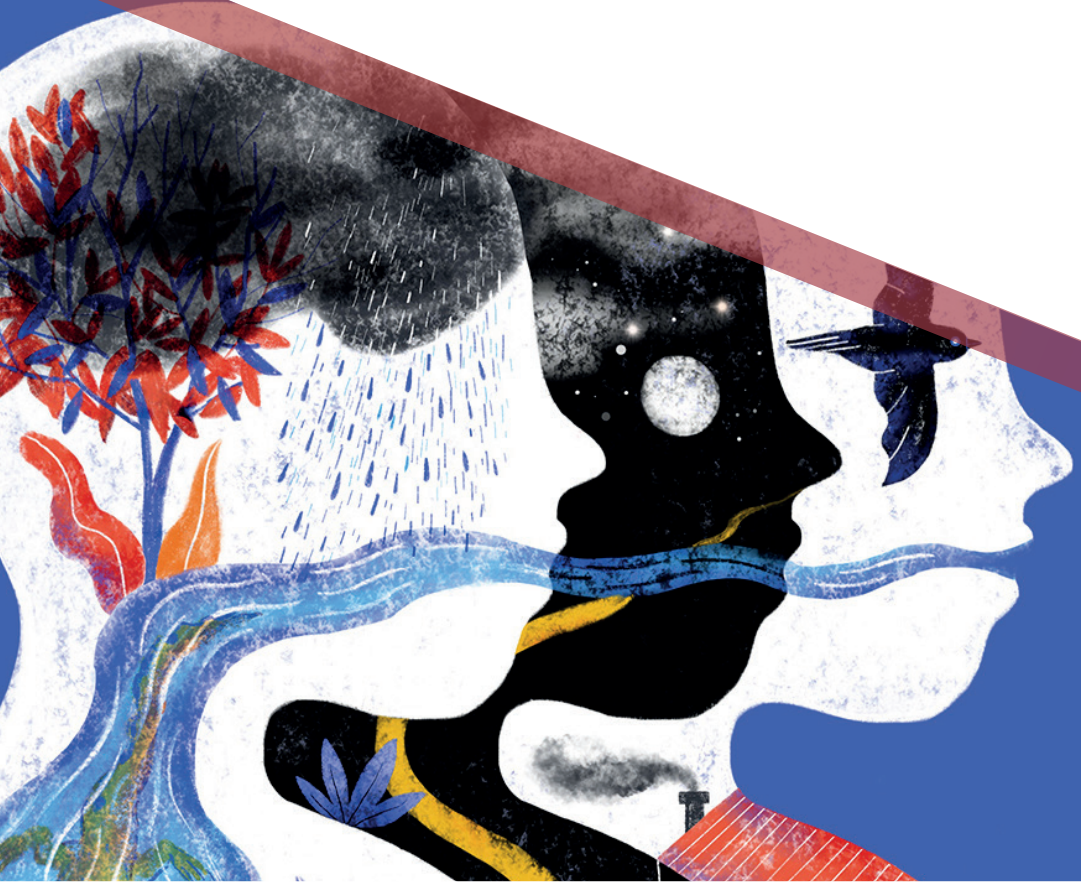
El despertador
coaching i recreació personal

HACEMOS MEMORIA

2021



INSTITUT ECOLOGIA EMOCIONAL ESPAÑA

Índice

Carta de presentación 4

¿Qué hacemos y cómo lo hacemos? 6

2021 en acciones 8

Ámbitos d'actuación 10

- Orientación y desarrollo competencial 10
- Mentoría 13
- Gestión de equipos en las organizaciones 16
- Bienestar emocional 19

Comunicación 22

Hacemos red 24

El despertador 2021 · Hacemos memoria

Presentación: Anna Soriano y Jordi Muñoz, dirección El despertador y del Institut d'Ecologia Emocional España
Redacción: Elisabet Alguacil
Maquetación: Mariona Rabasa
Fotografías: Equipo El despertador

El 2021 en cifras...

289
acciones formativas

39
personas dando cuerda

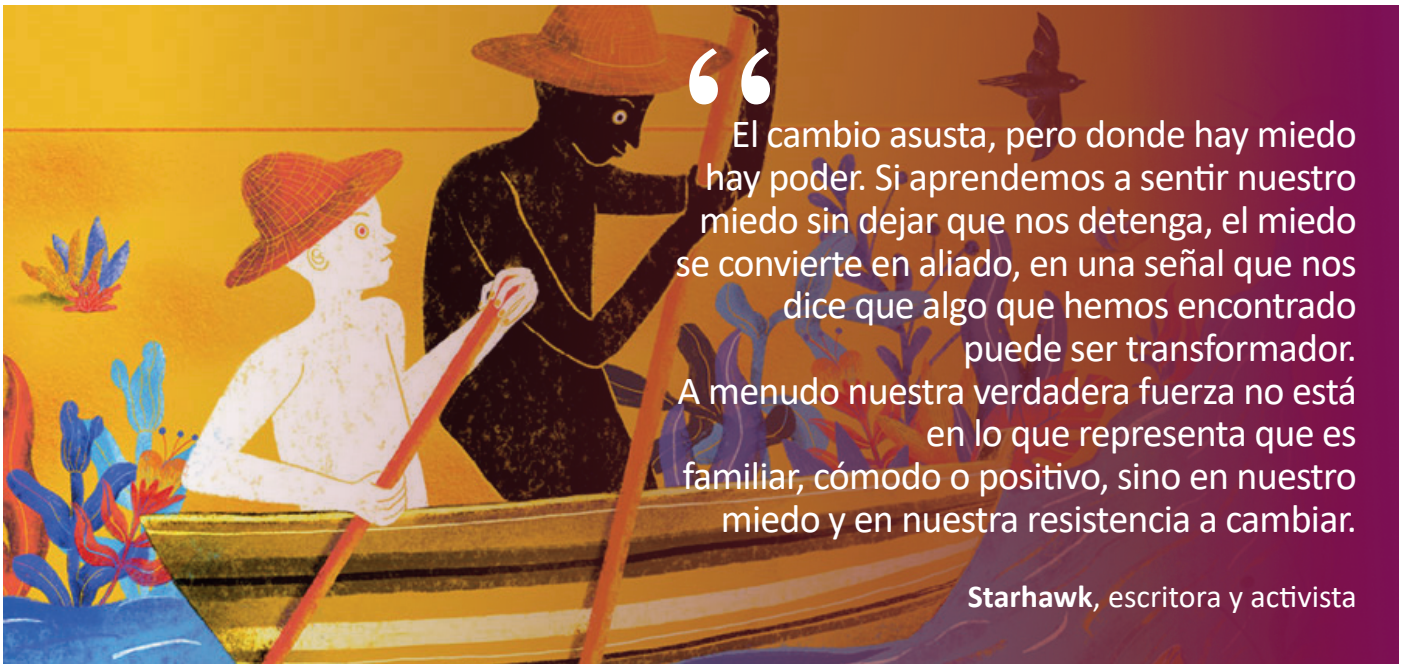
6.512
personas participantes

41.430
personas haciendo comunidad

2.454
horas lectivas

9, 17
de valoración media de las actividades

Carta de presentación



Anatomía del cambio. El cambio en 3D. Ilustración de Marta Castro.

Esta cita que tanto debe resonar, sobre todo por todo lo que hemos tenido que vivir en los últimos tiempos, forma parte de la *Anatomía del Cambio. El cambio en 3D*, el libro digital que autopublicamos la primavera del pasado año precisamente con la intención de acompañarte en esta gestión del cambio permanente que tan evidente se ha hecho con la pandemia. Si el cambio nos define y es la constante, la variable está en cómo nosotros conversamos y lo digerimos. En función de cómo lo hacemos nos bloqueamos o nos proyectamos con él.

Esto marcó los primeros compases de 2021, con la voluntad de poner atención en los cuidados tanto externa como internamente. En esta parada obligatoria fuimos aún más conscientes de que vivimos en un mundo donde la mirada está puesta permanentemente en la producción. Parece que si no producimos, no somos. Y, precisamente, para seguir produciendo, detenernos y atender a nuestra capacidad productiva es esencial, ya que es una manera de cuidar a nuestro organismo.

Para nosotros éste ha sido un año muy especial en muchos sentidos. Un año de muchos cambios escogidos. Pero antes de compartir algunos de los más visibles, nos apetece mucho empezar poniendo énfasis en lo que pasa de puertas adentro. Son cambios y transformaciones que no brillan con indicadores o beneficios, pero de los que vale la pena hacer memoria, porque implican invertir en esfuerzo, confianza y paciencia.

Por eso nos hemos revisado a nivel interno: hemos reforzado la estructura ampliando el equipo y hemos puesto atención en la mejora de los procedimientos para encontrar maneras de funcionar más eficientes. Nos hemos reorganizado para crecer y poder asumir los nuevos retos que el contexto actual exige prestar atención. Para realizar este viaje hemos contado con el apoyo de una consultoría externa que nos ha ofrecido perspectiva y visión, y nos ha permitido afianzar los pilares de la organización.

Iniciamos todo este proceso sin saber que 2021 sería el año donde asumiríamos uno de los mayores retos, complejos y estimulantes de nuestra trayectoria, cuando Mercè Conangla y Jaume Soler nos confiaron

la dirección del **Instituto de Ecología Emocional en España**. Tomar este testimonio ha implicado adquirir un alto grado de responsabilidad: poner muchos esfuerzos por impulsar un modelo sólido y profundo de gestión emocional que resulta imprescindible hoy en día para las personas y, también, para las personas profesionales comprometidas con el bienestar emocional.

2021 nos ha hecho conscientes de nuestros límites, de la necesidad de cuidarnos individualmente y en equipo, de forma estable y periódica, y también nos ha abierto los ojos a nuevas formas de hacer. Lo importante puede ser dar un paso atrás para ganar en nuevas perspectivas y poder ampliar horizontes.

Seguiremos fortaleciendo las diferentes líneas de acción que tenemos, prestando atención a los desafíos y necesidades que nuestro modelo de sociedad genera, a aquellos colectivos que más dificultades encuentran en el camino, creando siempre nuevos caminos más saludables. Seguiremos poniendo cimientos sólidos en nuestra casa para crecer de forma ecológica, y acompañar a las organizaciones con corazón a poder hacerlo de la mejor manera. Son algunos de los principales retos que tenemos sobre la mesa.

Muchas gracias a todas y todos por seguir confiando en nuestra forma de hacer. Nosotros, como ven, seguimos apostando fuerte y, por encima de todo, ponemos las ganas de aprender y seguir mejorando. Sea como sea, pase lo que pase, seguiremos acompañándote y acompañándote para que el camino sea lo más rico, coherente y estimulante posible.

Seguimos despertando,

Anna Soriano i Jordi Muñoz,
dirección El despertadory el Institut Ecología Emocional España

¿Qué hacemos y cómo lo hacemos?

Desde 2010, facilitamos **procesos de aprendizaje y de gestión del cambio**, motivando el **autoliderazgo** de la persona y/u organización, a través del **autoconocimiento** y la **gestión emocional, la orientación y el desarrollo competencial, la mentoría** y la **gestión de equipos**.

Generamos contextos en los que el aprendizaje se hace desde la vivencia, desde el juego, la diversión y la reflexión. Consideramos que desde la experiencia se pueden realizar los cambios internos más importantes. Por tanto, trabajamos desde la creatividad y la fomentamos en todo momento en todas las personas participantes, apostando por el aprendizaje significativo y dinámico, donde las invitamos a pasarlo bien, despertando su potencial, sacando el máximo partido de su experiencia para proyectarse en el camino que deseen emprender.

Valores

Conciencia, creatividad y acción. Son los tres valores que definen nuestra filosofía de trabajo, nuestra visión de la vida. Nos mueven las personas y su calidad de vida, y tenemos plena confianza en su potencial para hacerse responsables de poder vivir mejor, del propio bienestar.

¿Quiénes somos?

El despertador está formado por un equipo polivalente y heterogéneo con vocación de servicio. Personas flexibles, creativas y con espíritu emprendedor con quienes hacemos equipo para desarrollar las diferentes acciones formativas y los retos que se nos plantean, y para liderar proyectos y propuestas.

En 2021 hemos podido contar con una red de colaboraciones formada por 39 personas. A todas ellas, con las que hemos hecho camino juntas, ¡muchas gracias!

En formación permanente

Personas expertas en acompañamiento en la gestión del cambio, la gestión de la incertidumbre, el trabajo en equipo y la comunicación, pero sobre todo con un gran capital humano, con las que hemos celebrado 4 formaciones de equipo, una de las cuales pudo ser presencial y tuvo lugar en la Fabra i Coats. Los espacios de encuentro también han servido para acoger nuevas incorporaciones, compartir la mirada y poner en práctica la metodología despertadora, que se ha ido trabajando con reuniones periódicas, supervisión y compartiendo dificultades, metas y retos.

Jornada de formación interna presencial en la Fabra i Coats.

El 2021 hemos contado con...

Equipo base

Jordi Muñoz
Anna Soriano
Maricel Ruiz
Jordi Esqué
Cristina Ustrell
Mariona Rabasa
Cristina Sauleda
Mercè Grau

Equipo colaborador

Elisabet Alguacil
José Alonso
Carles Andrés
Cesc Aromir
Neus Benages
Nico Bobadilla
Albert Bové
Clàudia Calderon
Joan Canals
Marta Castro
Laura Cespedosa
Quim Chico
Núria Chiva
Isabel Cordon
Àngels Ferrao
Eva Garcia
Maria Garcia
Paula Gelpi
Ana López
Míriam Martí
Mari Martínez
Jorgina Martínez
Roser Montardit
Marina Moreno
Gisela Oliva
Txell Parareda
Enri Pérez i Escrig
Sílvia Sant
Anna Selva

Equipo audiovisual de soporte

Raquel Barrera
Úrsula Comendador

2021 en acciones

Durante 2021 hemos llevado a cabo **289 acciones** formativas a lo largo de **2.454 horas lectivas** en las que han participado **6.512 personas**

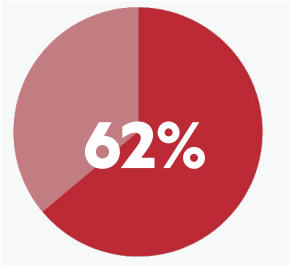
A las 6.500 personas les hemos ofrecido acompañamiento en orientación laboral, hemos generado contextos de aprendizaje para su desarrollo competencial, les hemos ofrecido soporte para adentrarse en el propio conocimiento. Hemos encaminado el compromiso de las organizaciones y empresas hacia la transformación de los espacios de trabajo en lugares donde se despliegue el talento y mejoren el clima y las relaciones laborales. Hemos sumado esfuerzos y conocimiento construyendo comunidades de aprendizaje con los centros educativos siguiendo el modelo de comunidad CAPA del modelo de Ecología emocional, para que crezcan personas Creatives, Amorosas, Pacíficas y Autónomas, espacios donde alumnado, profesorado y familias se sientan escuchados e implicados.

Hemos aportado nuestra experiencia diseñando propuestas para que escuelas y organizaciones puedan ser emocionalmente más ecológicas y para despertar el potencial de las personas: conectar con motivaciones, visiones y valores, y ponerlos a andar.

Un año más, hemos recogido las valoraciones cualitativas para tener el *feedback* directo de las personas participantes. **La valoración media de nuestras actividades es de 9,17***. Esta cifra nos sirve de termómetro y estímulo para seguir ofreciendo un servicio que queremos que siempre sea el mejor posible.

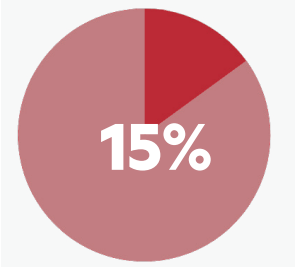
*La media se ha realizado a partir de los indicadores relativos a las valoraciones que los y las participantes han realizado de 17 acciones formativas diferentes, que son los datos de los que hemos podido disponer, con la voluntad de seguir registrando el máximo de valoraciones posibles.

Administración Pública



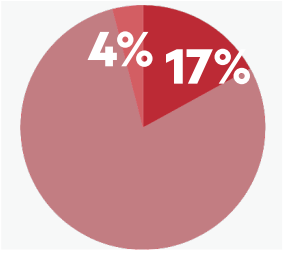
218 acciones
4.070 participantes

Empresa y organizaciones, entidades, ONGs y fundaciones



36 acciones
986 participantes

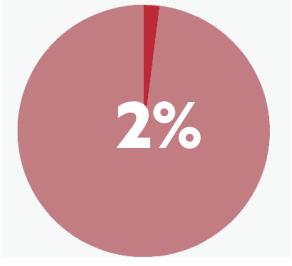
Ámbito educativo



Escuela:
22 acciones
1.106 participantes

Universidad:
7 acciones
242 participantes

Actividades propias



6 formaciones
108 participantes

Lo más destacado del año...

Podemos decir que el 2021 ha sido un año de grandes apuestas y de dar pasos adelante, y de valorar la recuperación de espacios físicos, de volver paulatinamente a la presencialidad, de menos cancelaciones por Covid, de mayor presencia y miradas a los ojos sin filtros ni obstáculos. Las pantallas se han mantenido como grandes aliadas, pudiendo seguir explorando su poder de transmisión a la vez que transformar también desde los formatos remotos y virtuales.

2021 ha sido el año en que **hemos asumido la dirección del Instituto de Ecología Emocional**, creado por Jaume Soler y Mercè Conangla, en España. El modelo de Ecología Emocional ya formaba parte de nuestro marco metodológico y este objetivo nos permite consolidar la línea de gestión emocional basada en su modelo. Este acuerdo afianza nuestro compromiso de desplegar este marco a través de diferentes acciones formativas: promover el autoconocimiento, la gestión emocional y el trabajo con valores a través del Máster en Ecología Emocional, aplicando la Ecología Emocional a las organizaciones, y promoviendo comunidades educativas CAPA: Creatives, Amorosas, Pacíficas y Autónomas.

Hemos creado un camino de aproximación a la Ecología Emocional mediante formaciones gratuitas relacionadas con herramientas del modelo que ha permitido, de forma vivencial, dar a conocer esta disciplina de una forma muy cercana y clara, evidenciando su practicidad.

> **¿Qué es la Ecología Emocional?**
> **El arte de gestionar, de forma sostenible, nuestro mundo emocional de modo que nuestra energía afectiva nos sirva para crecer como personas, para aumentar la calidad de nuestras relaciones y mejorar el mundo en el que vivimos.**
>
> Mercè Conangla y Jaume Soler.

Paralelamente, hemos trabajado con nuevas modalidades y formatos para conectar con las personas desde distintos ámbitos: **el cuidado, el autoconocimiento y la naturaleza**, un elemento que cada vez gana más protagonismo en nuestras acciones. Nacen, precisamente, de la voluntad de atender las necesidades que detectamos en la gente con la que nos relacionamos en nuestro hacer.

De ese deseo surgen dos iniciativas:

La publicación digital ***Anatomía del cambio. El cambio en 3D***, una guía interactiva y personalizada creada para comprender la vivencia de cada uno y cada una hacia el cambio y facilitar su integración. Un inspirado escrito de Jordi Muñoz que cuenta con una cuidada edición de Cristina Ustrell y las maravillosas ilustraciones creadas por Marta Castro.

El **Kit de autocuidado en la naturaleza**. El 19 de diciembre organizamos una actividad que se desarrolló en diferentes bosques de Caldes de Malavella enfocada al bienestar y la gestión emocional que, al mismo tiempo, contribuyó a apoyar la Maratón de TV3 dedicada a la salud mental, con un donativo de más de 800 euros.

Àmbitos de actuación

Orientación y desarrollo competencial

224 acciones 4.902 participantes

El ámbito de la orientación laboral es muy amplio y engloba diferentes momentos vitales en los que la toma de decisiones y la gestión del cambio son clave para transitarlos: el diseño y la elección de un itinerario formativo, la definición del proyecto profesional, la identificación de nuestro capital competencial, la aproximación al mercado laboral, la reinvención profesional, la búsqueda de empleo, la emprendeduría, etc. Desde este ámbito ofrecemos herramientas y recursos para tomar estas decisiones desde la tranquilidad y el máximo de conectados y conectadas con lo que somos y queremos ser. Y, a la vez, para acercarnos al cambiante mundo laboral, mirando qué es lo que podemos ofrecer y cómo.

> **Estudios como *Randstad Research* o *The future of jobs* de la Universidad de Harvard destacan que el 85% del éxito laboral depende de las competencias (*soft skills*) y sólo el 15% de los conocimientos y la experiencia (*hard skills*).**

En la misma línea asesoramos y acompañamos a las personas en su **mejora competencial** también dentro del entorno laboral. Las competencias son fruto de un proceso práctico de aprendizaje. Las habilidades interpersonales, sociales y de autoconocimiento nos permiten, por un lado, desarrollar nuestro trabajo con mayor éxito, y por otro, aumentan nuestra empleabilidad. Cuanto más las enriquecemos, más podemos fortalecer nuestros puntos fuertes y desarrollar progresivamente las áreas de mejora personales y del equipo.

Trabajamos con distintos formatos: **cursos, itinerarios a medida, talleres, charlas, monográficos, sesiones individuales o en grupo**.

A lo largo del año hemos desplegado diversas líneas de acción en el ámbito de la orientación laboral y el desarrollo competencial que se han concretado en:

- Acompañamiento en el servicio de **coaching laboral para jóvenes y mujeres de Barcelona Activa** y el **coaching laboral del Programa Skills de Tecnocampus-Mataró**.

- También hemos hecho alianza con la **Fundación Generation Spain** haciendo acompañamiento a jóvenes en el acceso al mercado laboral y la formación de calidad, y con la **Fundación Nous Cims** en el **Zing Programme de coaching vocacional** donde hemos acompañado a **115 jóvenes** en situación de riesgo de exclusión social a alcanzar su cumbre vocacional. Además, estamos colaborando en la introducción de este programa de orientación vocacional en diferentes Institutos del área metropolitana de Barcelona, enfocado al alumnado de 4º de ESO.

- Como miembros del **catálogo SLE 'Recopilación de actividades para los Servicios Locales de Empleo'** de la **Diputación de Barcelona** hemos acompañado a diferentes ayuntamientos en la creación del Kit básico de orientación. Y hemos seguido apoyando a los servicios de Ocupación de **Mataró y Girona** en la exploración del mercado de trabajo..

- En Barcelona Activa hemos diseñado **80 actividades hechas a medida** para afrontar el mundo laboral con nuevas respuestas para colectivos en los que han participado más de 2.400 personas.

Ha sido interesante y novedoso, se han planteado perspectivas que desconocía.

Una actividad muy interesante para todos los estudiantes, ¡estos contenidos deberían ser obligatorios para todos los estudiantes! Muchas gracias.

(Valoraciones del ciclo de acciones a medida en la UPF)

- Hemos colaborado en diferentes propuestas formativas en la **Esccola de Competències de la Universidad de Girona**, así como con diferentes ayuntamientos y universidades (**UPF, Tecnocampus, UB, URL**).

- Tanto el **Consell Comarcal del Baix Llobregat** como Barcelona Activa han confiado en nosotros en el diseño de actividades y sesiones para fortalecer las soft skills, así como para facilitar la integración de personal nuevo y mejorar la empleabilidad de algunos perfiles profesionales

Me llevo más seguridad, capacidad de entender y valorar a las demás personas, confianza en mí misma.

He aprendido que si eres capaz de expresar y comunicar adecuadamente, es muy beneficioso a nivel personal y profesional. He sentido mayor seguridad en mí misma.

Me llevo empatía y asertividad, dos palabras nuevas en mi mapa mental. Saber escuchar, a veces es mejor que saber conversar.

- Hemos diseñado y producido los vídeos de apoyo al programa **CuEmE, Cultura Emprendedora en la Escuela de la Diputación de Barcelona** con el objetivo de fomentar las competencias asociadas a la emprendeduría entre el alumnado de 5º y 6º de primaria. El pasado año participaron en este proyecto 8.900 alumnos de 229 escuelas, los cuales crearon 394 cooperativas.

Jornadas de trabajo y ferias

Durante 2021 hemos tenido oportunidad de participar en las siguientes jornadas y ferias:

- En la **UPFeina** (noviembre 2021), la feria de empleo de la Universidad Pompeu Fabra ofreciendo los webinares: *Define tu objetivo profesional* y el *Elevator pitch*.

- En el **JOBarcelona** (15 al 17 de junio) dinamizamos 5 talleres sobre orientación, búsqueda de trabajo y competencias clave en las que participaron 266 personas.

- Hemos formado parte de la J**ornada Anual Espai Làbora de Networking** entre empresas y personas candidatas participantes del Programa Làbora, que favorece la empleabilidad de los colectivos más vulnerables de la ciudad.

Sesión en las Jornades FOL

- Del 12 al 16 de julio participamos en las jornadas de F**ormación para el profesorado FOL**, especializado en Formación y Orientación Laboral, en el marco del ProVP (Proyecto de Vida Profesional), organizado por Barcelona Activa y el Consorcio de Educación de BCN. Una experiencia pionera a través de la

cual invitar a los y las participantes a profundizar en herramientas de autoconocimiento y exploración de capacidades, en la metodología de orientación gráfica ZÖN, creada por nuestra compañera Neus Benages, basada en el *visual thinking*, el currículum por competencias, la construcción de una carta de autocandidatura y técnicas de selección.

- Hemos llevado a cabo charlas vivenciales y motivacionales con alumnado de **Bachillerato en la Escola Garbí Pere Vergés, de Emprendeduría social en la Fundació Pere Tarrés y participamos en las jornadas de Emprendeduría en el Institut Gallecs, de Mollet del Vallès.**

Jornades d'Emprenedoria en el Institut Gallecs de Mollet del Vallès.

He aprendido que si eres capaz deexpresar y comunicar adecuadamente, es muy beneficioso a nivel personal y profesional. He sentido mayor seguridad en mí misma.

Me llevo más seguridad, capacidad de entender y valorar a las demás personas, confianza en mí misma.

Mentoría

5 acciones 64 participantes

Todas y todos somos expertas y expertos de nuestras vidas y somos protagonistas de nuestro desarrollo profesional, por eso la mentoría la entendemos como un proceso de aprendizaje mutuo en el que llevamos a cabo procesos de acompañamiento estableciendo relaciones entre iguales donde compartimos las áreas conocimiento y experiencia de cada una de las partes. Los saberes mutuos se ponen al servicio de las necesidades y búsquedas de cada persona y organización para conquistar nuevos territorios y alcanzar nuevos objetivos.

Acompañamos a los equipos técnicos de orientación, prospección e intermediación a gestionar los desafíos de su día a día, en las dificultades y necesidades que encuentran en el acompañamiento a las personas que participan y hacen uso de sus servicios.

A estos colectivos profesionales les ofrecemos herramientas formativas desde la mirada y el enfoque del Coaching y la Ecología Emocional. Despertamos la motivación para aprender e incorporar recursos, puesto que trabajamos desde el ***learning by doing***, buscando su aplicación inmediata, y con metodologías innovadoras: ***gammificación, Visual Thinking, Mindfulness, etc***.

Generamos **un contexto de aprendizaje potenciador y muy accesible, lúdico y a medida** del proceso de desarrollo. Partiendo siempre de la propia experiencia, de las búsquedas y necesidades de cada persona. Trabajamos para generar un canal de reconocimiento para que fluya el aprendizaje, propiciando una mejor comunicación y gestión emocional.

El modelo competencial: creamos un lenguaje común desde el trabajo en equipo

Hemos trabajado esta línea junto, entre otros, de los equipos técnicos del Servicio de Ocupación de Mataró. El **proyecto Competlab**, iniciado en 2019, ha seguido avanzando con la voluntad de diseñar y desplegar un modelo propio de trabajo por competencias que permite acompañar a las personas que buscan trabajo ya las empresas que buscan personal con una mirada más integradora y efectiva. Durante 2021 se ha llevado a cabo la segunda fase del proyecto, en la que han participado cerca de **90 personas**.

Sesión de *role-playing* con el personal técnico del SOM

> **Aprendes a empoderarte, aprendes a superarte y sobre todo aprendes a ser cada día mejor, tanto a nivel personal como profesional.**
>
> **Consol, participante en búsqueda de empleo.**

> **He adquirido conocimientos sobre cómo trabajar en clave de competencias: detectarlas, evaluarlas, ponerlas en valor...**
>
> **Personal técnico del SOM.**

(Valoraciones del proyecto Competlab)

Con e**l Servicio de Promoción Económica de Rubí** atendimos su voluntad de incorporar una vertiente más vivencial en el desarrollo del trabajo del personal técnico de orientación y búsqueda de empleo del Ayuntamiento. A lo largo de las diferentes sesiones se fomentó la confianza y el autoconocimiento y se puso atención en la gestión emocional para mejorar la comunicación. Tomamos conciencia de la importancia de la mirada y los roles en la orientación, y trabajamos la selección y evaluación competencial, atendiendo a las situaciones reales que se encontraban en su día a día, desde una mirada muy vivencial y dinámica.

La **exploración de las competencias al servicio de las personas y empresas** es una de las demandas que a menudo más nos llega. Éste fue el caso del **Consejo Comarcal de La Selva**, desde donde se quería dar respuesta a las necesidades del equipo técnico de orientación y prospección a la hora de incorporar **herramientas y recursos para acompañar a las empresas y las personas usuarias del servicio**. Trazamos un recorrido para crear su propio modelo competencial que les permitiera facilitar su aplicabilidad, entrenando el arte de preguntar y responder para poder extraer las evidencias en las entrevistas.

En la misma línea, hemos hecho acompañamiento a los equipos de **Sefor Drecera**, cooperativa que trabaja la orientación y la atención directa, a quienes ofrecimos una formación en gestión emocional y apoderamiento personal para el equipo técnico que presta atención para ofrecerles recursos. El proceso permitió ampliar la mirada del personal y unificarla en un lenguaje común.

En el ámbito educativo establecimos un proceso de trabajo con docentes y familias para profundizar en **recursos de acompañamiento a jóvenes del Instituto Turó d'en Baldiri de Teià** de forma que mejorara la comunicación y la convivencia en las aulas, que va incluir diferentes sesiones formativas.

En primera persona

"¡Hemos hecho que las cosas pasaran! Ahora nos toca sostener el cambio"

Cristina López
Técnica de Ocupación. Referente del proyecto *Competlab. Les competències al servei de les persones i les empreses*. Servei Ocupació Mataró (SOM). Ajuntament de Mataró.

- ¿Qué necesidad teníais cuando nos contactásteis?
Hacía más de 10 años el Serviei d'Ocupació de Mataró (SOM) había empezado a formar a su equipo en la gestión por competencias, con la voluntad de intervenir en las políticas públicas de empleo desde un modelo competencial.

Sin embargo, el resultado de esta iniciativa tenía un impacto limitado, y en todo caso, el impacto ha sido más claro en los profesionales que acompañaban a las personas, y no tan claro en las personas usuarias y casi nulo en las empresas.

A pesar de las diferentes formaciones realizadas no conseguíamos desplegar el modelo de competencias en nuestro servicio, pero seguíamos convencidos de que este cambio de modelo de intervención era necesario y queríamos seguir trabajando en esta línea.

- ¿Por qué pensásteis en El despertador?
En el camino iniciado para incorporar el modelo competencial al SOM, tuvimos la oportunidad de conocer la experiencia de implantación de ese modelo en otro territorio. El proyecto al que nos referimos fue Mentoring laboral para la inserción profesional del Ayuntamiento de Viladecans.

Así fue como llegamos a El despertador, consultora experta en la implementación de modelos competenciales en las organizaciones, quienes los había acompañado y quisimos replicar la experiencia en Mataró. Así que contactamos para que nos guiara y facilitara una visión externa y experimentada de todo el proceso.

- ¿Cómo y cómo se ha resuelto esta necesidad inicial? (o cómo se está resolviendo)

Teníamos muchos conocimientos teóricos del modelo de competencias, pero no nos lo hacíamos nuestro. La propuesta inicial que nos hizo El despertador fue crear uno propio, así es como conseguimos implicar al equipo en la primera edición del proyecto, hablar todos el mismo lenguaje y mirar en la misma dirección.

Y desde aquí es desde donde, en la segunda edición del proyecto, conseguimos crear las herramientas prácticas que empezamos a poner en práctica en nuestro día a día y que nos facilitan la identificación, diagnóstico, desarrollo de competencias y encaje competencial entre personas usuarias y empresas.

- ¿Cuál ha sido el proceso de acompañamiento compartido con El despertador?

El proceso de acompañamiento se ha desarrollado a través de acciones de creación e implementación del modelo y de formación del equipo técnico.

Se creó un equipo de trabajo integrado por personal técnico de todas las secciones del servicio y jefes de sección, que fue el encargado de promover el cambio de modelo. Este equipo de la mano de El despertador definió y co-creó el propio modelo competencial: el diccionario de competencias del SOM.

A partir de aquí nos organizamos en 5 comisiones de trabajo lideradas por un grupo de coordinación y asesoradas por El Depertador. Los principales resultados de las comisiones han sido:

- Perfiles competenciales de los empleos más demandados.
- Herramientas para identificar competencias y evaluarlas.
- Definición de objetivos y metodologías de trabajo para el diseño de acciones de desarrollo competencial.
- Ficha de oferta en clave de competencias.Guía metodológica que recoge todas las herramientas que se han trabajado durante el proyecto.

También se ha realizado formación al personal técnico del SOM, conducida por El Despertador, para integrar la mirada competencial en el proceso de inserción laboral

partiendo del diccionario competencial creado en la primera edición del proyecto y de los recursos diseñados por las diferentes comisiones en esta segunda edición.

- ¿Cómo ha sido y qué valoras del proceso de acompañamiento compartido con El despertador?

Durante todo el proceso ha puesto el foco en la transformación del equipo, y en las oportunidades no en las dificultades, que había...

El proceso nos cogió en plena pandemia, y lo tuvimos que adaptar a formas de trabajo telemáticas. Por lo general ha sido muy flexible, adaptándose a todos los imprevistos que fueron surgiendo.

Como en todo proceso de cambio, había resistencia e inseguridad por parte del personal. En este sentido valoro mucho la paciencia del equipo de El Despertador. Ha sido una carrera de fondo. Y sobre todo la confianza que transmitía a los miembros del equipo y su total disponibilidad.

- ¿Cómo definirías el acompañamiento de El despertador en el proceso de cambio/de transformación/de mejora de su organización?

Como un proceso de aprendizaje compartido en el que todos los que hemos participado hemos aprendido, tanto el personal técnico del SOM, como las personas beneficiarias del proyecto, como las empresas que ha colaborado y también El Despertador.

¡Hemos hecho que las cosas pasaran! Ahora nos toca sostener el cambio.

Gestión de equipos en las organizaciones

37 acciones 1.004 participantes

A pesar de la revolución digital en la que la sociedad se encuentra inmersa, todavía hoy podemos decir con total seguridad que **el motor (y el alma) de las organizaciones son las personas**, que interactúan y se relacionan configurando un ecosistema donde deberían poder desarrollar su propio potencial y el de los equipos. En este hábitat relacional **es tan importante la forma en que yo me relaciono conmigo, como con los demás compañeros y compañeras, con la organización y la clientela, ya que impactará en cómo se desarrolle el trabajo**. El nuevo paradigma de las organizaciones quiere encontrar precisamente un equilibrio entre los objetivos organizacionales y la persona trabajadora.

Nuestra experiencia nos demuestra que u**na buena gestión de cómo nos relacionamos con nosotros mismos/as y con los demás (gestión de los equipos) mejora la efectividad y la calidad del servicio**, aportando un valor añadido a la organización, ya sea una empresa , una organización educativa, una entidad, una institución, un organismo de la administración pública u organizaciones no lucrativas.

En este ámbito, ofrecemos nuestro acompañamiento a los **equipos directivos, jefes, mandos intermedios, equipos de trabajo, personas trabajadoras y todos los miembros de la organización** para fomentar el sentimiento de pertenencia. Elegimos el mejor formato para cada necesidad: **sesiones individuales, itinerarios a medida, cursos de automotivación, consultoría, charlas motivacionales vivenciales, y proyectos integrales con itinerarios a medida, formaciones de larga duración**, así como también sesiones en formato de **jornadas de trabajo y jornadas de team building.**

De los procesos centrados en la gestión de equipos nos gustaría destacar las siguientes experiencias, que nos han permitido crecer y ampliar nuestra mirada en espacios de trabajo muy particulares:

Sesiones de trabajo con el equipo del Departament de Servei del Parc Públic de l'IMHAB

En julio de 2021 iniciamos el proyecto de larga duración, que seguimos este 2022, con el **Instituto Municipal de Vivienda y Rehabilitación de Barcelona (IMHAB)** poniendo en marcha un proceso de transformación del sistema organizativo. El objetivo: cambiar la estructura funcional del Departamento de Servicio del Parque Público implementando un nuevo modelo de gestión de sus competencias enfocado a la atención de las personas usuarias del servicio.

El punto de partida del itinerario formativo ha sido la identificación de roles para avanzar hacia el apoderamiento del equipo, enfocado primero a los y las trabajadoras que lo integran, incentivando la automotivación y favoreciendo el liderazgo colaborativo, implicando al equipo a través de la creación de un espacio de aprendizaje, cooperación y reflexión compartido. Hemos utilizado casos concretos, teniendo en cuenta cada área de trabajo y sus relaciones, funciones y tareas.

"¡El equipo, en el centro!"
Liderazgo colaborativo

Éste fue el mantra que nos repetimos en el proceso de acompañamiento de gestión del cambio de la dirección de parque público que iniciamos en junio de 2021.

Este proceso ha supuesto una modificación sustancial en la percepción de las personas que integran los equipos de las funciones y las tareas asociadas a sus procesos de trabajo, desde la necesidad de la identificación a la catalogación de los mismos. Rehuir de la singularidad y caminar hacia el trabajo en equipo, la complementariedad de los puestos de trabajo y las competencias personales han sido una revelación y una adquisición de la que ahora disfrutamos en buena medida.

Para el equipo de dirección, el autoconocimiento y el liderazgo han sido el último escalón que hemos subido, ya en la última etapa de esta transición.

El despertador nos ha aportado una manera de abordar nuestros compromisos y las tareas para lograrlo con una buena dosis de disfrute y diversión; las sesiones de trabajo nunca han sido aburridas, siempre han tenido el equilibrio (magnífico) entre el trabajo por hacer y la sonrisa de los juegos y actividades que las dinamizadoras nos han aportado. Las sesiones no se acababan al cerrar la actividad, han durado días y desayunos entre los comentarios de los y las profesionales que, sin apenas darse cuenta, han continuado aplicando los aprendizajes que nos ayudaron a entender y a alcanzar.

Agradecemos su trabajo, ha sido magnífico. Y a vosotros, vuestro acompañamiento, en especial el de Maricel.

Sebastián López López.
Dirección de servicios de gestión del parque público.
Jefe de Departamento de Atención y Gestión de l'Usuario.
(IMHAB)

Otra modalidad que permite trabajar la gestión de los equipos es el acompañamiento en jornadas de trabajo diseñadas tanto para abordar aspectos o líneas estratégicas dentro de la organización, como para generar contextos que faciliten el trabajo en equipo y fomenten los vínculos y valoración apreciativa de las personas y los logros alcanzados.

Jornada de trabajo interno con el equipo directivo del Departament d'Acció Exterior i Govern Obert de la Generalitat de Catalunya.

Este formato de jornadas de trabajo lo hemos podido aplicar con el equipo de la **Consejería de Cultura y el equipo directivo del Departamento de Acción Exterior y Gobierno Abierto de la Generalitat de Catalunya**. En ambos casos la facilitación, a partir de dinámicas lúdicas, desde donde afrontar los retos que se plantean fomentando un buen clima que vehicule la participación, compartiendo visiones y comunicando de forma clara los cambios y mejoras que se quieren implementar, así como los tempos y liderazgos.

Dentro del ámbito de la Salud, el **Hospital Universitari Parc Taulí de Sabadell** ha sido otro de los compañeros de viaje de este año gracias a la colaboración que hemos establecido con la Fundación Ecología Emocional. En este caso, el centro hospitalario venía implementado un proyecto de 'Liderazgo y gestión de los cuidados enfermeros' en el que hemos participado varios expertos, con el objetivo de garantizar las competencias de los mandos de Dirección de Enfermería para conseguir excelencia en los cuidados dentro de los ámbitos asistenciales individuales.

Ofrecimos seis módulos formativos a 60 mandos de diferentes áreas de Enfermería, trabajando en tres grupos de 20 personas, centrados en el 'Liderazgo sensible, organizaciones con corazón', aportando la mirada del modelo de Ecología Emocional y los recursos para alcanzar un liderazgo emocionalmente más ecológico y ético. Es por ello que el conocimiento de uno/a mismo/a y el pleno desarrollo de todas las dimensiones que nos componen es un elemento esencial a la hora de asumir el liderazgo y acompañamiento de otras personas.

Queremos poner de manifiesto y agradecer el esfuerzo y el compromiso del hospital que ha sacado adelante este proyecto para ofrecer lo mejor a las personas que deben necesitar de sus servicios. Teniendo en cuenta el complejo contexto de pandemia en el que se encontraba el ámbito de la Salud, ha sido un reto exigente ya la vez muy gratificante. *(descubrir nuestras form-acciones en el ámbito de la Salud)*

En una modalidad más lúdica, debemos hacer referencia a las actividades outdoor y de team building a medida, que son experiencias participativas, vivenciales y reflexivas destinadas a equipos comprometidos. Una oportunidad de salir de la rutina, compartir en nuevos entornos, abrir y flexibilizar la comunicación, reflexionar, interiorizar aprendizajes y crecer en equipo. También es una ocasión para celebrar, agradecer e impulsar a los equipos en un contexto distendido.

Desde que empezó la pandemia, El despertador nos hemos ido adaptando a las circunstancias desarrollando y ofreciendo una línea de servicios de team building online. En esta modalidad hemos abordado la gestión virtual de los equipos, la gestión de la incertidumbre y del estrés, hemos incidido en la cohesión del equipo en teletrabajo, ofrecido metodología de intermediación y gestión de competencias, e incluso hemos organizado **Escapes Room** de lo más divertidos y desafiantes de la mano de Bizarre Escape Room.

De las experiencias de team building online de este año queremos destacar una muy especial que compartimos con la **Fundación Adsis**, entidad que tiene la misión de generar oportunidades para colectivos en riesgo de exclusión social. Para la celebración de su 25 aniversario nos encargaron el diseño y la facilitación de una sesión de team building de 2 horas de duración en diferentes franjas horarias a lo largo del mes de octubre, de forma que pudieran participar las 400 personas que conforman el grosor del equipo repartido por el Estado español. Uno de los grandes retos, por tanto, fue diseñar las sesiones en el formato virtual.

Creamos una propuesta alineada con el lema de la celebración: 'Compartiendo viaje, compartiendo historias' de modo que, a partir de las experiencias e historias personales que cada miembro compartía, se tejía una nueva historia, esta vez como comunidad, fortaleciendo, honrando y celebrando el sentimiento de pertenencia de la organización, y cogiendo más impulso para avanzar juntos.

Lee la noticia

> **Muchísimas gracias por todo. Estamos tan, pero tan contentas con cómo ha ido. Sabíamos que iría bien pero no nos imaginábamos que la respuesta iba a ser tan arrolladora ¡La gente está pidiendo que repitamos cada año! Y particularmente ponen en valor la sintonía con nuestros valores y la habilidad para animar al grupo. De verdad que la experiencia ha sido un placer y ojalá que sea posible que vayamos repitiendo experiencias así porque valen oro.**
>
> **Responsable de RRHH de Fundación Adsis**

Con experiencias como ésta, seguimos constatando que las pantallas y la distancia no son un freno a la hora de mantener la cohesión de los equipos ni tocar los corazones de las personas (¡y los nuestros!). Y así lo vivieron también las **Colles Castelleres de Catalunya, la Asociación de Muixerangues, el alumnado de la escuela Mandiram Yoga, la escuela Els Llorers, entre otros, con diferentes sesiones a medida**.

Bienestar emocional

32 acciones 701 participantes

Autoconocimiento y gestión emocional

Sin descubrir cómo somos y conócenos bien difícilmente podemos gestionar nuestras emociones ni relacionarnos con las personas y con el mundo de una forma saludable. Nos ayuda a **tomar decisiones de forma más consciente y alineada con nuestros deseos, intereses y necesidades**. Así, la salud y el bienestar emocional están íntimamente relacionados con el autoconocimiento y la gestión emocional.

El bienestar emocional es una percepción subjetiva que está ligada a las competencias personales y sociales, que tiene que ver con **la forma en que nos sentimos, pensamos y actuamos.** En un nivel óptimo de bienestar podemos reconocer nuestras habilidades, sostener los retos y hacer frente a las presiones diarias, desarrollar una profesión y contribuir con nuestro esfuerzo e implicación en la comunidad.

El autoconocimiento y la gestión emocional son dos de las competencias que están presentes de forma transversal en los distintos ámbitos de nuestra actuación. Precisamente por este motivo le dedicamos un espacio específico en el que queremos reflejar acciones formativas concretas fuera del ámbito organizacional.

Justamente la **asunción de la dirección del Instituto de Ecología Emocional en España**, desde abril de 2021, nos ha permitido ampliar el marco metodológico con el que desplegamos esta línea de acción, basándonos en el **modelo de Ecología Emocional creado por Jaume Soler y Mercè Conangla**. A lo largo de 2021 hemos estado haciendo el proceso de adaptación a este gran cambio, integrándonos en el equipo del Instituto a nivel internacional y tomando las riendas de la nueva edición del **Máster en Ecología Emocional**, que ha iniciado su camino en febrero de 2022, adaptando los contenidos y actualizando la propuesta formativa.

Concretamente el Máster es una acción formativa totalmente orientada al aprendizaje, exploración y gestión de las emociones de forma sostenible ya dirigir esta energía de forma creativa y amorosa.

El Máster es una invitación a explorar el potencial de nuestro universo emocional, mejorar el bienestar e impactar de forma sostenible en tus relaciones y el mundo. ¡La próxima edición comienza el mes de octubre de 2022!

Desde el Instituto de Ecología Emocional en 2021 iniciamos el **acompañamiento al profesorado de la Escola L'Espill de Manresa,** que ha continuado en 2022, con el objetivo de trabajar el modelo de liderazgo docente emocionalmente ecológico y ético, ampliar la conciencia y fortalecer el sentido, la voluntad y el compromiso personal y grupal.

Actualizamos los propios recursos internos, conectándonos a energías emocionales sostenibles para desplegar el máximo potencial creativo individual y colectivo. También sembramos entonces para que las nuevas generaciones se conviertan en **modelos humanos CAPA** (personas Creatives, Amorosas, Pacíficas y Autónomas).

También dentro del ámbito educativo, hemos hecho alianza con diferentes Institutos de Educación Secundaria para abordar:

- La **gestión del estrés en tiempos de exámenes** con un centenar de alumnos de Bachillerato del Institut Ernest Lluch de Barcelona y 45 alumnos del Institut Olivar de Figueres. A partir de una metodología práctica y vivencial, los contenidos formaron parte de un recorrido que les permitió buscar nuevas formas de hacer y afrontar el estrés y acabar construyendo la propia hoja de ruta. Nos satisface especialmente comprobar el cambio que algunos alumnos experimentaron al finalizar el proceso de acompañamiento, sintiéndose con más confianza y recursos para hacer frente a los exámenes y retos que tendrán que pasar a lo largo de los cursos, y de la vida.

Taller sobre gestión del estrés y la ansiedad en tiempos de exámenes en el INS Olivar de Figueres.

- La **mejora de la convivencia y de la comunicación de la comunidad educativa** del Instituto Turó d'en Baldiri de Teià. A través de distintos talleres nos enfocamos en la detección de recursos y herramientas para fortalecer la gestión emocional, la mejora relacional y el trabajo en equipo. Lo desarrollamos a partir de sesiones con el equipo docente, las familias y el alumnado de 3er de ESO, en un formato transversal, enfocadas a fortalecer la conciencia de grupo, desde la autoestima y la responsabilidad personal y colectiva.

Éstas son algunas de las valoraciones, anónimas, que el alumnado del Instituto Ernest Lluch han hecho del proceso:

> **El curso me ha ayudado a tomar conciencia de mi propio estado y reconocer mi pensamiento negativo.**

> **Gracias a los talleres he empezado a hacer relajaciones todos los días y el cambio es muy notorio: muy útil ante situaciones que crean nerviosismo.**

> **Con las sesiones me he dado cuenta de que es importante pensar en la causa de mi dificultad a nivel emocional e intentar encontrar la forma de solucionarlo.**

> **Me ha ayudado a ver lo que puedo controlar y lo que no puedo, y aceptarlo.**

Uno de los acompañamientos en la gestión emocional más importantes que hemos llevado a cabo en 2021 tuvo lugar en el mes de noviembre, junto con la **Fundación de Oncología Infantil Enriqueta Villavecchia**, cuando tuvimos la oportunidad de realizar acompañamiento emocional de un grupo de jóvenes entre 11 y 12 años que estaban pasando por un proceso oncológico.

Durante dos sesiones online, el grupo compartió mediante el juego y la conversación, emociones, inquietudes y reflexiones que les permitieron descubrir recursos y herramientas para incorporar y apoyarlos en los momentos de especial dificultad vital que atravesaban. Poner en común estas vivencias, les sirvió para comprender que no están solos, para tejer alianzas, para sostener mejor el miedo y la incertidumbre que viven y construir juntos una nueva mirada.

El objetivo de este espacio era crear un **"Kit propio**

de supervivencia emocional” que les ayudara a realizar una buena gestión emocional de la situación que están viviendo. Identificar las emociones, darse permiso para escucharlas, entender el mensaje que nos dan, buscar una salida y saber qué es lo que a cada uno y cada una le funciona es la base para empezar a crear el propio kit.

Lee la noticia

Otras acciones vinculadas con este ámbito ha sido la celebración del **Kit de Autocuidado en la Naturaleza**, una jornada solidaria organizada con motivo de la **Marató de TV3** con la que pudimos destinar los 800 euros recaudados a la investigación en salud mental.

Los setenta personas participantes crearon su propio Kit de Autocuidado tomando una dosis de tres grandes antídotos para hacer frente a muchos de los problemas que tienen que ver con la salud mental, como pueden ser:

1. **Regalarnos un espacio de calidad de conexión personal.**
2. **Sentirnos formando parte de una red de vínculos que nos ayuden a sostener.**
3. **Conectar con las propiedades terapéuticas de la naturaleza.**

Lee la crónica

Mira el vídeo

Cuando vi la propuesta, mi respuesta interna fue un sí rotundo, puesto que se juntaban muchos factores clave para mí: para empezar, el contacto con la naturaleza y los bosques, tan esencial y sanador. En segundo lugar el poder sentir la energía de grupo con personas con las que vibramos de forma similar. Y finalmente, poder hacer una contribución solidaria a una causa importante, y que a todos y todas, en mayor o menor medida, nos toca de cerca.

Quim

Un paseo lleno de luz, de amor y esperanza. Una experiencia que nos llenó de paz y agradecimiento.

Magda

En la línea del crecimiento personal, en diciembre, Barcelona Activa nos invitó a ofrecer una masterclass llamada: **‘Rompiendo con el síndrome impostor’** donde nos acompañaron una cuarentena de personas. Una sesión inspirada a partir del artículo escrito por nuestro compañero Jordi Muñoz que pone el foco en este síndrome y ofrece propuestas para superarlo.

Lee el artículo

¡La segunda parte de la jornada fue toda una sorpresa para mí! De manera fresca y juguetona disfrutamos a través de la danza, la voz, las risas y el contacto con el resto de participantes saliendo con algo más de energía, optimismo y amor hacia la vida.

Quim

Comunicación

Agradecemos el interés y el apoyo de una comunidad despertadora que suma una audiencia de **41.430 personas.**

La comunicación es una de las competencias que está presente de forma transversal en las distintas líneas de actuación que ofrecemos. También en nuestro día a día, en el que entrenamos esta habilidad para transmitir, comunicar, conversar, escuchar y crear un espacio donde las personas encuentren recursos, propuestas y se inspiren y, a su vez, puedan compartir de forma abierta.

Hacer balance y poner palabras y cifras a un año de trabajo a través de esta memoria nos da la oportunidad de **aprender y tomar decisiones para que la experiencia comunicativa siga siendo enriquecedora** para todas las partes implicadas: compartir y elegir el mejor canal y formato posible es parte de nuestro trabajo, así como crear contenido de valor que nos enriquezca mutuamente.

También queremos destacar y agradecer el apoyo que hemos obtenido a lo largo de 2021 para confeccionar los contenidos de los diferentes canales de El despertador ya las personas que nos han ofrecido, de forma generosa, su testimonio: *Jaume Soler, Mercè Conangla, Dulce Camarillo, Rodrigo Becerril, Isabel Cordón, Mary Lechuga, Marc Valldosera, Sandra Cuadrat, Lilian López, Ulises Rossell, Carmen Sandoval, Anna Soriano, Pablo Mitlanian, Paula Gelpi, Mercè Mariné, María José Buera, Elena Pimentel, Maribel Sánchez, Rocío Roque y Marta Badia, Jordi Esqué, Maricel Ruiz, Jordi Muñoz, Cristina Ustrell, Sílvia Marín, Ana Benito, Àngels Ferrao, Cristian Díaz, María Elena Bracho, Miquel Bolós, Sandra Castro, Ricard Ustrell, Mari Martínez, Raül Cavaller, Vera Santos i Elisabet Alguacil.*

En 2021 las cifras que nos hablan son éstas:

- **Web:** 29.542 visitantes
- **Facebook:** 1.774
- **Instagram:** 1.433 followers
- **Twitter:** 932
- **LinkedIn:** 1.273
- **Youtube:** 4.092 visualizaciones
- **Ivoox:** 861 escuchas.
- **Spotify:** 234 seguidores/as
- **Mailchimp:** 1.286 subscriptores/as

La Mediateca 2021

Gracias a todas las personas que nos dan la oportunidad de explicarnos y mostrarnos a través de sus canales de comunicación.

La fatiga pandèmica ens lleva la gana i la son, l'Actual.cat.
En esta entrevista a nuestro compañero Jordi Muñoz, coach y recreador personal nos explica qué es el síndrome de burnout, su gestión y experiencia que ha vivido en primera persona.
Fecha: 29 de enero de 2021.

Entrevista en el espacio Auténticamente Human@s.
Maria Elena Bracho, desde su proyecto The Total Self Coaching, conversa con nuestro compañero Jordi Muñoz a partir de vivencias personales, sobre la vulnerabilidad como camino de empoderamiento hacia nuestra autenticidad más genuina y perfectamente imperfecta. *Fcha: 19 de febrero de 2021.*

Las 'soft skills', claves para la Formación Profesional del presente y del futuro. La Vanguardia. La Vanguardia se hace eco de los talleres que realizamos con el alumnado de ciclos formativos para gestionar sus emociones en entornos laborales. Habla de ello Quim Chico, colaborador de El despertador, y quien ofreció estos talleres. *Fecha: 25 de febrero de 2021.*

La Fundació Oncològica Enriqueta Villavecchia entrevista a Jordi Muñoz, codirector y fundador de El despertador y codirector del Institut d'Ecologia Emocional España.
"Las personas somos música. Cada persona tiene su propia ISO (Identidad Sonora), que es única e intransferible en tanto que va ligada a la historia de vida de la persona ya su sensibilidad". *Fecha: 25 de febrero de 2021.*

La tornada a la rutina, l'Actual.cat. Entrevista a Isabel Cordón, coach y coordinadora pedagógica del Instituto de Ecología Emocional España, sobre cómo volver a la cotidianidad de la forma más sostenible. *Fecha: 20 de septiembre de 2021.*

El projecte d'El despertador" al programa Som Emprenedors de Ràdio Mollet.
Entrevista a nuestro compañero Jordi Muñoz. *Fecha: 15 de diciembre de 2021.*

Hacemos Red

Nuestro trabajo no tendría el mismo impacto sin las alianzas que establezcamos con profesionales, entidades, organizaciones y empresas. Esta riqueza nos permite estar en permanente evolución y crecimiento. Muchas gracias por la confianza y el compromiso compartido.

Administración pública

Agència de Desenvolupament del Berguedà
Ajuntament de Barcelona
Ajuntament de Castellar del Vallès
Ajuntament de Girona- SMO
Ajuntament de Mataró
Ajuntament de Premià de Mar
Ajuntament de Rubí
Ajuntament de Sant Quirze del Vallès
Barcelona Activa
Consell comarcal La Selva
Consell Comarcal Baix Llobregat
Conselleria de Cultura, Generalitat de Catalunya
Diputació de Barcelona
Hospital Universitari Parc Taulí
IMHAB (Institut Municipal d'Habitatge)
Serveis socials Barceloneta
Secretaria de Govern Obert, Generalitat de Catalunya

Fundaciones, ONGs, entidades y Empresas

Associació de Muixerangues
Colles Castelleres de Catalunya
Creu Roja
Fundació Adsis
Fundació Ecologia Emocional
Fundació Enriqueta Villavecchia
Fundació Generation
Fundació Nous Cims
Fundació Pasqual Maragall
Fundació Pere Tarrés
Justícia Alimentària
Mandiram Yoga
Sefor Drecera
Uetus Veterinaris

Ámbito educativo

Escola Fructuós Gelabert
Escoles Garbí
Escola L'Espill
Escola Montessori Palau Girona
Escola Els Llorers
Institut Ernest Lluch
Institut Gallecs
Institut Olivar Gran
Institut Turó d'en Baldiri
Tecnocampus – Mataró
Universitat de Girona
Universitat Pompeu Fabra

En el marco de nuestro trabajo con los Grupos a Medida de Barcelona Activa, hemos ofrecido sesiones respondiendo a las necesidades de la: Universidad de Barcelona, Universidad Pompeu Fabra, FP Jesuitas, Universidad Blanquerna, CP Turismo, UAB, BAU Centro Universitario de Artes y Diseño de Barcelona, Escuela Pía de Granollers, Colegio de Psicología de Cataluña, Colegio de Periodistas de Cataluña, Colegio de Arquitectos, Solidanza, BICD (Barcelona International Community Day), ACIDH (Asociación Catalana de Integración y Desarrollo Humano), Fundación Friends, La Salle, Proyecto Prometeus, Salón del Empleo y JOBarcelona.

En el marco del proyecto compartido con la Fundación Nous Cims que hemos llevado a cabo en centros educativos, hemos trabajado con el Instituto Bernat Metge de Barcelona y el Instituto La Ribera de Moncada i Reixac.

¡Gracias!

El despertador
coaching i recreació personal

INSTITUT ECOLOGIA EMOCIONAL ESPAÑA

www.el-despertador.com info@el-despertador.com