

# **PONTE AL DÍA**

Montse González Miralpeix, Ivana Vilademunt Ordoñez

## ÍNDICE

1. Descripción de la propuesta y objetivos
2. Justificación
3. Destinatarios
4. Recursos utilizados
5. Metodología
6. Desarrollo de la actividad
7. Evaluación
8. Conclusiones
9. Anexos

### 1. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA Y OBJETIVOS

El servicio tiene por objetivo facilitar la formación y la inserción laboral en la empresa ordinaria a personas con discapacidad intelectual.

Para asegurar el éxito de esta inserción, se proporciona, durante todo el proceso, un conjunto de soportes adaptados a sus necesidades, entre los cuales existen los **itinerarios de formación y los itinerarios de orientación laboral**.

- **Itinerarios de formación laboral:** dirigidos a jóvenes que han acabado la escolaridad obligatoria y no tienen experiencia laboral previa.
- **Itinerarios de orientación laboral:** dirigidos a personas en situación de desempleo que tienen formación y/o experiencia laboral previa.

En los dos itinerarios formativos, las prácticas en empresas complementan la formación teórica.

La acción formativa que llevamos a cabo con el título “Ponte al día” se caracteriza por tener como finalidad la **orientación laboral** de personas con discapacidad intelectual que se encuentran desempleadas y que ya han recibido una formación laboral básica y/o tienen experiencia en el mercado de trabajo.

Valoramos esta formación como algo importante en el desarrollo personal y, por este motivo, la consideramos como un instrumento para aumentar los intereses y las capacidades de las personas para encontrar un nuevo trabajo y/o iniciar un nuevo camino profesional.

Las personas que participan en la orientación laboral que ofrece el servicio tienen la posibilidad de ampliar sus conocimientos hacia el mercado de trabajo, de informarse de nuevas ofertas laborales y de entrenarse en nuevas técnicas de búsqueda laboral. La orientación pretende incrementar la autonomía de la persona en la búsqueda de un trabajo, preparándola para las diferentes etapas del proceso.

En general, el curso pretende ser un medio de mejora personal y profesional que facilite el conocimiento del mercado laboral, y el autoconocimiento como herramienta para mejorar el empleo. Mediante la participación activa en la búsqueda de trabajo, conseguir un puesto de trabajo adecuado a las características personales.

Además, debido a la variedad de características del alumnado, ofrecemos **itinerarios individualizados**.

Los objetivos del curso son:

- Obtener una imagen adecuada y positiva de ellos mismos y de sus proyectos de vida, aumentando la autoestima y la aceptación.
- Favorecer el análisis de situaciones y la toma de decisiones.
- Mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales valorando adecuadamente las situaciones.
- Entrenarse en técnicas de búsqueda de trabajo.
- Adquirir conocimientos necesarios sobre el mercado laboral para un reciclaje continuo.
- Facilitar la reincorporación al mundo laboral.

En este sentido, ofrecemos un curso de orientación laboral donde se trabajan los siguientes temas:

## 1. EL MUNDO LABORAL

- El mercado laboral.
- La pérdida de un trabajo.
- Sectores laborales: Manipulados, carpintería, jardinería, hostelería, limpieza, alimentación, agrícola, administración...
- Diccionario laboral: Organización de las empresas. Convenios de prácticas y contratos laborales. El salario y la hoja salarial. Baja y alta laborales. Derechos y deberes de los trabajadores. Los sindicatos.
- Hábitos laborales: Puntualidad. Asistencia. Ritmo de trabajo. Constancia. Arreglar el lugar de trabajo.
- Técnicas de búsqueda de trabajo: el SOC y el OTG. Las ETT. El *currículum vitae*. Las entrevistas. Los anuncios en los medios de comunicación. La autocandidatura y la red de contactos personales.

## 2. AUTOCONOCIMIENTO

- La personalidad.
- La autoestima: Tipos de autoestima. Autoconcepto y asertividad.
- Los valores personales y profesionales.

- Competencias profesionales.
- El objetivo profesional.
- Mi proyecto de vida.

### 3. LA COMUNICACIÓN

- Temas de actualidad.
- Habilidades sociales: Asertividad. Empatía. Pedir disculpas. Halagar. Hacer frente al fracaso. Aceptar críticas. Pedir y ofrecer ayuda.
- Técnicas de comunicación.
- La comunicación no verbal.

### 4. INFORMÁTICA

- El ordenador: El maquinario. Tipos de ordenadores. Monitores. Ratón. Teclado. El escritorio. La memoria. Los ficheros. Carpetas y subcarpetas. El sistema operativo de Windows. Trabajamos con ventanas.
- El programa Word: Escribir textos. Formato de textos. Tablas. Introducir dibujos y símbolos. Cabeceras y pies de página. Escribir en columnas.
- Internet: ¿Qué es? ¿Qué podemos hacer? ¿Qué necesitamos para conectarnos a Internet? ¿Cómo funciona la red? Las direcciones *web*. Los navegadores.
- El programa Power Point.

Aparte de los contenidos informáticos específicos, también utilizamos los ordenadores de manera transversal para trabajar los módulos del curso.

## 2. JUSTIFICACIÓN

La realidad actual del mercado laboral y las dificultades con que nos encontramos para encontrar un trabajo en un corto periodo de tiempo plantea la necesidad de ofrecer a los usuarios un espectro de posibilidades de formación actual adaptada a la nueva sociedad de la información en que vivimos.

Dadas las características y dificultades de este colectivo, estas personas tienen difícil el acceso a los recursos formativos ordinarios, pues no tienen los contenidos adaptados a sus necesidades educativas especiales.

Este proyecto pretende ofrecer itinerarios formativos individualizados que den repuesta tanto a sus características como a las demandas del mercado actual y a la realidad tecnológica con el uso de las TIC.

Por este motivo, con este proyecto, damos respuesta a sus necesidades formativas, incidiendo en las nuevas tecnologías. Para hacerlo, partimos de las demandas del mercado de trabajo y les ofrecemos herramientas para facilitar la formación y el acceso al mundo laboral.

### 3. DESTINATARIOS

El curso de orientación se dirige a personas que están en el paro y en proceso de búsqueda de trabajo, y o bien ya tienen una formación laboral básica y están a la espera del primer trabajo, o tienen experiencia laboral previa. Todas ellas cuentan con el diagnóstico principal de discapacidad intelectual. La discapacidad se manifiesta en dos grandes ámbitos: un coeficiente de inteligencia por debajo de la media de la población, y dificultades en la conducta adaptativa. Aun así, representan un grupo heterogéneo. Disponen del certificado administrativo de disminución con un mínimo del 33%. Algunas de estas personas presentan, además, discapacidades asociadas, sobre todo diagnósticos de enfermedad mental o trastorno de la personalidad.

Su perfil presenta un conjunto de potencialidades y dificultades. Como puntos fuertes, destacamos: unos conocimientos y hábitos laborales básicos o capacidad para adquirirlos, y un mínimo de autonomía que les permite desarrollar un trabajo, buenas habilidades manipulativas, y una motivación alta para trabajar. Como dificultades, encontramos: las dificultades intelectuales y derivadas de la discapacidad, que afectan globalmente a las nuevas enseñanzas y al funcionamiento diario. Las edades están comprendidas entre los 18 y los 40 años.

La situación de discapacidad intelectual hace que casi todas estas personas requieran una atención y un conjunto de soportes individualizados de menos a más intensidad, con itinerarios formativos y de orientación personalizados, que incluyan metodologías y materiales adaptados a su estilo de aprendizaje. Para la posterior inserción laboral, necesitan puestos de trabajo adecuados a su perfil laboral, y un acompañamiento y soporte durante su vida laboral que va disminuyendo a medida que se estabiliza el puesto de trabajo. El objetivo del programa es que la mayoría de personas encuentren un puesto de trabajo en la empresa ordinaria, siendo un grupo menos elevado los que trabajarán en un Centro especial de Trabajo.

Finalmente, y dado el ámbito de actuación, los participantes provienen de diferentes poblaciones de la comarca de Osona.

### 4. RECURSOS UTILIZADOS

#### **Recursos materiales**

Aprovechando las instalaciones del centro donde se imparte el proyecto, se realiza la formación en dos aulas. Una aula que dispone de: un aparato de televisión, cámara de fotografiar, varios tableros y una gran pizarra. Otra aula dispone de: 16 ordenadores conectados en red, un retroproyector, una pantalla y una pizarra. Esta última aula es donde se trabaja el módulo de informática y los otros módulos cuando se utilizan los ordenadores para trabajar los contenidos con diferentes ejercicios.

Se utilizan también los recursos que ofrece la propia ciudad, como empresas de trabajo temporal, la oficina de trabajo de Vic, los *mossos d'esquadra*, los dos sindicatos UGT y CCOO, la biblioteca, medios de comunicación de la ciudad y servicios sanitarios como los CAP.

Por último, se han visualizado varios vídeos informativos para trabajar diferentes temas, como seguridad e higiene en el trabajo, técnicas de búsqueda de trabajo y sectores laborales.

Otro recurso a la hora de trabajar el mercado laboral ha sido la colaboración de las empresas representativas de los principales sectores de la comarca.

## **Recursos humanos**

Los recursos humanos con que contamos son un equipo constituido por tres profesionales.

## **5. METODOLOGÍA**

La metodología utilizada responde a las necesidades de las personas con discapacidad intelectual. En términos generales, ello implica la planificación y desarrollo sistemático de los temas, con contenidos básicos, funcionales y estructurados de menos a más dificultad, y con actividades que sean dinámicas y prácticas. Además de esta adaptación general, se facilitan soportes individualizados para las personas que requieren más ayuda.

El equipo de formación lleva a cabo la planificación, el desarrollo y la impartición de las sesiones. Esto implica una coordinación consistente en reuniones periódicas para hacer un seguimiento del curso, revisar materiales, concretar las actividades, velar por el progreso del alumnado y por la dinámica del grupo. Cada mes, se realiza una reunión donde se programan y temporalizan los distintos temas.

Los diferentes contenidos (ver relación de temas punto 2) que se trabajan están relacionados con el mundo laboral, como las técnicas de búsqueda de trabajo o la prevención de riesgos laborales, o bien mejoran la autonomía personal del alumnado. Es el caso de temas como el de habilidades sociales o el autoconocimiento. Aunque las nuevas tecnologías de la información y comunicación forman parte del temario, las TIC se utilizan de manera transversal en todos los temas como medio para facilitar el logro de los contenidos.

Los materiales del curso están estructurados en módulos que incluyen los distintos temas. De cada tema, se ha desarrollado:

- a) la estructura del tema: objetivos, los contenidos que se impartirán, y una relación de las actividades a llevar a cabo, las fichas relacionadas y los sistemas de evaluación,
- b) las fichas del tema,
- c) los materiales necesarios para desarrollar el tema.

Las actividades, las fichas y los materiales se revisan de manera continua para adaptarlos a las necesidades del alumnado a quien irán dirigidos. Las adaptaciones se hacen en función del perfil de cada alumno, como el nivel de comprensión y lectoescritura, el idioma hablado o escrito, el nivel de conocimientos inicial, o en caso de que haya otras dificultades añadidas debidas a la misma discapacidad (visión, audición...). Para recoger esta información, se utiliza un cuestionario de evaluación inicial.

**La exposición de los contenidos de cada tema** se hace de manera muy estructurada y sistemática, explicándolos con un lenguaje comprensible, claro, y frases cortas. Se fomenta la participación del alumnado, formulando preguntas y/o facilitando la dinámica del grupo. Con la exposición de los contenidos, se intercalan ejemplos prácticos.

Se utilizan diferentes soportes y/o actividades para facilitar el aprendizaje: fichas de trabajo, ya sea como soporte o complemento para explicar los contenidos, o bien para valorar su comprensión y logro, vídeos, Power Point, visitas al exterior, charlas de profesionales externos,

fotografías, *role-playing*, grabaciones de los mismos alumnos con vídeos y, como novedad, la utilización de las TIC.

Todas las actividades incluyen distintos niveles de dificultad en función del nivel del alumno/a. Se basan en un nivel de lectura y comprensión fácil, de menos a más contenido, y con soporte de dibujos y/o fotografías que faciliten el aprendizaje y la memorización visual. Las respuestas van desde respuestas cerradas (marcar con una X, rodear con un círculo, poner sí o no, responder con una palabra...) hasta respuestas más abiertas para el alumnado con menos dificultades.

En función del tema, se trabaja con el grupo-clase, de 8 a 10 alumnos/as, o bien en pequeño grupo (de 4 a 5 alumnos/as). Esta división se hace cuando los contenidos que se enseñan requieren un soporte más intenso del profesional, como cuando se hace *role-playing* (habilidades sociales, entrevista de trabajo...) o cuando se dan los contenidos teóricos a nivel general y la práctica se lleva a cabo en grupos más reducidos (por ejemplo, algunos contenidos del área informática, o las habilidades sociales, donde se trabaja con grabaciones de vídeo).

Periódicamente, se realizan sesiones de repaso para facilitar la consolidación de los conocimientos que se van adquiriendo.

Dado que consideramos las TIC como un instrumento actualmente necesario, se ha diseñado un módulo específico de informática para adquirir los conocimientos básicos para poderlos aplicar en cualquier ámbito de la vida diaria, y también laboral (ver anexo número 1).

## 6. DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Como ejemplo, hemos considerado adecuado explicar cómo trabajamos uno de los temas del módulo de técnicas de búsqueda de trabajo, en particular LA ENTREVISTA DE TRABAJO. Los pasos para el desarrollo de esta actividad son:

1. **Explicación de los contenidos teóricos** en clase (ver anexo número 2).
2. Cada alumno/a realiza la ficha A para recoger los aspectos que se pueden pedir en una entrevista (ver anexo número 3).
3. Con la realización de las Fichas B y C, se trabajan los **comportamientos más adecuados** en una entrevista (ver anexo número 4).
4. **En el aula de informática**, siguiendo los pasos de la Ficha D, se busca por Internet información complementaria sobre el tema a trabajar, y se contestan unas preguntas de búsqueda de información (ver anexo número 5).
5. **Visualización de una entrevista de trabajo en un vídeo** y comentarla en grupo.
6. Se graba en vídeo una entrevista con cada alumno/a usando la técnica del *role-playing*.
7. Se visualizan las entrevistas grabadas, y cada alumno/a valorará, con la ayuda de unas **fichas pautadas**, los aspectos positivos y los que se tendrían que corregir de cada compañero. Fichas E1 y E2 (ver anexo número 6). El formador/a es el responsable de dinamizar esta actividad. Ambas fichas sirven para valorar lo mismo, pero teniendo en cuenta los diferentes niveles de dificultades que puede tener el alumnado:
  - E1: Personas con más dificultades de lectoescritura, con imágenes que facilitan la comprensión de la lectura
  - E2: Personas con un buen grado de comprensión lectora

8. Al acabar, y después de verse y escuchar la valoración que los otros compañeros/as han hecho de la entrevista, con la ayuda del formador/a y el soporte de la ficha F (ver anexo número 7), cada persona autovalorará su entrevista y se dará cuenta de los aspectos que tendría que mejorar.

#### **Nº de sesiones para el desarrollo de la actividad:**

El tema de la entrevista se trabaja en 4 sesiones:

**Sesión 1:** Explicación del tema, ver el vídeo, y hacer una ficha sobre cómo hemos de ir y cómo nos hemos de comportar en una entrevista.

**Sesión 2:** En el aula de informática, con la ayuda de Internet, cada alumno/a hace un trabajo de búsqueda de información sobre el tema y contesta algunas preguntas.

**Sesión 3:** Recordar la entrevista. Grabar entrevistas personales con cada alumno/a.

**Sesión 4:** Ver las entrevistas que se grabaron en la sesión anterior y realizar una ficha de comentarios.

#### **Evaluación de la actividad:**

Se evalúa mediante la observación directa (la grabación del vídeo), las fichas de trabajo y la observación de la actitud y el interés de los participantes.

A continuación, el formador/a apuntará, en el dossier de objetivos del curso, el logro de los objetivos de cada alumno/a sobre el tema trabajado hasta el momento actual (posteriormente, se volverán a hacer otros repases sobre este tema) y lo pondrá en común con los demás formadores en una reunión de equipo.

## **7. EVALUACIÓN**

Por las características del alumnado, los aprendizajes laborales que se llevan a cabo son lo máximo de individualizados posible, para adecuar el material a las necesidades de cada participante.

Por eso, justo antes de empezar el curso, se realiza una primera **evaluación inicial**, con el fin de detectar el nivel de competencias de cada alumno/a.

Durante la acción formativa, la evaluación es **continua**; de esta manera, garantizamos que el programa sea dinámico y flexible, que se vaya adaptando a las necesidades que pueden ir surgiendo tanto en cualquier alumno/a como en el grupo.

Para la evaluación de los contenidos teóricos del alumnado, se utilizan básicamente dos métodos:

- La realización de las fichas de trabajo y actividades adaptadas al nivel de competencias de cada persona.
- La observación directa del alumno/a en clase. También se realiza observación directa de la puesta en práctica de los aprendizajes en los talleres y en las prácticas en empresas.

Tanto con la observación directa como por la corrección de las fichas de trabajo, cada profesional apunta los resultados obtenidos en el dossier de valoración de los objetivos del curso de orientación laboral.



Este dossier incluye todos los módulos laborales que se trabajan, y cada módulo está desglosado en los objetivos que el alumno/a tendrá que ir alcanzando durante el curso (ver anexo número 8).

Periódicamente, los formadores se reúnen y hacen un seguimiento de los aprendizajes del alumnado.

Al finalizar cada módulo, se realiza una evaluación individualizada del **progreso** que ha seguido cada participante. Para la consolidación de los aprendizajes, se efectúan **actividades, juegos y fichas de repaso** de todos los módulos que se van trabajando.

Al finalizar el curso, los formadores acaban de cubrir todos los objetivos trabajados del dossier de valoración de los objetivos, y se hace un vaciado de éstos para conocer el porcentaje de objetivos que cada alumno/a ha alcanzado y, así, poder hacer una valoración general del aprovechamiento del curso que nos ayudará a redactar ideas de perfeccionamiento para aplicar en un año próximo.

## 8. CONCLUSIONES

El trabajo presentado es fruto de la mejora continua para ofrecer los itinerarios individuales como paso previo a su inserción en la empresa.

El curso que hemos presentado contribuye a la mejora significativa de los conocimientos sobre el mercado laboral partiendo de las experiencias del alumnado y favoreciendo la participación activa para la adquisición de los contenidos teóricos y prácticos. El uso de las TIC nos ha facilitado el desarrollo del proyecto.

Se fomenta el éxito individual a partir de itinerarios personalizados que responden a las características y necesidades de cada alumno/a a nivel psicosocial y laboral.

La alta participación y asistencia al curso, así como el aumento progresivo de autonomía en la búsqueda activa de trabajo, nos demuestra que se están consiguiendo los objetivos propuestos.