, autocuidado y otras relacionadas. Alimentos. Dieta y salud.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Higiene	
Sesiones sobre la higiene personal. Autocuidado. Tatuajes y perforaciones, prácticas y riesgos para la salud.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Actividad física y descanso	
Sesiones sobre la actividad física, el deporte y el descanso: Beneficios del deporte, tipos y características. Necesidad e higiene del descanso y el sueño.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Sexualidad (ver programación específica)	
Sesiones sobre sexualidad humana y actitud responsable. Posibles consecuencias y riesgos.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.
Adicciones (ver programación específica)	
Sesiones sobre Drogas y adicciones: Mitos y realidades. El negocio de las drogas. Nuevas adicciones y TRIC.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Accidentes (ver programación educación vial)	
Accidentes de tráfico: Conocer los factores de riesgo asociados a los accidentes de tráfico. Prevención de accidentes.	Fichas, vídeos y autoevaluaciones.

12. EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL

Con el propósito de crear un ámbito de reflexión sobre la afectividad y la sexualidad, se programan una serie de actividades que fomenten la adquisición y/o el desarrollo de habilidades de comunicación y sociales para acceder y contrastar la información, la adquisición de conocimientos, conceptos, actitudes, dudas, comportamientos, etc., desligados de elementos discriminatorios de género; y que fomente el desarrollo de actitudes y hábitos saludables, incidiendo en la prevención de posibles conductas de riesgos.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Pubertad y adolescencia	
Distintas actividades y sesiones de preparación; Conceptos iniciales y Cambios en la pubertad.	Fichas didácticas, vídeos.
Igualdad de género	
Distintas sesiones sobre análisis de casos, mujeres en la historia, mensajes de género.	Fichas didácticas, vídeos.
Afectividad	
Distintas sesiones cómo me relaciono, mi idea del amor, mitos del amor.	Fichas didácticas, vídeos.
Sexualidad y sexualidad en internet	
Distintas sesiones: Mensajes múltiples sobre la sexualidad en la adolescencia y la juventud; “no es no”...efectos de la pornografía, qué uso hago de internet...	Fichas didácticas, vídeos.
Violencia de género (ver prevención de la violencia en la pareja)	
Actividades sobre violencia de género y violencia intrafamiliar.	Fichas didácticas, vídeos.

13. EDUCACIÓN VALORES

Partiendo del conocimiento de la idea de valores, entender cómo determinan nuestras experiencias personales, analizando las implicaciones en nuestras relaciones interpersonales y adaptar dichos valores a las necesidades de una interacción social adecuada. Asimismo, es relevante en estas actividades tomar consciencia de la influencia que tienen las nuevas tecnologías (TV, RRSS, publicidad...) en nuestro día a día y en nuestra forma de actuar.

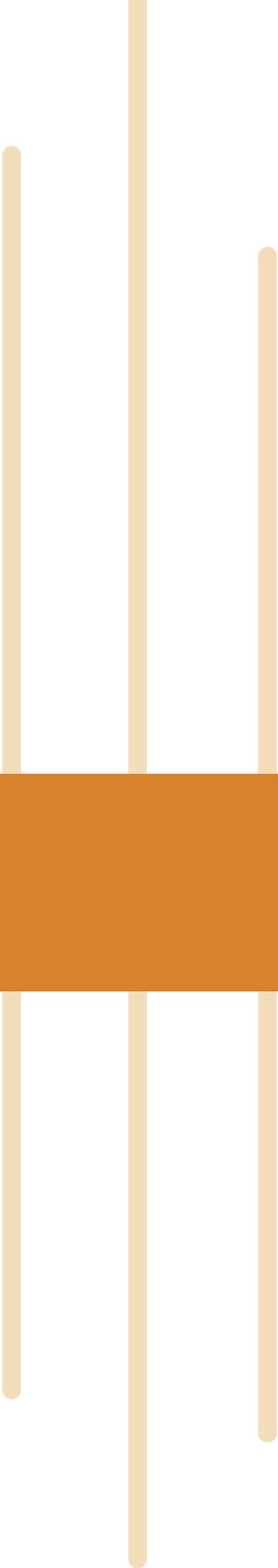
Contenidos principales	Recursos didácticos
Conociendo nuestros valores	
Dos actividades relacionadas con: ¿Tenemos valores? y recetario de valores.	Fichas, infografías y vídeos.
Valores en nuestras relaciones	
Nuestros valores predominantes, Valores familiares como base, Cine fórum: COCO, Valores y estereotipos.	Fichas, infografías y vídeos.
Valores e Inteligencia Emocional	
Dos actividades: Una ilusión para seguir adelante; Momentos importantes.	Fichas, infografías y vídeos.
Valores: publicidad e internet	
Distintas actividades sobre Publicidad y Educación en valores a través de las TRIC.	Fichas, infografías y vídeos.
Dilemas morales	
Distintas actividades y sesiones sobre juicio moral, escala de valores.	Fichas, lecturas, ejercicios sobre fragmentos de películas.

14. EDUCACIÓN MEDIOAMBIENTAL Y RECICLADO DE MATERIALES

Fundamentalmente buscamos la adquisición o el refuerzo de dos grupos de competencias: las relacionadas con el desarrollo personal, la madurez y la asunción de responsabilidades, y las relacionadas con la comprensión de las interacciones humanas, sociales y con el medio. En este sentido, junto a las acciones de trabajo en equipo, las actividades persiguen el reconocimiento de las distintas especies animales beneficiosas para el medio y los problemas de las especies invasoras; entender la separación de residuos y los beneficios de la misma; comprender la función que cumplen la fauna y la flora en el ecosistema urbano.

En la programación presencial básicamente desarrollaremos las actividades agrupadas en dos módulos: el de conocimiento e interacción de los ecosistemas, entorno urbano y cultivo de plantas (sesiones de la 1 a la 19) y el de Residuos urbanos las 3 "R" y el desarrollo sostenible (sesiones de la 20 a la 28).

Contenidos principales	Recursos didácticos
Educación Medioambiental	
Distintas actividades y sesiones sobre: Quinta de los Molinos. Fauna callejera. Germinación y cultivo. Huerto urbano. Residuos urbanos. Organizaciones de defensa del medio natural. Insectos. Cambio climático.	Vídeos. Artículos y fichas de trabajo.
Reciclaje	
La regla de las 3R's. Obsolescencia programada. La Historia de las cosas. Manos a la obra. Economía circular. Puntos limpios. Talleres prácticos de reciclado de materiales desechados.	Vídeos. Artículos y fichas de trabajo. Materiales y herramientas para el reciclado.



I. SOCIOEDUCATIVAS

B. ESPECÍFICAS

Todas las actividades de este apartado solo se han llevado a cabo en determinados recursos en su edición completa, generalmente planificadas para un grupo de adolescentes convocados semanalmente de manera presencial. Sin embargo, la versión que recogemos aquí es una adaptación de esos programas para llevarlos a cabo de forma individual y también *online* en todos los programas y recursos.

1. PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

Esta actividad se basa en *Igual@2* sobre prevención en la pareja dirigido a adolescentes en medio abierto (ver programación completa), y persigue ayudar a mejorar el conocimiento de cada menor/joven, ampliando sus relaciones sociales, fomentando la imaginación y la creatividad. Asimismo, trata de dar a conocer los diferentes tipos de violencia en pareja, el grado de normalización de la violencia a través de aprender a identificar con ejemplos prácticos los tipos de violencia que hemos visto, desarrollando de forma preventiva otras pautas de relación y comportamiento, para lo que es conveniente pensar sobre los roles impuestos y ejercidos según qué circunstancias y momentos.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Detectando la violencia en la pareja		
Distintas actividades iniciales que pueden desarrollarse en una o más sesiones.	Distintos contenidos relacionados con la violencia en la pareja, realizando estudio de casos con determinados tipos de violencia ejercida.	Cuestionario Sexismo. "Scrabble con tu nombre". Materiales audiovisuales.
Ser mujer, ser hombre		
¿Qué se espera de mí?	Distintas actividades y posibles sesiones sobre la Socialización de género, emociones, poniendo a prueba mis ideas.	Materiales audiovisuales; páginas de internet.
Amor romántico		
Modelo de relación de pareja.	Una sesión sobre los tipos de relación de pareja, "Tweets del amor", romanticismo....	YouTube. Fichas de trabajo.
Amor consciente		
Sesión de cierre.	Relación de pareja; pautas para una relación saludable.	YouTube. Fichas de trabajo.

2. MOTIVACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL

Lógicamente la actividad conocida por el acrónimo MOL tiene un desarrollo completo en programas especializados en inserción sociolaboral como PAIS, en los que se plantea un trabajo global relacionado con la empleabilidad de los jóvenes y, por lo tanto, requiere del abordaje de cuestiones fundamentales como: la situación sociopersonal, las expectativas y predisposición hacia la tarea y la responsabilidad hacia la misma, el estado y la gestión administrativa y documental, la formación académica, laboral y de las competencias personales y sociolaborales, así como las redes de apoyo existentes y las posibles que pudieran establecerse a partir de la colaboración y compromiso del joven; todas ellas áreas de trabajo suficientemente justificadas en el Instrumento de Evaluación y Mejora de la Empleabilidad (EME), en desarrollo y aplicación actualmente. Sin embargo, la versión que recogemos aquí está diseñada para aplicarse en el resto de los recursos y programas, toda vez que puede ser recomendable que, en determinados casos, se contemplen como actividades complementarias previstas en el programa individualizado de intervención.

Actividad	Contenidos y procedimientos	Recursos y aplicación
Mi proyecto laboral		
Inicial: punto de partida.	Qué conoces del mercado laboral. Línea de vida.	Cuestionario inicial. Tríptico informativo.
Construyendo mis metas		
Necesidades formativas y de inserción para un itinerario personal.	Acordar un itinerario formativo – laboral, una actividad que puede requerir de distintas sesiones.	Infografía, materiales didácticos.
Búsqueda de empleo		
Metodología de la búsqueda de empleo.	Distintas sesiones y actividades para el conocimiento y preparación del Curriculum y Curriculum 2.0.; páginas laborales; contactos y entrevistas de trabajo...	Páginas de internet, vídeos y materiales audiovisuales.
Mantenimiento de empleo y otras actividades		
Refuerzo de competencias profesionales.	Mi primer día. Generando marca personal.	Infografías y materiales didácticos.

3. TALLER DE AUTONOMÍA

Como en la actividad anterior, el taller de autonomía ha tenido un mayor desarrollo en programas como PRISMA, entre otras razones por estar especializado en la inserción de mayores de edad, atendiendo entre otros grupos a los jóvenes con medidas de libertad vigilada tras el periodo de internamiento, especialmente a aquellos que no cuenta con una red de apoyo familiar o social suficientemente consolidada y que es necesario desarrollar o reforzar.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Organización doméstica	
Actividades sobre alimentación, dieta y actividad.	Fichas de trabajo y vídeos.
Emociones (ver programación educación socioemocional)	
Actividades sobre emociones primarias/secundarias; positivas/negativa. Deporte y emociones.	Fichas de trabajo y vídeos.
Corresponsabilidad	
Responsabilidad doméstica/cuidados vs empleo. Visibilizar las tareas domésticas y los cuidados. Ideas de Iceberg. Qué es la corresponsabilidad y cómo la trabajamos.	Fichas de trabajo y vídeos.
Economía y administración personal	
Economía personal, presupuestos, gestión de ingresos y gastos, autoconciencia y gestión emocional de los presupuestos personales. La regla del 50 30 20: el ahorro y sus beneficios.	Fichas de trabajo y vídeos.
Conocimiento de recursos	
Recursos públicos, acceso <i>online</i> . Transporte. Documentación.	Fichas de trabajo y vídeos.
Ocio saludable (ver programación OTL)	
Ocio y ciberocio.	Lecturas y vídeos de internet.

4. PARENTALIDAD POSITIVA

No es infrecuente que adolescentes o personas muy jóvenes tengan que afrontar la paternidad/maternidad en edades tan tempranas por lo que, al no contar con las habilidades parentales necesarias, se hace necesario el aprendizaje y/o el refuerzo de competencias para ser padres/madres, ofreciendo un espacio para reflexionar sobre cómo ejercer de forma adecuada el rol parental que les ayude a una crianza segura, responsable, basada en el afecto y la educación.

Muchos de los contenidos, que planteamos en este taller, también están previstos para poder llevarse a cabo en otras actividades complementarias.

Contenidos principales	Recursos didácticos
La noticia y los cuidados en el embarazo	
Actividades dirigidas a reconocer los sentimientos y emociones con la noticia del embarazo, los cuidados básicos necesarios.	Fichas y material <i>online</i> .
Prepararnos para ser padres	
Actividades para ayuda a afrontar la situación del nuevo nacimiento.	Vídeos, fichas de trabajo.
Situaciones de alarma	
Información y actividades en relación a las diferentes situaciones de alarma.	Fichas de trabajo, autoevaluación.
Precauciones y seguridad en el hogar	
Principales accidentes que se pueden ocasionar.	Fichas de trabajo, autoevaluación.
Corresponsabilidad	
Actividad sobre la importancia y necesaria implicación que tienen ambos progenitores en la tarea de la crianza.	Fichas de trabajo, autoevaluación.
Vínculo, afecto y educación	
Junto a estos conceptos también se incluirá el de los estilos parentales para reflexionar sobre el propio y como favorecer el correcto desarrollo del niño/a.	Fichas y vídeo del apego.

Contenidos principales	Recursos didácticos
Trámites y gestiones	
Registro Civil y trámites a realizar (Empadronamiento, importancia de la calendarización de las vacunas, gestiones para la baja por maternidad, paternidad...)	Fichas de trabajo.
Recursos sociales de apoyo	
Dónde y cómo obtener ayuda en la Comunidad de Madrid: Instituciones y Entidades sociales.	Fichas de trabajo y enlaces de internet.



II. APOYO PERSONAL Y GRUPO

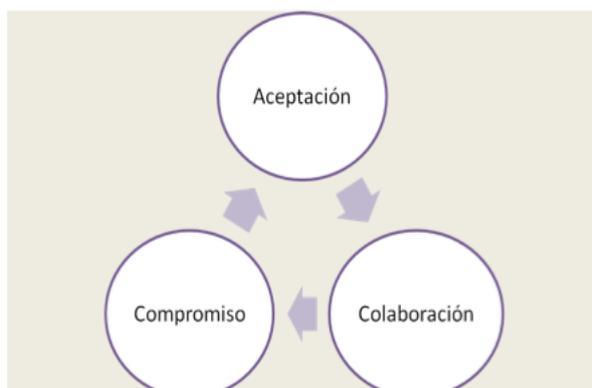
actividades

A. APOYO PSICOLÓGICO

Todos los recursos de Medio Abierto cuentan con el servicio de apoyo psicológico, apropiado y necesario para un adecuado abordaje de los factores de riesgo y de la atención especializada que se requiere. Este servicio de atención psicológica desarrolla una ayuda práctica con unos plazos ajustables y flexibles, bajo una perspectiva de acción colaborativa y conjunta que sea percibido de utilidad práctica y real. Para ello, centra su intervención especialmente en mejorar el autocontrol ante situaciones adversas, así como aprender a solucionar los problemas de una forma adaptada, fomentando una toma de decisiones autónoma, razonada y responsable.

En consecuencia, el apoyo psicológico se caracteriza por una acción de reorientación y asesoramiento, así como por la acción preventiva ante futuras problemáticas, incidiendo sobre las dificultades emocionales, conductuales y cognitivas, así como en los factores de riesgo que pueden propiciar conductas disruptivas, reforzando los cambios que favorezcan los procesos de integración social, potenciando los factores de protección, las habilidades y las capacidades con las que cuentan los menores y jóvenes.

Este servicio no se define por una intervención sistemáticamente clínica, ya que existen servicios de la red pública comunitaria y sanitaria para esta competencia, pero sí para una intervención educativa y terapéutica tanto individual como grupal.



Una de las claves fundamentales para el éxito de este y otros programas dirigidos a la motivación y el cambio, sean de menores o de adultos, es el grado de comprensión de la necesidad de la ayuda e implicación con los objetivos y las acciones que se determinen.

En consecuencia, es importante desde el momento inicial buscar la aceptación de la ayuda, la colaboración con los profesionales y el compromiso con las decisiones que se adopten.

Apoyo psicológico grupal

La intervención psicoterapéutica grupal es un complemento al tratamiento individual que depende de distintos factores, como la propia evaluación que se realice del menor. El formato consiste en un trabajo con grupo de 3 a 7 participantes, que pueden ser derivados por distintos profesionales.

Periódicamente se desarrollan distintas actividades dirigidas tanto a los adolescentes como a sus padres. En general se trata de actividades en formato de talleres dirigidos a la educación emocional y favorecer la comunicación padres-hijos (taller “Cómo comunicarte con tus padres”). Así mismo se llevan a cabo otros talleres grupales dirigidos a los menores y jóvenes que presentan dificultades de regulación emocional, inestabilidad e inflexibilidad psicológica. Estos talleres se han realizado con los chicos y chicas de los Grupos de Convivencia, y han

participado también adolescentes con la medida de libertad vigilada fundamentalmente con perfil de maltrato familiar ascendente.

Si bien cada taller se programa y lleva a cabo según las necesidades del grupo de participantes, es común que los contenidos sean tratados, como por ejemplo en el Taller de Comunicación y Resolución de conflictos en la familia para adolescentes, en 8 sesiones que requieren de al menos 8 semanas.

SESIÓN 1	¿Qué es un conflicto? ¿Por qué no sé comunicarme adecuadamente?
SESIÓN 2	Tipos de comunicación, barreras y errores más frecuentes en el proceso comunicativo.
SESIÓN 3	Habilidades básicas de comunicación
SESIÓN 4	Aceptación de normas y límites.
SESIÓN 5	Manejar los límites: Como hacer y recibir críticas y aprender a decir que no.
SESIÓN 6	Características de la problemática relacional entre padres e hijos.
SESIÓN 7	Abordaje de situaciones conflictivas. Posibles alternativas.
SESIÓN 8	Cierre y conclusiones, generalizar lo aprendido.

B. PREVENCIÓN DE CONSUMOS

La Ley 5/2002, de 27 de junio, sobre Drogodependencias y otros Trastornos Adictivos, considera “las drogodependencias y otros trastornos adictivos como enfermedades comunes con repercusión en las esferas biológica, psicológica, social y familiar”, debiendo tener presente además de la problemática del consumo de sustancias, las adicciones relacionada con el uso de internet y la tecnología, así como el inicio en prácticas de juegos de azar tanto presencial como vía *online*. Nuevos términos en nuestro vocabulario como “*vamping*” o “*phubbing*” nos indican nuevas realidades, que afectan tanto en el plano de la salud como en el de las relaciones sociales.

Por ello, pensamos que es oportuno plantearse un apoyo que ayude a conocer las consecuencias perjudiciales del consumo para la salud (sistema nervioso central; salud mental), el desarrollo personal y las relaciones sociales; identificar los factores de riesgo y protección actuales relacionados con su estilo de vida, y definir la motivación al consumo (gestión emocional); desarrollar competencias personales/sociales que favorezcan un desarrollo/estilo de vida saludable, aprendiendo a discriminar relaciones/actividades perjudiciales sobretodo en

momentos de ocio y a evitar las situaciones, relaciones y prácticas sociales que anteceden al consumo/comisión de delito.

Esta actividad es necesario que se lleven a cabo por profesionales especializados en la materia, realizándose más específicamente en este momento en el Centro de Día Especializado.

Contenidos:

1. Historia de consumo. Estilo de vida (ocio y tiempo libre, sueño, actividad física, nutrición, grupo de iguales...).
2. Efectos y consecuencias del consumo para la salud (sistema nervioso central; salud mental), el desarrollo personal y las relaciones sociales.
3. Factores de riesgo y protección actuales.
4. Gestión emocional.
5. Competencias sociales específicas ante situación de consumo: técnicas de autocontrol, asertividad, identificación de factores de riesgo.... actitud crítica/rechazo ante cualquier aspecto relacionado con el mundo de la droga (tráfico, mafia, alienación...) y todas aquellas que favorezcan un desarrollo/estilo de vida saludable.
6. Planificación de estilo de vida saludable.
7. Identificación de grupo/s pro social/es y mantener vínculos/actividades positivas.
8. Participación en actividades prosociales con grupos normalizados.

C. ACOMPAÑAMIENTO EDUCATIVO

En el Centro de Día Madrid se ubica un servicio especializado para el apoyo a menores y jóvenes infractores con problemas de salud mental, sus actuaciones se enmarcan en una doble perspectiva de atención a las necesidades y dificultades de menores y jóvenes, pero también de sus familias, llevándolo a cabo tanto de manera individual como grupal. Partiendo de la base de que en medio abierto es preferente la ubicación del menor o joven en el recurso social o comunitario correspondiente a su edad o necesidades, con acompañamiento educativo pretendemos dar prioridad a las actuaciones en el propio entorno familiar y social, en consecuencia este apoyo temporal y estratégico se dirige a facilitar la integración en áreas tales como:



Asimismo, este programa tiene previsto la creación de una serie de actividades de ayuda que preferentemente se ocupan de entre otros contenidos:

I. Familias: Parentalidad positiva y el apego seguro, comunicación en la familia, compromiso en el proceso de desarrollo y adaptación de sus hijos e hijas.
Creación de una red de apoyo de personas que compartan una misma situación.
Apego seguro. Control y apoyo. Pautas educativas y disciplinarias. Habilidades y recursos para el manejo de situaciones conflictivas.
Comprender los elementos principales de la patología de sus hijos e hijas.
Asesoramiento sobre los problemas de sus hijas e hijos y proporcionar pautas psico y socioeducativas.
2. Individuo/grupo: Contrato terapéutico; compromisos de asistencia, puntualidad y colaboración.
Salud y salud mental. Desarrollo capacidades de la función reflexiva. Mejorar el autoconcepto y la autoestima.
Emociones. Adquisición de habilidades de resolución de conflictos basadas en la asertividad.
Identidad. Autoestima y autoconcepto.
Recursos comunitarios generales y especializados: conocimiento e inicio de contactos y relación.

D. APOYO FAMILIAR

El Programa de Apoyo Familiar (PAF) se plantea para atender a las necesidades de los menores y facilitar un espacio de tratamiento de las conductas y de las dinámicas conflictivas en el ámbito familiar, conscientes de la necesidad de dar una respuesta rápida y ajustada a la temporalización de la medida acordada y que contemplara la necesaria colaboración de los padres.

Con este Programa también buscamos que las familias puedan descargar algunas de sus preocupaciones e inquietudes, y que puedan profundizar a través de las diferentes actividades en los dos componentes básicos de las relaciones y el apoyo familiar: el afecto y los límites, así como en la comunicación y la resolución de conflictos como elementos que permiten mantener los vínculos.

Para ello, el PAF se concretó en cuatro proyectos de intervención. Los dos primeros se desarrollan en todos los recursos de Medio Abierto, quedando a criterio de cada uno de ellos la puesta en marcha o no de los dos últimos en función de la demanda o necesidades detectadas. En todo caso, como explicamos en el apartado correspondiente, todos ellos si se llevan a cabo en los programas de intervención educativa y terapéutica de los dos Grupos de convivencia actuales.

Apoyo individual: menor/joven

Intervención consistente básicamente en la adaptación de la programación del Taller de Desarrollo personal y de la Competencia social, enfocado a las dinámicas y actividades hacia las pautas y dinámicas de su ámbito familiar, y fundamentalmente en las relaciones intrafamiliares.

Busca la mejora de la capacidad de comunicación y relación del menor con respecto al núcleo familiar, a través del reconocimiento del sistema familiar del que forma parte y de su influencia en su desarrollo, generando un análisis realista de su situación y reconocimiento de su capacidad de actuación; la adquisición de habilidades y estrategias específicas para relacionarse con su familia: mejorar su estilo de pensamiento, desarrollar una comunicación asertiva, adquirir habilidades de manejo del conflicto; y mejorar el conocimiento y la expresión de sus emociones dentro de la familia.

Contenidos básicos:

- Habilidades Sociales Básicas (de comunicación y de relación).
- Autoestima.
- Autoafirmación y Asertividad.
- Expresión de Emociones.
- Resolución de Conflictos, Autocontrol y Técnicas de Relajación.
- Derechos, responsabilidades y organización personal.
- Desarrollo del Juicio - Razonamiento Moral y Empatía.

Apoyo a adultos: figuras parentales

Esta actividad de apoyo pretende potenciar/favorecer el desarrollo de las capacidades de los padres y madres para relacionarse positivamente en el sistema familiar, a través de tomar conciencia de su responsabilidad dentro de su grupo familiar, como figuras de referencia y de cambio, favoreciendo un mejor conocimiento de las necesidades familiares; fomentar habilidades, estrategias y estilos educativos adecuados en las relaciones con sus hijos/as:

capacidad de empatizar y relacionarse con los adolescentes de forma afectiva, capacidad para poner y mantener límites y fomentar una comunicación asertiva; favorecer el desarrollo de habilidades de regulación emocional de cara a una adecuada comunicación con sus hijos; así como favorecer el empoderamiento de las figuras parentales generando una identidad basada en ser autoridad positiva para sus hijos e hijas.

Contenidos básicos:

- La familia, sus etapas y funciones.
- Cambios en la adolescencia y la pubertad.
- Roles familiares.
- Manejo de la comunicación asertiva con los hijos.
- Manejo de la autoridad y disciplina positiva.
- Temas de interés: consumo; grupo de iguales; salud; adicciones y prevención de las mismas; afectividad y sexualidad; medios de comunicación.

Grupos de padres y madres

Propuesta de trabajo grupal con las figuras parentales que trata de dar respuesta a la necesidad percibida de crear un grupo de trabajo común entre las madres y los padres de los menores/jóvenes, dotando así a las familias de un espacio compartido, donde entrenar destrezas de parentalidad positiva y creación de un clima de convivencia.

Contenidos básicos:

Sesión 1. La Familia.
Qué es y para qué sirve este espacio de trabajo para madres y padres.
El grupo familiar.
Sesión 2. La Familia: Evolución, Organización y funcionamiento.
Etapas evolutivas del grupo familiar.
Contexto familiar, estilos de vida y relaciones entre los miembros.
Roles, espacios y tiempos en familia.
Límites y estilos educativos.

Sesión 3. Desarrollo evolutivo.
Desarrollo evolutivo de las personas.
El apego y el vínculo.
Sesión 4. Nuestro hijo/hija adolescente.
La adolescencia normal.
El desajuste, ¿de qué hablamos?
Sesión 5. El mundo emocional de tus hijos/as.
Las emociones.
Regulación emocional.
Sesión 6. La comunicación con hijos adolescentes y el estilo asertivo de comunicación.
El asertividad.
La comunicación.
Sesión 7. Habilidades sociales y la solución de problemas en casa.
Habilidades sociales.
Resolución de conflictos.
Sesión 8. Cierre (sesión en multifamiliar).

Mediación padres-hijos

Los cambios sociales estructurales, así como los nuevos tipos de conflictos, que también afectan a las familias, requieren de nuevas y en ocasiones soluciones alternativas que sean cooperativas y participativas por parte de todas las personas afectadas, en este caso los miembros de la familia o el grupo de convivencia

La propuesta de Mediación en nuestro ámbito está orientada a resolver conflictos presentados por las familias y que por sí solos no han podido solucionar. Los conflictos susceptibles de abordar mediante la mediación pueden ser muy diversos, básicamente se trata de conflictos derivados de la convivencia de familias con hijos adolescentes, pero también comúnmente encontramos otros conflictos familiares similares que pudieran estar afectando o interfiriendo en la dinámica familiar.

Contenidos y sesiones:

No se trata de implementar el proceso de una manera rígida, porque cada individuo y grupo tendrán necesidades distintas, pero sí de seguir el proceso paso a paso según las orientaciones que recogemos.

- Premediación:
 - Recepción de las partes.
 - Información general del servicio y su desarrollo.
- Encuadre del proceso:
 - Reglas de funcionamiento.
 - Firma del compromiso de colaboración.
- Fase inicial:
 - Descripción del conflicto.
 - Posiciones.
 - Desahogo emocional.
 - Reconocimiento.
- Acercamiento de posturas:
 - Generación de alternativas.
- Acuerdos:
 - Adopción de acuerdos.
 - Redacción de documento del acuerdo adoptado.
- Seguimiento:
 - Verificación de cumplimientos de acuerdo.
 - Reformulación, en caso que corresponda.

Junto con la necesaria información inicial sobre el proceso, su duración aproximada, objetivos y posibles salidas, es necesario clarificar la intervención desde el encuadre del proceso a desarrollar:





Actividades socioeducativas y de apoyo personal, llevadas a cabo con menores y jóvenes con medidas judiciales de Medio Abierto, no privativas de libertad, desarrolladas por la Agencia de la Comunidad de Madrid para la Reeducación y Reinserción del Menor Infractor, a través de sus profesionales, programas y recursos especializados.



**Agencia
de la Comunidad de Madrid
para la Reeducación y Reinserción
del Menor Infractor**



**Comunidad
de Madrid**

CONSEJERÍA DE JUSTICIA,
INTERIOR Y VÍCTIMAS