



BYMBE

Bringing Young Mothers back to education

PAQUETE DE EMPODERAMIENTO DEL BYMBE 105 ANEXO

Erasmus+: KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange
of Good Practices – Strategic Partnerships for adult education
[Agreement N° 2017-1-AT01-KA204-035007]



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BYMBE

Bringing Young Mothers back to education

PAQUETE DE EMPODERAMIENTO DEL BYMBE IO5

ANEXO

Erasmus+: KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange of

Good Practices – Strategic Partnerships for adult education

[Agreement N° 2017-1-AT01-KA204-035007]



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Información del proyecto

Título del proyecto	Bringing young mothers back to education
Acrónimo del proyecto:	BYMBE
Número del proyecto:	No. 2017-1-AT01-KA204-035007
Organización beneficiaria (Coordinadora del proyecto)	Frauen im Brennpunkt, Austria
Socios del proyecto	CESIE, Italia Bimec Ltd., Bulgaria Social Innovation Fund, Lituania Exchange House International, Irlanda Magenta Consultoría Projects S.L.U., España

Información del documento

Título del documento:	Paquete de empoderamiento del BYMBE
Autor del documento:	Todos los socios
Versión:	1.1
Fecha:	06.06.2019

Tabla de contenidos

INFORMACIÓN DEL PROYECTO	1
INFORMACIÓN DEL DOCUMENTO.....	1
1. INTRODUCCIÓN	3
2. OBJETIVOS DEL PAQUETE DE EMPODERAMIENTO DEL BYMBE	4
3. OPINIONES TRAS USAR LOS MÉTODOS - CONTRIBUCIONES.....	5
3.1. EXPERIENCIAS	6
3.1.1. <i>Experiencias de Austria</i>	6
3.1.2. <i>Experiencias de Bulgaria</i>	6
3.1.3. <i>Experiencias de Irlanda</i>	7
3.1.4. <i>Experiencias de Italia</i>	7
3.1.5. <i>Experiencias de Lituania</i>	7
3.1.6. <i>Experiencias de España</i>	8
3.2. RETOS, RECOMENDACIONES Y ADAPTACIONES A LOS MÉTODOS	8
3.3. COMENTARIOS Y CONCLUSIONES.....	18
3.3.1. <i>El socio austriaco</i>	19
3.3.2. <i>El socio búlgaro</i>	19
3.3.3. <i>El socio irlandés</i>	19
3.3.4. <i>El socio italiano</i>	19
3.3.5. <i>El socio lituano</i>	20
3.3.6. <i>El socio español</i>	20

1. INTRODUCCIÓN

Todos los socios del BYMBE se han unido para apoyar la inclusión profesional de NINIS (personas que ni estudian ni trabajan), más específicamente de las madres jóvenes en riesgo de abandonar el sistema educativo, aumentando su motivación para volver a la educación y finalizar sus estudios (tanto universitarios como formación profesional) y proporcionándoles servicios de apoyo (incluida la orientación profesional, la motivación y la formación en habilidades sociales) para continuar y terminar su formación.

Incluso si después de la campaña (IO2) las madres jóvenes son conscientes de la necesidad de finalizar su educación profesional, necesitarán un apoyo especial para poder llevar esto a cabo - alguien que les guíe y les aconseje sobre cómo organizar sus próximos pasos y las oriente para tomar la decisión correcta con respecto a su vida profesional. Hay que organizar redes de apoyo fiables para asegurar que puedan llevar a cabo la educación hasta el final. Esto no sólo significa la organización del cuidado de los niños, sino también el conocimiento para construir sus propias redes de apoyo en momentos en los que quieran echarse atrás, momentos de frustración o de estrés; todas ellas habilidades que a menudo no poseen, ya que no se enseñan en la escuela o en su entorno social.

Todos los contenidos que van desde el IO4 al IO6 son un paquete holístico personalizado para las necesidades especiales que las jóvenes madres puedan tener, con el fin de involucrarlas, motivarlas y empoderarlas y evitar así que abandonen los estudios (o vuelvan a hacerlo). Debido a las diversas fortalezas de los socios cada tarea tiene un socio líder diferente, y los paquetes se construyen y complementan entre sí.

El IO5, el paquete de empoderamiento del BYMBE, es el primero de los paquetes que contiene herramientas de apoyo para madres jóvenes. Sus objetivos principales son:

- Mejorar las habilidades sociales cognitivas
- Mejorar la emoción, el reconocimiento y el entendimiento
- Mejorar el autocontrol
- Mejor planificación para resolver tareas cognitivas
- Potenciar el pensar antes de hablar
- Resoluciones de conflicto más efectivas
- Crear una atmosfera en el aula más positiva

Para conseguir estos objetivos, el proyecto aplica herramientas innovadoras en una combinación entre talleres, sesiones de orientación individual, sesiones de apoyo grupales, sesiones de toma de decisiones y planificación sobre cómo implementar estas decisiones usar el método del proyecto, y también alguna sesión de generación de ideas sobre cómo superar los obstáculos.

Para la orientación profesional se usará una herramienta sencilla y comprensible, la cual descubrimos gracias a otro proyecto, llamada Symbol Work, perfecta para orientar a las jóvenes madres. Symbol Work es un enfoque que permite profundizar más con las madres jóvenes que no están acostumbradas a los entornos de asesoramiento. La metodología de trabajo de Symbol Work permite expresar y hacer visibles propósitos u problemas ocultos para que puedan ser resueltos y encontrar estrategias de motivación personal.

Impacto: Proporcionar una orientación holística y un apoyo a la toma de decisiones adaptado a las necesidades de las madres jóvenes. Al final, las participantes podrán tomar una decisión educativa/profesional adecuada a su situación actual para mejorar su posterior oportunidad de empleo y poder conseguir sus propios ingresos.

2. Objetivos del Paquete de Empoderamiento del BYMBE

Aunque las madres jóvenes tomen la decisión de volver a la formación, es recomendable, en preparación a una formación posterior, implicar a las madres jóvenes en una formación de empoderamiento para facilitar la reincorporación a la educación de NINIs y mejorar sus posibilidades de poder seguir en la formación profesional hasta el final. Muchas jóvenes que no están estudiando, trabajando o formándose de alguna forma han tenido experiencias previas de educación deficientes. Por ello, será necesario alentarlas para que se interesen por aprender en un futuro. Las jóvenes tendrán que aprender a superar las barreras de aprendizaje más frecuentes que puedan experimentar, como por ejemplo: el contenido y formato del curso, comportamiento, asistencia o actitud, falta de habilidades básicas y competencia para aprender.

Este Paquete de Empoderamiento se enfoca en resolver los problemas mencionados anteriormente. Se basa en el desarrollo de la Inteligencia Emocional, ya que enseña a comprender y gestionar los propios sentimientos y comportamientos, así como en comprender a las personas que te rodean e interactuar con éxito en un grupo y en un contexto social.

El manual incluye capacitación práctica sobre lo anterior, con el 80% del tiempo dedicado a los métodos de capacitación participativa. La metodología de la formación será la presentación/conferencia (no más del 20% del tiempo en “bocados pequeños”) y diferentes técnicas y métodos para el aprendizaje activo e interactivo, como por ejemplo:

1. Conocimiento de nuestras propias emociones. Conocer a ti mismo, la percepción completa del sentimiento, saber cuánto dura este, saber todo esto es un componente clave de la inteligencia emocional. Nuestra capacidad de observar nuestros sentimientos en cualquier momento es de particular importancia para el desarrollo de nuestras habilidades y el autodescubrimiento. Si no nos damos cuenta de nuestros

verdaderos sentimientos, nos convertimos en sus esclavos. Las personas que tienen más confianza en sus sentimientos gestionan mejor su vida, ya que tienen una actitud clara hacia sus soluciones personales, desde la elección de un compañero de vida hasta la elección del trabajo.

2. Manejo de las emociones. El control sobre los sentimientos y su expresión de forma adecuada es una habilidad que está estrechamente ligada a la comprensión de uno mismo. Cuáles son las formas de consolarse cuando se sufre ansiedad, tristeza o irritabilidad, así como lo que sucede si no logramos resolver estos problemas emocionales básicos. Las personas con habilidades débiles en esta área están constantemente luchando con sentimientos de angustia, mientras que aquellos que las manejan con maestría pueden recuperarse mucho más rápidamente.
3. Habilidades de auto-motivación. La movilización de las emociones para conseguir una meta es importante para la atención exclusiva, la motivación y el dominio personal, así como para las fuerzas creativas. El autocontrol emocional (deposición de la recompensa y supresión del desorden) es un pilar básico de cualquier logro. Además, la capacidad de actuar en el estado que los atletas llaman “flow” -conciencia inflexible- conduce a resultados sobresalientes en todas las áreas. Las personas con tales habilidades suelen ser más productivas y eficientes en todo lo que emprenden.
4. Reconocimiento de las emociones de otros. La empatía, otra habilidad que está estrechamente relacionada con la conciencia emocional, es quizás la habilidad humana más básica. ¿Dónde está la empatía, cuál es el costo social de la indiferencia y las razones para engendrar altruismo empático? Las personas empáticas son más sensibles a las señales sociales sutiles que sugieren las necesidades o deseos de los demás. Esto los hace más adecuados para las profesiones en los campos de la medicina, la educación, las ventas y la gestión.
5. Relaciones estables. El arte de la conexión dio por supuesta en gran medida una habilidad para manejar las emociones de los demás. Alimentan la popularidad, el liderazgo y la comunicación interpersonal efectiva. A las personas con talentos similares les va bien en situaciones que requieren una comunicación fluida con los demás - sólo son “estrellas sociales”.

3. Opiniones tras usar los métodos - contribuciones

Todos los socios han pilotado los métodos y creado sus propias experiencias. Este capítulo muestra las experiencias que las formadoras, trabajadoras sociales, etc. tuvieron con las madres jóvenes usando estos métodos, y también propone sugerencias en caso de que estas sean necesarias.

3.1. Experiencias

3.1.1. EXPERIENCIAS DE AUSTRIA

En Austria el Paquete de Empoderamiento del BYMBE ha sido probado en grupo, pero principalmente de forma individual. Sabemos que las medidas elegidas en IO5 son exactamente las medidas correctas que las madres jóvenes necesitan, pero en Austria y especialmente en las zonas rurales (Tirol) las madres jóvenes apenas ven la necesidad de trabajar sobre sí mismas. Después de invitarlas y de su compromiso, muchas madres jóvenes no se presentaron.

Para nosotros es más fácil trabajar con las madres individualmente, por ello trabajar en su inteligencia emocional es siempre una gran parte del asesoramiento. Primero las madres jóvenes dan un paso atrás y observan la situación, pero después de referirse a sus necesidades empiezan a tener fe en el consejero y en la situación. Tener confianza en sí mismas y ser conscientes de sus debilidades es un paso importante para encontrar una formación profesional adecuada y tratar con una familia/hijo.

3.1.2. EXPERIENCIAS DE BULGARIA

Experiencia del grupo de Plovdiv: “Durante los talleres la mayoría de las madres lograron desarrollar hasta cierto punto la autoconciencia: con la ayuda de los ejercicios aprendieron a reconocer y nombrar algunos de sus sentimientos y emociones. Se trata de un verdadero avance para este grupo. Algunas de las mujeres incluso manifestaron su deseo de controlar sus emociones y progresaron un poco hacia ellas. Algunos de las participantes compartieron que se sentían bien con esa nueva forma de comportarse, en la que pueden expresarse y afirmarse, y lo hicieron gustosamente dentro del grupo, pero reconocieron que no iba a ser aceptado en la comunidad en la que viven.

La mayoría de las madres jóvenes lograron desarrollar confianza en sí mismas al menos hasta el punto de poder decir a sus familias que quieren continuar su educación. El grupo también logró desarrollar el apoyo mutuo. Demostraron comprensión y empatía hacia los sentimientos de las demás, lo que es una clara señal de que están desarrollando la conciencia social. Esto todavía está en el nivel subconsciente, pero hay potencial para trabajar más con las madres jóvenes en esta dirección.”

Experiencia del grupo de Vidin: “Las jóvenes madres ya se conocían después de la formación anterior. Trabajaron eficazmente como grupo y estaban motivadas. Consiguieron progresar. Les gustaba mucho expresarse con muñecas o cuadros. Tenían problemas con las palabras más complicadas, que tenían que ser explicadas si era posible palabras más sencillas. Básicamente tienen que desarrollar su vocabulario de inteligencia emocional.”

Experiencia del grupo de Rousse: “A las jóvenes madres les gustaron mucho los juegos de rol. Participaron muy activamente, porque reconocieron situaciones en las que han estado. Se divertieron con el ejercicio de las sillas, el ejercicio de la papiroflexia y el juego de cartas. En el juego de cartas interpretaron mucho.”

3.1.3. EXPERIENCIAS DE IRLANDA

Exchange house probó el IO5 después del IO4. Creo que la transición de las IOs fue útil para construir la autoconciencia de las madres. Mientras que las jóvenes madres creían que eran conscientes de ello, los ejercicios individuales potenciaron este elemento. Mostrar emociones puede ser difícil para cualquier grupo, pero para las personas de comunidades marginadas que a menudo viven en la periferia de la sociedad expresar emociones puede ser muy difícil, ya que a menudo puede ser visto como una debilidad.

El IO incorpora una gran cantidad de ejercicios diferentes, que pueden adaptarse al grupo con el que se está trabajando.

La autogestión y la conciencia social son actividades que los consejeros consideraron que eran las más apropiadas.

3.1.4. EXPERIENCIAS DE ITALIA

En comparación con los estudiantes jóvenes, las madres jóvenes están más orientadas a los objetivos y a la relevancia. Tienen que ver una razón para aprender algo. Los conceptos de aprendizaje deben ser aplicables a su vida u otras responsabilidades para que sean de valor y un beneficio añadido para ellas. Al no haber aprovechado plenamente las vías formales de enseñanza, las madres jóvenes tienden a impacientarse con las largas lecciones o discusiones y a aprender menos cuando una actividad es sólo teórica.

Muestran la necesidad de participar y de compartir sus experiencias con otras madres, por lo que tienden a aportar sus conocimientos y experiencias al entorno de la formación. Prefieren las actividades prácticas, por lo que los métodos participativos (estudios de casos, demostraciones, pruebas, simulaciones de situaciones “reales”) son siempre preferibles. A la luz de estas impresiones, las actividades piloto de IO5 de CESIE han considerado principalmente aquellas actividades del Paquete de Empoderamiento del BYMBE IO5 (<https://bymbe.eu/results/>) que eran más participativas y que tenían como objetivo ayudar a las participantes a mantenerse enfocados y atentos.

3.1.5. EXPERIENCIAS DE LITUANIA

En general, el IO5 - Paquete de Empoderamiento del BYMBE - es un material muy útil porque es un conjunto completo de métodos teóricos y prácticos para trabajar hacia el empoderamiento, el fortalecimiento de la autoconfianza y el desarrollo de la inteligencia emocional. Como en este IO hay muchos métodos prácticos, permite al formador elegir el más adecuado en función de las necesidades de las participantes.

La teoría se presenta de forma estructurada, pero el lenguaje utilizado es más adecuado para las formadoras, aunque no para las participantes. Podría utilizarse como una introducción al tema y ser explicado por la formadora a las participantes usando palabras más sencillas.

Las tareas de verificación de conocimientos también son demasiado complicadas para las participantes y no hay ningún objetivo en el trabajo práctico para comprobar los conocimientos teóricos, sino para desarrollar la conciencia y la comprensión de ciertos fenómenos, así como para facilitar el cambio positivo en el comportamiento, para ayudar a las participantes a conocerse mejor a sí mismos, para fortalecer su confianza en sí mismos y empoderarlos.

3.1.6. EXPERIENCIAS DE ESPAÑA

Magenta Consultoría está llevando a cabo el pilotaje del IO, que se centra en el desarrollo de las habilidades sociales de las madres jóvenes que abandonaron los estudios a una edad temprana por diferentes razones. Se está implementando desde el 15 de marzo y todavía está en curso. Al principio fue difícil atraer a estas jóvenes madres para que participaran en la capacitación, pero una vez que empezaron, se mostraron muy receptivas. Expresar emociones puede ser difícil para cualquier grupo, pero para las personas de comunidades marginadas que a menudo viven en la periferia de la sociedad, mostrar sus emociones puede ser especialmente difícil, ya que a menudo es visto como una debilidad. El IO incorpora una gran cantidad de ejercicios diferentes que se pueden adaptar al grupo con el que trabajas.

En Magenta hemos decidido usar diferentes ejercicios que resultan muy atractivos para las madres jóvenes; estas actividades eran:

- Papiroflexia
- Conocerse a sí misma a través de las muñecas
- En el lugar de la otra
- Red de apoyo
- Un día diferente
- El espejo perfecto

Además, durante la capacitación se trabajó la igualdad de género y el empoderamiento de las madres.

3.2. Retos, recomendaciones y adaptaciones a los Métodos

Los socios trabajaron de forma intensivo con los métodos. La siguiente tabla muestra retos, sugerencias y posibles adaptaciones:

	Retos	Recomendaciones	Adaptaciones
Auto-conciencia			
Expresar un sentimiento	<p>En Austria, este ejercicio se practica en todas las unidades del entorno presencial. En un grupo, las madres jóvenes tienen que confiar en que todas sean honestas con todas.</p> <p>Es un reto para algunas madres jóvenes encontrar palabras o ser capaces de expresar sus sentimientos.</p> <p>También en Lituania este ejercicio es parte habitual del proceso de asesoramiento.</p>	<p>En Bulgaria fue muy útil para las madres jóvenes entender sus propios sentimientos.</p> <p>Si hay un grupo más grande de madres jóvenes, la capacitadora tiene que tomar una decisión sobre el proceso y el tiempo que le otorga a cada madre joven para hablar sobre sus sentimientos.</p> <p>El socio lituano sugiere utilizar la actividad tanto para individuos como para grupos, al principio y al</p>	<p>Es una buena idea apoyar la realización de este ejercicio con tarjetas (Adjetivos, sentimientos, imágenes, etc.).</p> <p>En Austria y Bulgaria, las palabras y la terminología utilizadas tuvieron que simplificarse para que fueran comprensibles para las madres jóvenes.</p>

	<p>Este ejercicio tiene que prepararse muy bien y las madres jóvenes tienen que estar realmente integradas en el proceso, de lo contrario, este enfoque podría percibirse como algo que no tiene relación.</p> <p>Para el socio italiano, la descripción de la actividad no proporciona ninguna variación del ejercicio, incluso si se solicita para completar la actividad.</p>	final de la formación.	
Experiencias	<p>Para el socio italiano el ejercicio “experiencias” resulta:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demasiado profundo, difícil de volverse positivo; - No es lo suficientemente significativo para que las participantes sean relevantes en su proceso de aprendizaje durante la sesión informativa. <p>También el socio austriaco asegura que es difícil adoptar una actitud positiva.</p>	<p>El socio italiano recomienda escribir el proceso en una pizarra donde todos puedan verlo.</p> <p>Una rápida demostración por parte de la formadora hará que sea más fácil de entender.</p>	<p>Para el socio austriaco y búlgaro, las palabras y terminología utilizada tenían que simplificarse para que fueran comprensibles para las madres jóvenes.</p> <p>Todos los ejercicios de juego de roles fueron muy útiles para las madres jóvenes.</p>
Hoja de evaluación 1		Reescribir las preguntas abiertas usando múltiples opciones, ítems abiertos, dando a las participantes una respuesta incorrecta y pidiéndoles que proporcionen una respuesta correcta.	La actividad no ha sido incluida en el proyecto piloto IO5 de CESIE porque algunas madres jóvenes no se sienten suficientemente seguras como para articular sus respuestas en un formato escrito. En cambio, la evaluación de los proyectos piloto IO5 de CESIE incluye técnicas presenciales.
Alta y baja confianza en una misma	Para la capacitadora austriaca fue un desafío detener la discusión y reunir toda la información para que las madres jóvenes aprendieran de los	El socio lituano mencionó que este es un ejercicio muy bueno, que permite a las participantes comprender lo que significa tener confianza en	Para el socio lituano, se podrían enumerar (añadir) aún más ejemplos de comportamiento de alta confianza en una misma y comportamiento asociado

	<p>resultados. Y debido a la escasez de participantes, esta actividad es difícil.</p> <p>En Italia no se ha incluido esta actividad porque no es suficientemente participativa.</p>	<p>sí mismas y evaluar su comportamiento, así como pensar qué les gustaría cambiar en él.</p>	<p>con una baja confianza en sí misma. También se recomienda discutir sobre las situaciones en las que se produce este tipo de comportamiento y sobre lo que la persona desearía cambiar en su él.</p>
Presentación	<p>Socio italiano:</p> <p>Esta actividad se centra en el contenido y no es muy participativa. Es un reto cuando se tiene una participante resistente o no participativa en el grupo.</p> <p>Adaptar el contenido de la formación a las diferentes necesidades de aprendizaje de las participantes puede ser exigente y requerir mucho tiempo.</p>	<p>Todos los socios recomiendan añadir elementos visuales como imágenes, vídeos, listas y esquemas...</p>	<p>En el IO5 de CESIE se han simplificado los contenidos de la actividad piloto.</p> <p>En el austríaco y búlgaro se ha simplificado el lenguaje.</p>
Collage de autoconfianza		<p>En Lituania, las madres jóvenes podrían realmente utilizar este método para construir su confianza en sí mismas. Durante el ejercicio las participantes tuvieron la oportunidad de revisar sus talentos y habilidades, así como de pensar en su tarea creativa. Fácil de hacer y les gustaba a las participantes.</p>	<p>El ejercicio podría adaptarse en función de los objetivos: Se puede utilizar para trabajar las habilidades y los talentos teniendo en cuenta la situación actual de las madres jóvenes o se puede realizar la tarea pensando en los objetivos y perspectivas futuras.</p> <p>Esta actividad no se ha incluido en las actividades piloto IO5 de CESIE porque el proceso de creación de un collage requiere demasiado tiempo para ser implementado en un grupo. Esta actividad se ha incluido en cambio en la lista de tareas para el asesoramiento individual de las madres jóvenes, donde se puede dedicar más tiempo a este ejercicio</p>

			de manera individual.
Mi experiencia personal al hacer frente a la adversidad		<p>Es útil tener el proceso escrito en una pizarra donde todas puedan verlo.</p> <p>Sólo se puede utilizar cuando el grupo tiene más de 5 participantes.</p> <p>El BIMEC apoya a las madres jóvenes para que puedan hacer el ejercicio.</p>	Siendo grupos pequeños de participantes, esta actividad se convirtió en un recorrido en el que cada uno tiene la oportunidad de contar su experiencia.
¿Qué piensas de ti misma?		<p>Para los lituanos, españoles, búlgaros, irlandeses y austríacos, este ejercicio es realmente útil cuando el objetivo es cambiar la percepción que la persona tiene de sí misma y de sus posibilidades.</p> <p>El socio italiano mencionó que los ejemplos ayudan a aclarar las preguntas.</p>	<p>Todos los socios están de acuerdo en el ejercicio y en el hecho de que necesita ser discutido y explicado por la formadora que se encarga de las madres jóvenes: Qué impacto tiene el nuevo comportamiento aprendido en relación con el éxito y los logros potenciales.</p> <p>Italia ha incluido esta actividad sólo en los cursos de formación para grupos de madres jóvenes que tienen conocimientos básicos de escritura.</p>
Sentirse poderoso y confiar en una misma		<p>Todos los socios están de acuerdo en que este es un buen ejercicio que ilustra el impacto que puede cambiar según nuestros pensamientos y comportamientos. Ilustra las consecuencias que tiene nuestro pensamiento.</p> <p>El socio italiano mencionó que los ejemplos ayudan a la claridad de las preguntas</p>	<p>Para adaptar el ejercicio o para hacerlo más claro, la formadora podría agregar alguna información, explicando el impacto y la relación entre el pensamiento/acción y los sentimientos, así como lo que el pensamiento positivo puede cambiar y los resultados que se pueden ver.</p> <p>Italia ha incluido esta actividad sólo en los cursos de formación para grupos de madres jóvenes que tienen conocimientos básicos de escritura.</p>

Discusión para Cerrar el Tema y Planificación por el Grupo para el Desarrollo Adicional en el Volante		Trate de conectar las experiencias de las madres jóvenes con las actividades anteriores y sus contenidos para mostrar su relevancia.	
---	--	--	--

	Retos	Recomendaciones	Adaptaciones
Autogestión			
Lista de Habilidades de Regulación de Emociones para la Felicidad Personal	Esta actividad se centra en el contenido y no es muy participativa. Es un reto tener participantes resistentes o no participativas en el grupo.	En Irlanda: Este ejercicio realmente hizo que las jóvenes madres pensarán en qué es lo que las hace felices. Todas dijeron que tienen idea sobre cómo se siente otra persona, sin embargo, cuando desarrollamos el ejercicio, esto se volvió un poco polémico, ya que la discusión giraba en torno al hecho de que a menudo es imposible saberlo a menos que se conozca a la persona.	En Irlanda: El lenguaje utilizado en el material es bastante complejo, sin embargo, las formadoras y orientadoras que trabajan con las madres sintieron que si se lo lees a ellas y luego se lo explicas les das la oportunidad de desarrollar un mejor dominio del inglés, por esta razón no sería necesario ajustar ni modificar el idioma. Los otros socios proponen ajustar el lenguaje, para que no sea tan complicado y teórico.
Secuestro emocional		El socio irlandés realizó este ejercicio con dos de las mujeres al día siguiente. Las mujeres sintieron que entender lo que desencadena sus emociones es útil. Una de las jóvenes madres dijo que siempre se mete en situaciones incómodas, ya que le resulta difícil contenerse. Ella dijo que sentía que tener un entendimiento de sus propias emociones es una herramienta muy útil. El socio italiano considera útil que el proceso de cada parte se escriba en una pizarra donde todo el mundo pueda verlo.	La formadora del socio irlandés subrayó que no haría ningún cambio. En el grupo que trabajó con este método funcionó perfectamente tal como estaba. En Austria, este método se probó en una formación con el mismo grupo objetivo, pero de más edad, y también funcionó perfectamente.

		El socio lituano ofrece oportunidades para discutir situaciones difíciles en la comunicación y en las relaciones. Se pueden ofrecer otras perspectivas sobre cómo reaccionar y resolver problemas. Las participantes pueden encontrar un camino mejor.	
--	--	--	--

	Retos	Recomendaciones	Adaptaciones
Conciencia social			
Conocer las demás con fotos y mapas	El horario es un gran desafío. Se necesitan madres jóvenes que realmente quieran participar en el proceso.	<p>Los socios irlandeses recomiendan:</p> <p>Brillante ejercicio. De nuevo una herramienta visual que realmente hizo que las madres jóvenes pensarán. El hecho de que las participantes pudieran moverse permitía una sensación de libertad y elección. Las jóvenes madres dijeron que estaban un poco nerviosas esperando para presentar sus fotografías, pero una vez que lo hicieron tuvieron una sensación buena. El hecho de que estuvieran hablando abiertamente en grupo aumentaría su confianza, ya que esto es algo a lo que no están acostumbradas, y también creaba un sentimiento de respeto, ya que nadie hablaba cuando otra mujer se presentaba.</p> <p>Para el socio italiano es importante que las participantes se mantengan concentradas. La formadora tiene que indicar claramente el propósito de la ronda de presentaciones y</p>	<p>Irlanda:</p> <p>En general, esta actividad fue un gran éxito. El hecho de que fuera un ejercicio visual que permitiera desarrollar habilidades de presentación individuales, además de incorporar discusiones en grupo que tuvieran en cuenta los diferentes estilos de aprendizaje y que se basaran en la confianza de las madres jóvenes es crucial para su éxito. Este ejercicio no necesita adaptación.</p> <p>En Italia, esta actividad ha sido sustituida por la unidad de formación nº 2 - Elegir un símbolo de IO4 Paquete de Orientación del BYMBE.</p>

		establecer cuáles son los límites de tiempo.	
Entender al otro	Se necesita un grupo más grande de participantes.	Para el socio lituano, este ejercicio es un ejercicio sencillo y útil que ilustra y desarrolla la empatía.	Podría haber más historias y preguntas para las discusiones con las participantes. CESIE fusionó esta actividad con la de Sentir la Historia.
En la piel de la otra	<p>El socio español menciona que la joven madre debe entender y desarrollar empatía por los demás y por su situación.</p> <p>En Italia no todas las madres jóvenes se sienten cómodas con la actuación.</p> <p>En Bulgaria es lo contrario. A las jóvenes madres les encantan todas las actividades en las que actúan y juegan.</p> <p>Lituania:</p> <p>Este ejercicio es útil para el desarrollo de la empatía y es bueno que haya situaciones provistas y que sea posible elegir las más relevantes.</p>	<p>España:</p> <p>Este ejercicio realmente hizo que las jóvenes madres pensarán en lo que significa tener empatía por los demás a su alrededor. La formadora les explicó que poniéndose en el lugar de la otra persona se puede crear una sociedad más respetuosa y acogedora. Todos aprendieron a tener más en cuenta cómo se siente una persona en una situación particular. Reflexionaron sobre su situación particular y pensaron en cómo se sentirían si nadie se pusiera en sus zapatos. También aprendieron a identificar sus reacciones corporales y sus respuestas involuntarias a lo que el otro les está diciendo, y a conocer los efectos que esto puede tener en la otra persona.</p> <p>Italia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es útil tener el proceso escrito en una pizarra donde todos puedan verlo. - Una rápida demostración por parte de las capacitadoras hará que sea más fácil de entender. - Es más probable que las 	Este ejercicio tenía que hacerse con cuidado para no dañar los sentimientos de nadie, pero las mujeres eran muy respetuosas entre sí.

		madres jóvenes favorezcan las historias relacionadas con sus experiencias.	
Ser querido		Es útil tener las preguntas escritas en una pizarra donde todos puedan verlas.	<p>CESIE dividió esta actividad en dos etapas:</p> <p>Paso 1 - un recorrido en el que las madres jóvenes se turnan para hablar de sus seres queridos.</p> <p>Paso 2 - implementación de la actividad “Árbol de la Vida” de IO3 Conjunto de métodos de intervención para involucrar a las madres jóvenes NINIs (https://bymbe.eu/results/)</p> <p>Austria: En Austria, el ejercicio se realizó en una capacitación con otras madres y la capacitadora mencionó que necesitaba dar muchos ejemplos para que las mujeres tomaran conciencia de las personas con las que se comunicaban; a veces los grupos necesitan más información e instrucciones sencillas para realizar los ejercicios.</p>
Red de Apoyo		<p>España:</p> <p>Con esta actividad, las madres jóvenes consiguen una representación visual de su red de apoyo, de modo que pueden tener un control real de todas las personas a las que pueden acudir en caso de que necesiten ayuda. También pueden percibir a las personas a las que ayudan, y cómo lo hacen, lo que les dará una sensación de seguridad en su vida, haciéndoles sentir que son dignas y útiles. Con esta actividad también</p>	<p>Las formadoras consideraron que el ejercicio estaba perfecto como estaba.</p>

		<p>reforzarán la interacción social entre ellas, formando nuevas amistades y sistemas de apoyo entre el grupo.</p> <p>Bulgaria:</p> <p>Visualizar la Red fue muy útil para que las madres entendieran que el apoyo de su familia es importante, pero también pueden confiar en la comunidad, haciendo más contactos sociales.</p>	
Un día diferente		<p>Es útil tener el proceso escrito en una pizarra donde todos puedan verlo.</p> <p>Este es un buen ejercicio no sólo para sensibilizar a las participantes y desarrollar su empatía, sino también para el desarrollo de habilidades de resolución de problemas.</p> <p>España:</p> <p>A través de este ejercicio no sólo las participantes desarrollarán su sentido de empatía, sino que también aprenderán qué necesidades tiene la otra persona en la vida diaria. Esta actividad les dio la oportunidad de interactuar entre ellas, conocerse mejor y crear lazos más fuertes entre ellos. Después de la actividad, la formadora hizo un breve resumen de todo lo que habían dicho, para que puedan tener una idea de las necesidades del grupo y ayudarse mutuamente, creando así otra red de apoyo entre ellas. El hecho de que estuvieran</p>	Este ejercicio no necesitó ninguna adaptación.

		hablando abiertamente en un grupo construido sobre la base de su confianza, ya que esto es algo a lo que no están acostumbrados, también creó un sentimiento de respeto, ya que nadie habló cuando otra mujer se presentaba.	
--	--	--	--

	Retos	Recomendaciones	Adaptaciones
Habilidades sociales			
Conocerse a través de muñecas		<p>En Bulgaria, a las madres les gustó mucho presentarse con muñecas.</p> <p>En España:</p> <p>A través de este ejercicio, las participantes identificarán sus buenas cualidades y aprenderán a recordarlas cuando se les presente un nuevo entorno y una nueva situación, para que tengan la oportunidad de retratarlas.</p>	
Papiroflexia	<p>España:</p> <p>Identificar cada forma con un significado diferente y comprender la importancia de las diferentes formas de comunicación.</p> <p>Todos los socios:</p> <p>Las madres jóvenes deben estar preparadas para hacer comentarios o tener una estimación apropiada y no exigirse a sí mismas normas demasiado estrictas.</p>	<p>España:</p> <p>Este ejercicio involucró a las madres jóvenes en la actividad y les hizo prestar atención en todo momento. Todos ellos tienen diferentes interpretaciones para cada figura de papiroflexia basadas en sus experiencias de vida. Con esto el grupo logró la noción de que cada lado de una historia es válido, ya que la gente siente cosas diferentes de la misma experiencia basada en su pasado. Las participantes aprendieron a aceptar las opiniones de los demás y a empatizar con los demás. A</p>	<p>España:</p> <p>La formadora tuvo que ayudar a algunas de las mujeres en la formación de las diferentes figuras de papel, pero esto es bueno porque de esta manera las participantes se sienten apoyadas y cuidadas.</p>

		<p>continuación, se llevó a cabo una discusión sobre la mejor manera de comunicarse con los demás.</p>	
El espejo perfecto		<p>Para el socio italiano, irlandés y austríaco es importante intentar conectar las experiencias de las madres jóvenes para mostrar su relevancia.</p> <p>El socio lituano mencionó que este es un ejercicio realmente bueno e intenso y que da la posibilidad de una conversación más profunda y una visión positiva.</p> <p>Para el socio español:</p> <p>Esta actividad hizo que las participantes reflexionen no sólo en sus propias cualidades, empoderándolos y haciéndolos sentir válidos, sino también en las cualidades de la otra persona, reforzando el vínculo existente entre ellos. La parte de la complementación fue muy apreciada por todos las participantes, ya que les ayudó a identificar algunas características que desconocían antes de hablar con la otra persona.</p>	<p>En Italia, el ejercicio se ha convertido en una ronda/debate en la que todos se turnan para hablar debido al número de participantes.</p> <p>Todos los socios estuvieron de acuerdo en que este ejercicio era bueno para utilizarlo al principio o al final de la sesión, ya que aporta una visión positiva.</p> <p>Todos los socios estuvieron de acuerdo en que no había que hacer ninguna adaptación.</p>
Juego de cartas	<p>A las madres jóvenes no siempre les gusta actuar. A veces necesitan un poco de tiempo para acostumbrarse a no ser juzgadas o evaluadas.</p>	<p>Para este tipo de actividad las participantes necesitan conocerse unas a otras para no reírse.</p>	<p>En Lituania, esta actividad se utilizó para sesiones individuales como el Diccionario de los Sentimientos, para permitir a las participantes reflexionar sobre sus emociones.</p>

3.3. Comentarios y conclusiones

3.3.1. EL SOCIO AUSTRIACO

En las zonas rurales de Austria es difícil llegar a las madres jóvenes. Trabajan con los trabajadores sociales no en su formación profesional, sino en su vida diaria, encargándose de sus hijos/as u ocupándose de los asuntos de la vida diaria. Al hablar con muchas madres jóvenes, apenas aprecian la importancia de trabajar en sí mismas, su autoestima y su comunicación. Es más fácil hablar con ellas sobre temas concretos como encontrar trabajo.

Como invitamos a muchas madres jóvenes pero casi ninguna apareció, asumimos que no ven ninguna necesidad, que tienen miedo de trabajar con otros y/o que no tienen ningún interés en su futuro como podemos hacer nosotros.

Los métodos del IO5 son muy buenos para usarse. Los integramos en capacitaciones para mujeres entre 25 y 40 años. Las introducciones fueron fáciles de entender y el resultado fue excelente.

3.3.2. EL SOCIO BÚLGARO

- Las palabras y la terminología utilizadas debían simplificarse en todas las actividades para que fueran comprensibles por las madres jóvenes.
- Las madres jóvenes no podían rellenar los cuestionarios, tenían que discutirse previamente por el grupo porque las madres no lograban entender lo que querían hacer.
- Algunos de los ejercicios requieren la participación de grupos de personas más grandes y necesitan ser adaptados para un número menor de personas.
- Todos los ejercicios de juego de roles fueron muy útiles para las madres jóvenes

3.3.3. EL SOCIO IRLANDÉS

Todos los asesores formados coinciden en que IO5 es un material muy rico. El IO tiene numerosos ejercicios que se pueden utilizar con las madres jóvenes. Los ejercicios se basan en el MC y fortalecen y ayudan a desarrollar su confianza.

The trained counsellors all agree that IO5 is a rich piece of material. The IO has numerous exercises that can be used with young mothers. The exercises build on the YM strengths and help develop their confidence.

3.3.4. EL SOCIO ITALIANO

Algunos de los problemas particulares que se encontraron durante el proyecto piloto con madres jóvenes fueron: las que llegaron tarde, las estudiantes resistentes (que se negaron a trabajar), las observadoras no participantes, la escasa asistencia y la falta de preparación. Para prevenir estos problemas, se incluyeron técnicas de enseñanza implementadas por CESIE:

- la opción de comenzar las actividades con un pequeño grupo de 6 madres jóvenes (en lugar de 12), para centrarse en el compromiso de las estudiantes desatentas y la oportunidad de proporcionar un trabajo individualizado más centrado;
- Obtener el consenso de las madres jóvenes con respecto a la hora y las fechas de las reuniones;

- equilibrar las actividades, las actividades de animación y las breves discusiones del proyecto piloto IO5 entre las 5 reuniones para involucrar a los estudiantes que pueden ser distraídos;
- adaptar las actividades que requieren habilidades básicas (escritas, de lectura) a las habilidades reales de las participantes;
- fomentar el compromiso mediante la petición de opinión personal y el fomento de las preguntas, para motivar aún más a las madres jóvenes que se muestran reacias a participar a través de diferentes técnicas de participación.

3.3.5. EL SOCIO LITUANO

En Lituania pudimos integrar los métodos en muchos entrenamientos y vimos que las actividades son realmente útiles. La retroalimentación de la trabajadora social y de los capacitadores fue muy buena y sólo necesitaron una pequeña adaptación para usar el IO5 a medida que se desarrolla.

3.3.6. EL SOCIO ESPAÑOL

Todos los asesores formados coinciden en que IO5 es un material muy rico. El IO tiene numerosos ejercicios que se pueden utilizar con las madres jóvenes para desarrollar sus habilidades sociales, como la empatía, el respeto o la comunicación con los demás. Los ejercicios que se realizan para las madres jóvenes también pueden reforzar y ayudar a desarrollar su confianza.



BYMBE
Bringing Young Mothers back to education



www.bymbe.eu



www.facebook.com/bymbe.eu



MAGENTA