

ONADES

La cura de qui té cura

ONADES és un projecte que vol donar un espai de seguretat i d'intimitat on poder compartir i expressar aquelles vivències, emocions i malestars que no tenim temps d'expressar en el dia a dia. Onades vol ser una casa dinàmica, un amagatall, un lloc on poder donar espai al moviment en que ens trobem sempre immerses.

Arran de l'experiència treballant i col·laborant en l'àmbit sanitari, hem detectat una necessitat creixent en relació a les cures. **ONADES** comprèn diferents projectes dins aquest entorn i té l'objectiu de treballar i acompanyar més en profunditat aspectes emocionals i relacionals que afecten el funcionament diari d'un centre sanitari.

ONADES proposa dos tipus d'intervencions:

- I. **Càpsules formatives:** 2 sessions de 3h cadascuna, adaptables a altres formats. Més endavant es presenten els diferents mòduls.
- II. **Acompanyament d'Equips Naturals i a Residents (MIR).** Mòduls on es treballa de forma més profunda les relacions i connexions entre un grup natural de treball més habitual.

METODOLOGIA

La nostra metodologia es basa en dinàmiques de grup inspirades en el coaching, tècniques musicoterapèutiques i altres tècniques expressives. Treballem des del paradigma de Treball de Processos, que fa èmfasi en la presa de consciència dels processos personals i grupals amb una mirada interdisciplinària.

Actualment i per la situació del COVID-19, oferim l'opció de fer els mòduls en format **100% online o en modalitat híbrida.**

I - CÀPSULES FORMATIVES

M'EMOCIONO... LUEGO EXISTO

L'entorn hospitalari o ambulatori és un entorn laboral especialment intens i exigent en termes emocionals i relacionals. Amb l'actual situació del covid-19 aquesta vivència s'amplifica. En aquest curs treballarem la cura de les relacions i les emocions, per oxigenar l'entorn. Facilem eines per a la millora de l'ambient laboral posant la mirada a la salut de les relacions interpersonals i a la presa de consciència del propi estat intern.

ESCOLTEM-NOS!

Millorem la comunicació i la col·laboració entre els diferents estaments professionals. L'objectiu és trencar els murs que ens separen i crear un espai de confort per compartir la diversitat de visions i responsabilitats diàries. Som moltes coses depenent del context i la responsabilitat que tenim.

Treballem amb jocs de rol: Un rol és molt més que jo. Jo soc molt més que un rol. Com seria posar-me a «la bata» d'una metgessa, infermera o zeladora?

ACOLLIM EL CONFLICTE: DEIXEM DE JUGAR A «FET I AMAGAR»

La vida és conflicte continu... donem-li la benvinguda! Què hi ha al darrera del conflicte? Quina informació ens aporta de nosaltres, dels altres i de les nostres relacions? Aprendre a relacionar-nos amb el conflicte pot ajudar-nos a viure'l com oportunitat de creixement i d'aprofundir per millorar.

Com començar a mirar el conflicte amb curiositat perquè sigui menys desgastant i més útil?

L'AVENTURA DE SER RESIDENT

El repte de ser aprenent quan s'espera tant de mi. Incloure la vulnerabilitat dels inicis per a poder acompanyar amb cura i professionalitat el nostre lideratge.

Un espai on explorar els aprenentatges relacionats amb les emocions, la comunicació i les relacions que acompanyen la praxis sanitària.

II - ACOMPANYAMENT D'EQUIPS NATURALS

EQUIPS NATURALS

Acompanyament a equips de treball. Treballem a nivell grupal (sistèmic), relacional i també individual.

Tractem temes relacionats amb el conflicte, les diferències de rang i poder dins les organitzacions i la gestió de les relacions.

Estructurem el programa i el nombre de sessions en funció de les necessitats dels equips, després de conèixer-les.

Un programa estàndard constaria de 6 sessions en grup i 3 sessions individuals amb cadascuna de les persones que conformen el grup.

RESIDENTS

Acompanyament específic per a residents on es treballen els models de relació, la gestió emocional i la capacitat de demanar ajuda.

La residència (MIR, LLIR...) és una època de molts aprenentatges tant sanitaris com relacionals, tant amb professionals de l'entorn com amb persones usuàries. És un moment que ens marcarà la nostra manera de treballar a posteriori i que cal abordar als inicis de la professió.

La proposta estàndard son 6 sessions de 2'5h adaptable a les circumstàncies i necessitats dels equips.

QUI SOM



Ainhoa Roca

Actualment treballa com a artista hospitalària amb la Fundació Theodora als hospitals de la Vall d'Hebron i al de Germans Trias i Pujol. D'altra banda, és facilitadora en conflictes des de la mirada de Treball de Processos i acompanya grups, equips i comunitats. Des d'aquesta vessant dona formació a l'hospital de Bellvitge, on imparteix desde fa 3 anys un curs destinat al personal sanitari.

“Aquestes experiències m'aporten molta informació de l'ambient laboral dins dels hospitals i de les necessitats i millores que podríem recolzar”

www.ainhoaroca.org



Joana Martinez-Mora

Fundadora de Ressonant. Acompanya equips professionals en àrees com la cultura organitzacional, la facilitació de conflictes, el lideratge o el benestar.

Realitza un abordatge multidisciplinar a través del Coaching, el treball de processos i eines creatives del camp de la música amb tècniques musico-terapèutiques.

L'any 2019 va dur a terme un acompanyament de 6 mesos amb professionals sanitaris a de l'Hospital Germans Trias i Pujol.

“La música és una nova porta d'entrada a la facilitació de grups”.

www.ressonant.com