



**PLAN DE FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO
2025-2027**

**ASOCIACIÓN SER, COMUNIDADES
SALUDABLES Y BUEN TRATO**

La formación del voluntariado es una pieza clave para el funcionamiento de la de la misma. Conocimientos y habilidades necesarios para poder ofrecer herramientas y destrezas que garanticen una adecuada motivación, continuidad y vinculación del voluntariado en nuestra organización.

Plan de formación del voluntariado:

Para ello se estructura un PLAN DE FORMACION en el cual las áreas de formación son PERSONAL, RELACIONAL, COMUNITARIA Y SOCIAL. Para ello se ha estructurado una formación que se da con carácter bianual o atendiendo a las necesidades concretas de cada momento. Se concluye con el ofrecimiento de la posibilidad de tener una vivencia practica que permite reconocer lo aprendido y las habilidades que se han conseguido incorporar.

La metodología a utilizar es la propia de la entidad: LA TERAPIA DE REENCUENTRO

Las estrategias metodológicas que se utilizan para el plan formativo son:

1. **Experiencias significativas.**

- a. Aprender significa interiorizar, incorporar al sistema propio nuevos conceptos a partir de revisar o modificar los anteriores o abrir espacios para ampliar nuestro acervo

2. **Trabajo grupal.**

- a. El grupo es un espacio de crecimiento y en él nos vemos como personas de un equipo con reglas y pautas consensuadas. La intimidad, el secreto, la lealtad, la escucha, el apoyo del otro, de la otra, son aspectos que forman parte de la vivencia grupal.

3. **“Como si”.**

- a. Las experiencias que se realizan reproducen controladamente la realidad cotidiana, y nos sitúa ante los acontecimientos importantes de cada uno/a en la que el cuerpo, la mente y el corazón toma partido y decide.

4. **Darse cuenta.**

- a. La toma de conciencia, descubrir y poner palabras a lo que me pasa o siento, a mis modos de actuar, que no son otra cosa que evidencias de mi

visión del mundo. Darse cuenta es la posibilidad de tomar las riendas y crear un nuevo sistema de pensar-decidir-hacer o de sentir-pensar-hacer.

5. **Proceso.**

- a. Sentir que la vida forma parte de un proceso, de un camino en el que vamos aprendiendo en la medida que vamos avanzando y que esa meta a alcanzar sólo es el inicio de la meta siguiente.

6. **Integralidad.**

- a. Mente(ética), cuerpo (físico y sexual) y corazón(espíritu). Tres aspectos de la misma persona que no pueden ser tratados como compartimentos estancos. Pensar, sentir y hacer a partir de trabajar el “como si”, viviendo situaciones en las que nuestra mente, nuestro corazón y nuestro cuerpo se ven implicados.

Se describe a continuación los conceptos, contenidos y conceptos que se desarrollan en la acción formativa básica:

FORMACION EN TÉCNICAS Y RECURSOS DEL VOLUNTARIADO(23 horas)

AMBITO	CONCEPTOS	TIPO DE DINÁMICAS	ESTRUCTURA DE CONTENIDOS
LA PERSONA La competencia Personal Día 1	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento, empatía, motivación • Manejo de emociones y sentimientos • Observación de la realidad a través de los distintos prismas y desde el propio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas de expresión de necesidades e intereses. • Talleres de reconocimiento y expresión de emociones. • Talleres de habilidades motoras • Dinámicas de análisis de la realidad 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinámica de presentación del o la docente y del la formación 2. Dinámica de presentación en parejas. 3. Dinámica de acercamiento y confianza: globos y lazarillo 4. Taller de autoconocimiento personal: siluetas (1º parte) <p>Descanso (11:30-12:00)</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Dinámica de dar y recibir. Masaje por parejas. 6. Dinámica de las emociones: qué son, cómo se producen, cómo se expresan. ¿emociones positivas y negativas? 7. las emociones desde el desarrollo socio educativo desde la evolución de la persona. 8. Los instrumentos de registro y observación. 9. Yo como persona voluntaria 10. Fin de sesión: Besos de fin de sesión.

<p>EL GRUPO La competencia Relacional Día 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Relaciones interpersonales. ● Comunicación asertiva. ● Manejo de estrés. ● Solución de conflictos. ● Programar y planificar actividades. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Talleres socio afectivos. ● Dinámicas de solución de conflictos grupales. ● Talleres de habilidades motrices finas. ● Talleres con instrumentos y estrategias de planificación de actividades. 	<ol style="list-style-type: none"> 11. Dinámica energética grupal. 12. Dinámica de juegos grupales de relación. 13. Dinámica de autoconocimiento grupal: las siluetas (2ª parte) 14. Dinámica : yo y el grupo: las emociones, los sentimientos, la mente. <p>Descanso 11:30-12:00)</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. El grupo. Qué es, cómo funciona. 16. Del grupo familiar al elegido. 17. Dinámica de confianza grupal y afianzamiento de vínculos: masaje grupal y puja de los abrazos. 18. Secuencia del proceso de planificación. 19. Yo como voluntaria perteneciente a un grupo/ entidad. 20. Abrazo de fin de sesión. Abrazo grupal.
<p>LA COMUNIDAD La competencia Social Día 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Toma de decisiones. ● Pensamiento crítico. ● Pensamiento creativo. ● Manejo de tensiones. ● Solución de problemas. ● Gestionar y ejecutar actividades. 	<ul style="list-style-type: none"> ● La implementación de actividades. ● Dinámicas de análisis y solución de problemas comunitarios. ● Talleres creativos con el entorno. ● Talleres sobre supuestos prácticos de gestión y ejecución de actividades. 	<ol style="list-style-type: none"> 21. Dinámica energética grupal. 22. El grupo: distintos tipos de grupo. Los roles. 23. Dinámicas que favorecen la acción socioeducativa dentro de los grupos. 24. Taller de resolución de conflictos grupales y con el entorno .Pautas. La pandilla y yo. Role playing. <p>Descanso (11:30-12:00)</p> <ol style="list-style-type: none"> 25. Las habilidades para la vida en comunidad. 26. Participación en las dinámicas comunitarias: las mujeres y el resto de la comunidad. 27. Las voluntarias sociales. 28. Utilizar instrumentos y analizar estrategias de gestión y ejecución de actividades.
<p>LA SOCIEDAD La competencia Global Día 4</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Investigación. ● Innovación. ● Creatividad social. ● Los valores y los derechos humanos. ● Evaluar actividades. 	<ul style="list-style-type: none"> ● La evaluación de actividades. ● Debates, foros, encuentros. ● Talleres de genero, diversidad y masculinidades. ● Talleres de expresión artística. ● Por qué, qué, quién, cuándo y con qué evalúo. 	<ol style="list-style-type: none"> 29. Taller de expresión grupal con ritmos del mundo: bailes grupales, por parejas, individuales. 30. Taller de collage: esta es mi Isla. 31. Los sentidos. El lazarillo sensual. 32. Las normas en el entorno. ¿Qué puedo hacer? Entre la iniciativa y la desesperación. 33. La identidad: qué es mi comunidad y la incidencia de los medios de comunicación. <p>Descanso (11.30-12:00)</p> <ol style="list-style-type: none"> 34. Lo que aflige a las mujeres: soledad, depresión, no ser escuchadas, exceso de cuidar, dependencia de sustancias, etc o a los hombres: incapacidad de relacionarse, las adicciones, los fracasos

			35. Taller: Juicio didáctico: la igualdad a debate 36. Taller sobre diversidad: otras formas de verse 37. Nuevos valores: solidaridad, justicia, paz, desarrollo humano: abrir la mente a nuevos proyectos. 38. Dinámicas prácticas de evaluación.
LA SOCIEDAD 2 Experiencia práctica Día 5	<ul style="list-style-type: none"> • Investigación. • Innovación. • Creatividad social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inclusión en una actividad: preparación • Entrenamiento mediante la acción participativa: evaluación 	39. Taller ejemplo: Unidad Didáctica “Sola pa todo” 40. Taller ejemplo: “Unidad didáctica “Seguimos juntas” Fin del taller.

EVALUACIÓN

El sistema de evaluación se fundamenta en un modelo simple no experimental que sirve para proporcionar una visión preliminar de la eficacia y si sus resultados constituyen una base confiable para el proceso de retroalimentación. Se evalúa únicamente al grupo, es decir a todos los grupos de mujeres participantes de la formación.

El tipo de evaluación según el momento, es pre - ante o inicial para valorar el estado inicial de las participantes y ex post - después, una vez finalizadas las intervenciones; según el papel o función de la evaluación, se recurre a una evaluación de tipo mixta que contribuye a determinar hasta qué punto se cumplen los objetivos o se producen los resultados previstos, para valorar si es viable la continuidad o si es necesario introducir modificaciones.

Tal y como se ha comentado, se ha utilizado una metodología mixta, es decir, una evaluación pre y post a nivel cuantitativo que se lleva a cabo con el grupo de mujeres participantes, de cara a evaluar (percepción de bienestar psicológico, físico, disminución del consumo, etc.). También se ha llevado a cabo una evaluación cuantitativa en cuantos aspectos de indicadores generales (sesiones impartidas, número de recursos y profesionales que han participado, número de mujeres, etc.). La evaluación post a nivel cualitativo sobre las vivencias, reflexiones y opiniones (implementación, desarrollo, impacto, etc.)

En cuanto a los indicadores de evaluación cuantitativa se tendrán en cuenta los siguientes de cara a evaluar a nivel de repercusión de movilización de recursos y participación de las mujeres de la comunidad. Toda información por escrito o visual que se entregue o se recabe de cualquier persona se añadirá un consentimiento informado sobre la confidencialidad de los datos.

- **Indicadores e Instrumentos de evaluación**

Los indicadores que aportan los principales resultados del programas son:

- 1.- Número de sesiones: duración de cada sesión
- 2.- Número de participantes a lo largo del proyecto..
- 5.- Nivel de participación de las mujeres beneficiarias directas en acciones grupales

Evaluación cualitativa

Esta parte de la evaluación se trata de recopilar información subjetiva que complemente, respalde, amplíe o explique los resultados de la evaluación cuantitativa. En esta fase tanto en la parte pre como post se hará una evaluación cualitativa con las participantes En la parte pre se realizará mediante una entrevista que se detalla a continuación y una pregunta en el cuestionario pre de la evaluación.