

FORMACIÓ

Acompanyament educatiu i comunitari del benestar i malestar emocional de joves migrants i racialitzats



Girona | Terres de l'Ebre



Generalitat
de Catalunya

Presentació

Les persones professionals de joventut es troben cada vegada més davant de situacions de malestar emocional en espais educatius, comunitaris i de participació juvenil, i hi donen resposta des de la seva pràctica quotidiana. Aquest malestar sovint està relacionat amb experiències de discriminació o racisme, tensions identitàries, sentiments de no pertinença, manca de referents o dificultats per accedir a oportunitats i drets.

Davant d'aquest context, molts professionals es plantegen preguntes com aquestes: com es poden generar vincles de confiança amb joves que han viscut experiències de discriminació o rebuig? Com parlem de racisme, identitat o pertinença sense reproduir estereotips ni victimitzar? Com podem atendre el malestar emocional sense assumir funcions terapèutiques? Com incorporem una mirada més intercultural i antiracista a la pràctica quotidiana?

Aquesta formació s'adreça a professionals de joventut que treballen en entorns educatius, socials i comunitaris amb persones joves migrades, fills i filles de famílies migrades i/o persones joves racialitzades. La proposta respon a la necessitat de proporcionar eines per abordar el benestar i el malestar emocional juvenil des d'una òptica intercultural, antiracista, interseccional i comunitària, sense reduir les situacions de patiment a factors individuals ni entendre-les com un problema patològic.

S'hi oferiran eines pràctiques, estratègies i criteris d'anàlisi per reforçar les competències professionals en el treball educatiu i comunitari relacionat amb el malestar emocional de joves migrants i racialitzats. També s'hi abordaran aspectes clau com la construcció del vincle, l'escolta i la comunicació; la identificació de factors de protecció; la revisió dels propis biaixos; la gestió de les relacions de poder; la incorporació de la dimensió corporal en l'acompanyament, i el desenvolupament de respostes grupals i comunitàries davant de situacions de malestar o discriminació.

La proposta combina conceptes breus amb dinàmiques participatives, anàlisi de casos, exercicis de reflexió professional i pràctiques aplicables als espais de treball reals. Es treballarà des d'una perspectiva aplicada que diferencia clarament la tasca educativa i comunitària de la intervenció terapèutica, i que reforça la capacitat dels equips de joventut per generar entorns de benestar, pertinença, expressió i suport mutu.

Objectius

Objectiu general

Millorar les competències de les professionals de joventut per acompanyar els processos de benestar emocional de joves migrants i racialitzats des d'una perspectiva educativa, comunitària, intercultural, antiracista i interseccional.

Objectius específics

- Comprendre l'impacte de les discriminacions, el racisme, el rebuig, la precarietat i la manca de xarxes de suport en el benestar i el malestar emocional de les persones joves.
- Despatologitzar determinades expressions de malestar emocional, a partir d'una lectura situada, contextual i estructural de les experiències de les persones joves migrades i racialitzades.
- Revisar el rol professional en la relació educativa: biaixos, imaginaris, lloc d'enunciació, adultocentrisme, blanquitud, poder institucional, activació emocional i risc de reproduir formes de paternalisme o salvacionisme.
- Identificar estratègies per generar vincle, confiança, escolta i reconeixement de l'agència juvenil.
- Compartir i reforçar eines d'abordatge individual, grupal i comunitari per abordar situacions de benestar i malestar emocional des dels serveis, equipaments i projectes de joventut.
- Incorporar la dimensió corporal en la comprensió del malestar i en les estratègies d'acompanyament, a partir de la idea que el patiment no s'expressa només a través de la paraula o del relat verbal.

Programa

1a sessió. Comprendre el malestar emocional i revisar la pràctica professional

Bloc 1. Benestar i malestar emocional: de què estem parlant?

- Influència dels contextos en el benestar emocional, el malestar emocional i les experiències de patiment. Despatologitzar el malestar: posar el context al centre. Més enllà del "dol migratori": límits d'una lectura basada exclusivament en la migració.
- Factors socials, institucionals i relacionals del malestar: racisme, discriminacions, precarietat, situació administrativa, dificultats d'accés a drets, solitud, manca de xarxa, rebuig social i tensions de pertinença.
- Joves migrants, fills i filles de famílies migrades i joves racialitzats que no han viscut un procés migratori: diferències i punts de connexió en l'acompanyament.

Bloc 2. L'impacte emocional de les discriminacions

- Racisme quotidià, racisme institucional i racisme estructural.
- Discriminacions acumulatives i impacte en el benestar emocional.
- Estrès aculturatiu, pressió adaptativa i canvi constant de codi.
- Respostes a la discriminació: hipervigilància, cansament, ràbia, frustració, inseguretat, retraïment, desconfiança o evitació.
- Tensions identitàries, sentiment de no pertinença i manca de referents.
- Resistències, silencis i distàncies com a formes de protecció i agència.

Bloc 3. Revisió de la pràctica professional

- Què representem per a les persones joves? Institució, adultesa, blanquitud, professionalitat i autoritat.
- Lloc d'enunciació, privilegis i responsabilitat professional. Relacions de poder en l'acompanyament educatiu i comunitari.
- Adultocentrisme, mirada professional i interpretacions sobre les vides juvenils. Biaixos, estereotips i projecció d'imaginari propis.
- Impacte emocional en les professionals: incomoditat, activació, frustració, culpa, sobreimplicació o evitació.
- Resistències juvenils com a estratègies legítimes davant experiències de control, exposició o invalidació.

2a sessió. Com millorem l'acompanyament des dels espais educatius i comunitaris

Bloc 4. Eines per generar vincle i confiança

- Escolta activa, curiositat professional i actitud de no-judici.
- Validació sense victimització.
- Estratègies per abordar el racisme, la discriminació, la identitat, la pertinença i el malestar sense forçar el relat.
- Reconeixement de fortaleces, recursos, factors de protecció i estratègies de resistència.
- Construcció de vincles educatius en contextos de desigualtat i desconfiança institucional.
- Límits del rol professional: quin acompanyament podem fer des de joventut i quan cal activar la xarxa o la derivació.

Bloc 5. El cos també parla

- El malestar emocional també s'expressa corporalment: la tensió, el cansament, el bloqueig, la hipervigilància, la desconexió, la inquietud o la fatiga en són alguns exemples.
- Límits d'una aproximació centrada només en la paraula, el relat i la racionalització.
- Cos, seguretat i relació educativa. Pràctiques senzilles per incorporar el cos en espais educatius i comunitaris (respiració, moviment, regulació, presència, espais de pausa, treball amb ritmes i condicions de seguretat).

Bloc 6. Del cas individual a la resposta grupal i comunitària

- Potencialitats i límits de l'acompanyament individual.
- Espais grupals com a factors de protecció: reconeixement, suport mutu, pertinença i reducció de l'aïllament. Construcció d'espais segurs, inclusius i no estigmatitzadors. Participació juvenil significativa i reconeixement dels sabers de les persones joves.
- Xarxes comunitàries, referents i aliances al territori.
- Què fem quan el racisme apareix en l'equipament, al grup, al municipi o en les activitats?
- Estratègies de resposta professional: intervenció en situacions de discriminació, treball amb el grup, treball amb l'equip i incidència en el context.

Informació pràctica

Format

Formació presencial, participativa i orientada a la pràctica, que combina:

- Marc conceptual bàsic
- Anàlisi de casos
- Exercicis d'autorevisió professional
- Dinàmiques vivencials i corporals
- Simulació de converses
- Treball en grups petits

Entre sessions es facilitaran materials audiovisuals o pòdcasts per complementar els continguts de la formació.

Informació bàsica



Dates i lloc

Edició Girona

Sessió 1: dimarts 29 de setembre de 2026

Sessió 2: dijous 15 d'octubre de 2026

Casa de Cultura (Aula 3)
Pl. de l'Hospital, 6. Girona

Edició Terres de l'Ebre

Sessió 1: dilluns 19 d'octubre de 2026

Sessió 2: dilluns 2 de novembre de 2026

Centre Cívic i Comunitari
Carrer Alfara de Carles, 27. Tortosa



Horari

De 10 h a 14 h



Durada

La formació té una durada de **10 hores**, distribuïdes de la manera següent:

- 8 hores presencials
- 2 hores de treball autònom entre sessions

Inscripció

[Formulari inscripció](#)

Equip formatiu

Carolina Astudillo, Riti de Pineda i Kadijatu Dem Njie

Hi col·labora:

