



NEWSLETTER

Abril 2021

TRABAJANDO LA AUTOESTIMA



Este mes, en el Proyecto Puentes, hemos trabajado sobre autoestima y autoconcepto tanto en el grupo de infancia como en el de adolescencia.

Es interesante ver cómo cambia la percepción de nosotros mismos según la edad y comprobar que el peso que tiene “lo que los otros piensan de mí” es mucho mayor en la adolescencia.

Cada uno identificó las características positivas que creen que poseen y las plasmaron en su flor; esas flores crearon un precioso jardín lleno de colores que ahora adorna las paredes del local y les recuerda todo lo bueno que tienen.

Para el autoestima realizamos un ejercicio donde cada persona debía mirarse en un espejo e identificar qué imagen les devuelve. Para este ejercicio la sala se llenó de emoción y comprensión, a veces de frustración porque esa imagen no correspondía, de ternura por ver a ese niño o esa niña y también de tristeza por no ser quién queremos ser... **Pero el grupo es siempre un apoyo, fueron capaces de consolarse, de comprenderse** y es que en Puentes tenemos unos grupos muy cohesionados, donde los chicos y chicas se sienten “como en familia”.

ERA POST COVID: UNA OPORTUNIDAD PARA MEJORAR



Muchas son las hipótesis que existen sobre el mundo que nos espera después de esta pandemia global. Se puede predecir, analizando la historia del hombre, que **cuando termina algún tipo de catástrofe cultural o natural sucede un debate ético y político que puede tener efectos constructivos**. Por ejemplo, es bien sabido que después de la segunda guerra mundial se configuró La ONU como un intento de comprometer la paz y seguridad internacional, así como la mejora en el nivel de vida y los derechos humanos. Podemos pensar que esto mismo puede suceder después del COVID.

Boris Cyrulnik, psiquiatra francés, famoso por acuñar el término de **resiliencia**, plantea que pueden existir distintas salidas pero que “si, como desean los economistas, ponemos de nuevo en el mismo lugar los procesos económicos de consumo y circulación -que han provocado el coronavirus- dentro de tres años habrá un nuevo virus y habrá que empezar todo de nuevo... o bien cambiamos la manera de vivir. Ese es el debate filosófico y político para decidir qué dirección tomaremos”.

En este sentido nos propone que, como países, nos planteemos un nuevo pacto social o un renacimiento. **Es una oportunidad para plantear una nueva jerarquía de valores.** Por ejemplo “pequeños oficios” como los auxiliares que cuidan a los enfermos durante las hospitalizaciones, han sido mucho más importante de lo que podemos imaginar. Cyrulnik dice que los países del norte de Europa nos pueden dar alguna pista, pensemos nosotros las propias.

Desde el Proyecto Ombú descubrimos que hay una ética en la atención del paciente que va más allá de la psicoterapia, más allá del diván, y que pasa, necesariamente, por un compromiso con la solidaridad que pone en jaque el cuidado de la relación con los pacientes y sus necesidades.

VOLUNTARIADO PARA LA ORIENTACIÓN FORMATIVO-LABORAL



Estamos en el último trimestre del curso escolar y **a los adolescentes les toca ir decidiendo qué quieren ser de mayores.** Es un momento complicado, deben identificar qué les gusta y qué se les da bien, a veces, encuentran su vocación en la televisión, otras, es entre sus familiares donde se

pasado con toda esta crisis; poco después, en diciembre llevamos una caja repleta de felicitaciones y buenos deseos para el año nuevo, tarjetas personalizadas elaboradas por los niños y niñas de las familias de Edrington que fueron repartidas a cada uno de los mayores.

Durante este mes, hemos dado un paso más, gracias a la aportación de Edrington, **los chicos y chicas del Proyecto Puentes ahora disponen de ordenadores que usarán tanto para complementar su formación académica como para seguir en nuestra línea para educar las habilidades digitales.** Tener estos equipos facilita, además, que podamos prestarlo a las familias del proyecto con menos recursos, en caso de necesidad.