

# TOPSIDE

Oportunitats de formació per als Companys de suport amb discapacitat intel·lectual a Europa



**Material** per a  
companys de  
suport:

**Portafolis**



[www.peer-training.eu](http://www.peer-training.eu)

Autors: els socis de TOPSIDE

- Hugh Savage, ENABLE, Escòcia
- Petra Nováková, Inclusion Czech Republic, República Txeca
- Juultje Holla, Perspectief, Països Baixos
- Alina Sima & Cristina Burlacu, Pentru Voi, Romania
- Ivana Vilademunt & Anna Gutierrez Roca, Sant Tomas, Espanya
- Taija Humisto, KVTL, Països Baixos
- Camille Latimier & Luca Magri, Inclusion Europe

©Inclusion Europe, Brussel·les, octubre 2013

El present projecte ha estat finançat amb el suport de la Comissió Europea. Aquesta publicació és responsabilitat exclusiva del seu autor. La Comissió no és responsable de l'ús que pugui fer de la informació aquí difosa.

## Introducció

Vam decidir que era important que les persones participants en el projecte poguessin recordar i identificar totes les habilitats que havien après i poguessin ensenyar als altres tot el que havien aconseguit. Ho vam fer de moltes maneres diferents. A continuació et mostrem alguns exemples per inspirar-te, però recorda que pots trobar una manera de crear el teu propi portafolis que s'adapti a les oportunitats del teu país i a les persones que treballen amb tu. Al portafolis pots incloure murals que hagi utilitzat, històries de persones que van servir com a exemple i tot el que ajudi la persona a desenvolupar el seu paper com a company de suport a partir d'aleshores. Trobaràs una descripció i fotos dels nostres portafolis a les pàgines següents.



## EXEMPLE 1

### DIARI DE CLASSE

A Finlàndia vam utilitzar un diari de classe com a material per als companys de suport en formació. Un diari de classe és un material que les persones poden emportar-se a casa per recordar i ensenyar als altres el que han fet. Funciona com a registre personal d'habilitats on el



formador pot proporcionar-los feedback sobre el seu progrés. El diari permet a les persones avaluar cada dia els diferents exercicis utilitzats en la formació. Igualment tots els materials elaborats durant la formació es van recollint a la carpeta.

A més, el diari de classe inclou la programació i una taula preparada amb il·lustracions per avaluar cada part de la sessió. També es va demanar als participants que puntuessin cada dia, que triessin el tema que els havia agradat més aquell dia i que indiquessin què pensaven

que havien fet millor i què els havia resultat més difícil. Al final de cada sessió, i segons un codi representat amb diferents fulls de clor el formador escrivia sobre el progrés de la persona.

Cada full de paper contenia feedback sobre una habilitat practicada aquell dia a través de diferents exercicis. La persona participant també donava feedback als altres. Aquest feedback s'escrivia en forma de nota i s'enganxava en aquestes pàgines.

### Pros i contres del diari de classe

#### Pros

Un avantatge d'utilitzar un diari de classe és que és un bon exercici al final del dia per recordar el que va passar aquell dia: què va anar bé i què va ser difícil. El programa amb imatges i l'avaluació diària de les persones en formació també funciona a casa quan volen explicar a algú el que van fer al curs de formació.

El diari també és una excel·lent manera d'aconseguir feedback de les persones en formació: capta els seus sentiments i avaluacions just al final de cada dia. També mostra quina part del dia els ha agradat més i què recorden.

A més, l'oportunitat de donar i rebre feedback d'altres persones en formació també va ser una idea molt bona.

### **Contres**

Un desavantatge del model del diari és que, com a portafolis, no reflecteix bé el progrés de cada habilitat. Tot i que a les persones en formació els agrada rebre el feedback per aquest mitjà, aquest model no és senzill d'utilitzar, ni per a la persona en formació ni per a qualsevol altra persona que miri el diari; el progrés que feia la persona no es visualitzava d'una manera fàcil, ja que el feedback quedava repartit, al final de cada sessió, en diferents fulls de paper.

### **Suggeriments de millora**

Seria més fàcil seguir el progrés de les diferents habilitats de les persones en formació si el material per a companys de suport tingués les seves pròpies seccions per avaluar cada habilitat. D'aquesta manera, el feedback per a una habilitat al llarg de tota la formació estaria en un únic lloc i podria seguir-se'n més fàcilment el progrés. El diari com a manera de recordar i avaluar cada dia de formació podria seguir sent part del material.



## EXEMPLE 2

Per a l'avaluació dels participants al curs s'ha utilitzat el mètode del **portafolis o avaluació per carpetes** i ha pretès recollir els aprenentatges de l'alumnat al llarg del curs amb la intenció que sigui el material final de l'alumne.

Cada alumne ha disposat d'un portafolis que era una petita recreació d'un mural de classe.





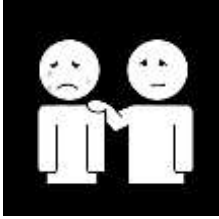


*Mural de classe*




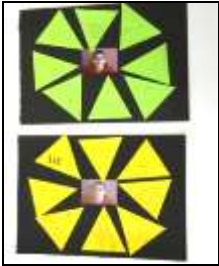

*Portafolis d'un alumne*

Al portafolis i també al mural de classe s'han anotat (i enganxat dibuixos i/o fotografies), al llarg del curs, les característiques que ha de tenir un bon company de suport, les quals han estat les diferents conclusions i/o reflexions a les quals el grup classe ha arribat després d'una determinada activitat:

CONCLUSIÓ PER AL PORTAFOLIS	IMATGES PER AL PORTAFOLIS
<p><i>Conèixer la diferència entre temps lliure i temps de lleure.</i></p>	
<p><i>Tenir experiència sobre el tema triat.</i></p>	
<p><i>Tenir una bona xarxa social (amics, familiars i coneguts).</i></p>	
<p><i>Respectar la diversitat.</i></p>	
<p><i>Actitud d'acceptació. Actitud inclusiva.</i></p>	

<p><i>Persona de confiança, confidencialitat.</i></p>	
<p><i>Escoltar els altres.</i></p>	
<p><i>Tenir empatia: posar-se al lloc dels altres.</i></p>	
<p><i>Saber comunicar-se.</i></p>	
<p><i>Les decisions les ha de prendre la persona, no el/la company/a de suport.</i></p>	



<p><i>Respectar el que la persona ha triat o vol triar.</i></p>	
<p><i>Utilitzar el reforç positiu per animar.</i></p>	
<p><i>Ser companys, no salvadors.</i></p>	

La funció final d'aquest portafolis és que serveixi als futurs companys de suport com a material recordatori dels aprenentatges i, per tant, del nou rol de **companys de suport**.



### EXEMPLE 3

A la República Txeca, en començar el curs pilot, tots els participants van parlar sobre què és el suport i quines habilitats necessiten les persones que donen suport. Es van fer dibuixos on descrivien aquest procés de donar suport i les principals habilitats: parlar sobre les nostres experiències, escoltar, preguntar als altres, saber com se senten les altres persones, cercar persones que podem ajudar. Aquestes són les habilitats principals en què vam decidir centrar-nos al curs.

El formador va recollir aquests dibuixos i els va posar en una carpeta anomenada LES MEVES HABILITATS. Posteriorment totes les persones en formació van rebre aquesta carpeta d'habilitats.



Atès que aquesta carpeta d'habilitats descriu el procés de donar suport, pot ajudar les persones en formació a recordar els aspectes fonamentals del curs. Sovint, durant el curs, ha servit de recordatori. Els companys de suport també haurien de conservar el material per utilitzar-lo un cop el curs hagi acabat.

Alhora, hem utilitzat aquest material per mesurar el progrés personal de les persones en formació en relació amb cada habilitat bàsica. Durant tot el procés, sempre que una persona millorava en l'ús d'una habilitat, ho esmentàvem i la persona en qüestió podia posar un punt vermell al costat del dibuix corresponent. Aquesta pràctica va ser una motivació per a ells i una gran inspiració per als altres. Si algú no tenia cap punt al costat d'alguna habilitat, li donàvem l'oportunitat de practicar la dita habilitat en els propers exercicis. Era important parlar sobre les habilitats adquirides just després de cada debat i de cada exercici.

També vam seguir utilitzant aquest material per mesurar el progrés de les habilitats al final del curs quan els companys de suport van començar les seves activitats de suport en grups de suport. La majoria dels punts vermells van aparèixer durant aquesta fase perquè practicaven molt en una situació concreta i natural.

**Pros del material:** la facilitat. Vam trobar efectiu concentrar-nos només en uns pocs dibuixos fàcils de recordar i orientar-los cap als punts principals i més importants. D'aquesta manera, també és fàcil utilitzar aquest material ràpidament durant el procés docent per recordar els passos del procés de donar suport entre companys.

**Contres del material:** és una eina força objectiva però que no especifica les aptituds concretes ni el progrés assolit pels companys de suport. A més, cal especificar-ho verbalment.

## EXEMPLE 4

Als Països Baixos vam elaborar un portafolis força complicat, que tenia dos objectius:

1. Per als participants, recordar el que havien adquirit.
2. Per a la gent que no tenia res a veure amb la formació, saber què havia fet el participant

D'aquesta manera, esperàvem que el portafolis els ajudés a obtenir el certificat holandès de "Reconeixement de competències adquirides", un certificat oficial que sempre va bé per al CV.

El portafolis es dividia en 12 "capítols", cadascun dels quals està marcat en un color diferent. Els 10 primers capítols tractaven sobre les habilitats que els companys de suport havien de reforçar o aprendre durant el curs.

Per a cada exercici vam fer un full per incloure dins del portafolis. En aquest full hi havia el contingut de l'exercici que havíem fet. Tenia força text, però ajudava la gent de fora a saber què havíem fet.

També hi havia lloc per a un missatge personal per al participant en relació amb les seves habilitats. Era molta feina, però la gent estava molt contenta de tenir comentaris personals positius.



L'11è capítol del portafolis contenia tota la informació sobre les persones que utilitzàvem a les nostres sessions formatives com a exemples d'inclusió, rols socials valorats i suport adequat. Aquests exemples van inspirar els participants, i va ser bona idea donar-los alguna cosa que els permetés recordar els exemples concrets, per a ells mateixos i també per a l'altra gent.

El 12è capítol del portafolis contenia versions en blanc dels murals que havíem utilitzat durant la formació. Tots aquests murals es basaven en el pensament centrat en la persona. Els participants practicaven utilitzant aquests murals els uns amb els altres. Ara són capaços d'utilitzar-los quan donen suport a companys fora del curs formatiu.

Aquest portafolis era complex per als participants. Tanmateix, sí que els va donar alguna cosa per ensenyar. Tots estaven ben orgullosos del que havien aconseguit, i el portafolis n'era la prova.



## EXEMPLE 5

A continuació incloem un portafolis per a TOPSIDE, tal com el va crear ENABLE (traduït al català). Compta amb l'aprovació del Kerry.

**HOLA, SÓC EL KERRY McINNES!**



**I SÓC COMPANYY DE SUPORT.**

Tinc dificultat d'aprenentatge.

He après força sobre com donar suport a altres persones amb dificultats d'aprenentatge.

D'això se'n diu suport entre companys.

Els meus companys són altres persones amb dificultats d'aprenentatge.

Això és una carpeta plena amb totes les coses que he après.

Aquesta carpeta t'ensenyarà tota la formació que he rebut.

Aquesta carpeta et dirà com podria ser capaç de donar-te suport!

## SOBRE MI:

Em dic Kerry McInnes.

Visc al meu propi pis a Oban (Escòcia).

Rebo suport d'ENABLE.

Tinc 36 anys.

He estat format per ser company de suport.

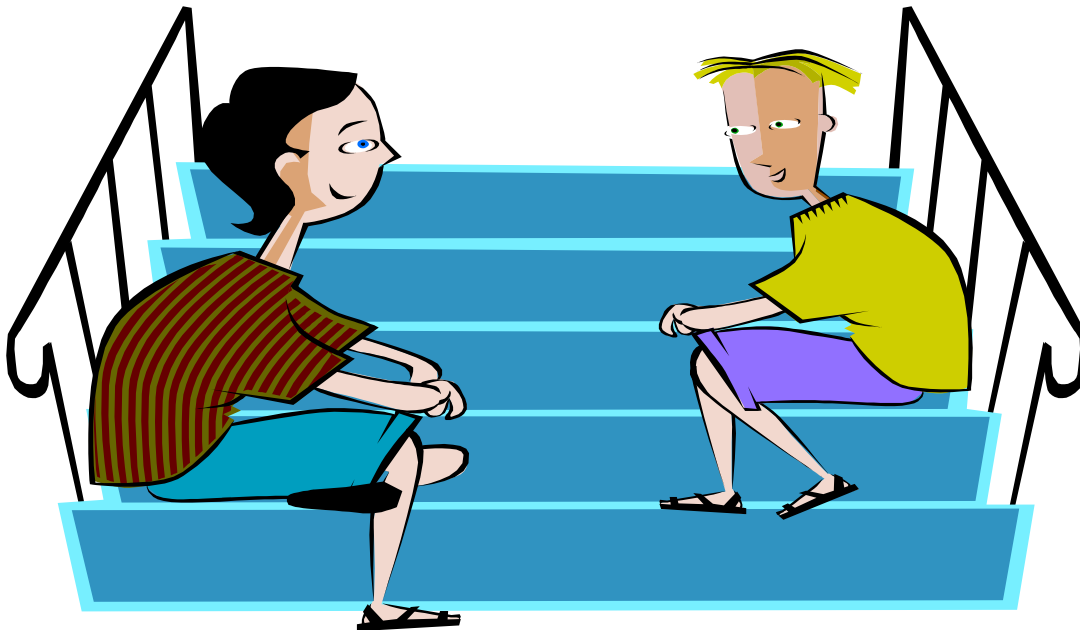
Això és tot el que he après.

Digue'm si et puc ajudar en res.



Aquest sóc jo durant la formació per convertir-me en company de suport!

## PARLAR I ESCOLTAR



He après a escoltar les persones adequadament.

He après a no parlar quan parlen.

He après a fer preguntes.

Faig preguntes per assegurar-me que he entès el que m'han dit.

Tothom ha estat d'acord que he demostrat que podia fer tot això.



Ben fet, Kerry!

*Ajuda, que algú m'ajudi!*

Help, I need somebody!



Això és el que he après aquí.

He après que hi ha diferents tipus de suport.

He après les coses bones de ser part d'un grup.

He començat a aprendre què és el suport entre companys. He

après que el suport entre companys és ajudar la gent a prendre les seves pròpies decisions.

He après que el suport entre companys no és dir a algú el que hauria de fer!

He après que puc utilitzar la meva pròpia vida per ajudar altres persones a prendre decisions.

He après que puc explicar a altres persones coses que m'han passat a la vida.

Els pot ajudar a prendre les seves pròpies decisions.



Ben fet, Kerry!

*Companys de suport, en qui pots confiar?*

## PEER SUPPORTERS- who can you trust?



Això és el que he après aquí!

He après que ser company de suport és una tasca important!

He après que és important no dir a les persones el que trobo que haurien de fer.

He après que la meva tasca és ajudar-les a pensar en totes les opcions.

Les opcions són les diferents alternatives que tens quan decideixes fer alguna cosa!

He après que el que t'expliquen les persones és privat.



## Confidencial



He après que això significa que no hauries d'explicar a ningú el que les persones t'expliquen!

Si trobes que hauries d'explicar-ho a algú, hauries de preguntar a la persona si li sembla bé que ho facis.

Això és una mostra de respecte cap a la persona.

He après que l'única vegada que el que t'expliquen no és privat és si algú abusés de la persona que estàs ajudant o li fes mal.

He après que si ho sents ho has de dir a algú que pugui ajudar.

He après que també has de dir a la persona que ho has de fer.

He après a donar suport a companys practicant.

He après a fer-ho escoltant força històries sobre els problemes que tenien les persones.

També he après a fer-ho parlant amb altres persones del grup sobre els seus problemes. Tots ens hem donat suport els uns als altres! He practicat força com a company de suport!

He après a no decidir res fins que no conegui tots els fets!

He après que és important mantenir la calma.

He après que és important ajudar les persones a calmar-se si estan alterades o enfadades.



Ben fet, Kerry!

*Allò que hauries de fer i allò que hauries d'obtenir!*

**DRETS - RESPONSABILITATS**

**DRETS -RESPONSABILITATS**

What you should do and what  
you should get!



Això és el que he après aquí.

He après que tothom té drets.

He après que els drets signifiquen que t'han de tractar com als altres.

Ho he après tot sobre els diferents drets que tots hauríem de tenir.

He après que és important assegurar-se que les altres persones coneixen els seus drets.

He après que moltes persones amb dificultats d'aprenentatge no sempre són tractades com les altres. He après com un company de suport pot ajudar les persones amb dificultats d'aprenentatge si no són tractades com qualsevol altra persona.



Ben fet, Kerry!

*Hi ha tantes opcions! Tria la correcta!*

SO MANY CHOICES!

Make good  
Choices!

I'M IN CHARGE!!



*AQUÍ MANO JO!!*

Això és el que he après aquí.

He après que hi ha diferents persones que poden donar suport.

He après que les persones podrien voler suport de diferents persones en diferents moments.

He après que la persona que rep suport tria qui li donarà suport.

He après que el company de suport pot ajudar a la persona a decidir qui és la millor persona que li pot donar suport.

He après quins són tots els bons motius per ser company de suport.



Ben fet, Kerry!

## Problemes



Això és el que he après aquí.

He après a observar els diferents problemes que les persones podrien tenir.

He après a pensar quin suport els donaria si fos el seu company de suport.

He après a recordar sempre que he d'escoltar amb atenció.

He après a recordar sempre que he de fer preguntes.

He après que això m'ajudarà a entendre què diuen realment.

He après un altre cop a ajudar la persona a qui estic donant suport a pensar en totes les possibles opcions que té.

He après un altre cop a assegurar-me que no dic a la persona el que ha de triar.

He après que la persona ha de poder prendre la seva pròpia decisió.



Ben fet, Kerry!



Això és el que he après aquí.

He après que tothom hauria de ser part de la seva comunitat.

He après que tothom hauria de rebre suport per ser part de la seva comunitat.

He après que els treballadors haurien de saber com ajudar les persones a ser part de la seva comunitat.

He après que els treballadors haurien d'ajudar a relacionar-se amb altres persones de la seva comunitat.

He après que les persones haurien de rebre suport per fer nous amics.

He après que les persones haurien de rebre suport per ser amics de qui vulguin, no només d'altres persones amb dificultats d'aprenentatge.

He après que les persones haurien de rebre suport per tenir els mateixos drets que totes les altres.

He après que tothom pensa que seria millor que les persones amb dificultats d'aprenentatge rebin més suport d'amics o veïns o dels membres de la seva família.

He après que no és la feina dels treballadors ajudar les persones a fer nous amics.

He après que les persones amb dificultats d'aprenentatge poden ajudar altres persones de la seva comunitat.

He après que las persones amb dificultats d'aprenentatge tenen moltes coses per oferir a les altres persones.

He après que les persones amb dificultats d'aprenentatge poden fer que altres persones visquin millor així com també elles mateixes.



Ben fet, Kerry!

## *DECISIONS, DECISIONS...!!*



- *DECISIONS, DECISIONS...!!*

Això és el que he après aquí.

He après que les persones a qui ajudo com a company de suport han de poder prendre les seves pròpies decisions.

He après que tothom pot prendre la decisió equivocada alguna vegada.

He après que de vegades el que sembla una decisió equivocada pot funcionar bé en realitat!

He après que les persones poden aprendre força a partir dels errors que cometem.

He après a respectar les decisions que prenen les persones.

He après que si explico a les persones els errors que he comès a la vida puc ajudar-les a decidir què és el millor que poden fer.



LEARN FROM THE  
MISTAKES OF OTHERS.  
YOU CAN'T LIVE LONG  
ENOUGH TO MAKE  
THEM ALL YOURSELF.

*APRÈN DELS ERRORS DELS ALTRES. POTSER NO VIUS PROU PER  
COMETRE'LS TOTS TU.*

He après que el suport entre companys és que les persones s'ajudin les unes a les altres.

He après que si explico a les persones el que sé puc ajudar-les a decidir què fer.

He après que només les persones amb dificultats d'aprenentatge saben que se sent per tenir dificultats d'aprenentatge.

He après que ajudar altres persones amb dificultats d'aprenentatge és donar suport a companys.



Ben fet, Kerry!

*“Això és tot, amics!”*



Bé, no pas tot!

He après que les persones es poden posar en contacte amb mi si volen rebre suport d'un company.

He après que rebré suport d'un instructor o un tutor si ho necessito.

He après que aquest tutor només m'ajudarà a pensar com hauria de donar suport al meu company.

He après que el tutor no em dirà el que he de fer.

He après que el tutor m'ajudarà només a pensar en les opcions que tinc.

He après que això m'ajudarà a assegurar-me que no li dic al meu company el que ha de fer.

He après que això m'ajudarà a només donar suport al meu company per rumiar les seves opcions!



Ben fet, Kerry!



Amb el suport del Programa d'Aprenentatge Permanent de la Unió Europea.

[www.peer-training.eu](http://www.peer-training.eu)