

CAMINANDO HACIA LA INTEGRACIÓN
Habilidades sociales para personas inmigrantes
MARZO-2011

CONCLUSIONES

Tras la finalización del curso, el equipo coordinador hemos hecho un análisis del desarrollo del mismo y hemos extraído unas conclusiones que ha continuación detallamos.

1. POBLACIÓN DIANA

El curso se ha orientado a personas extranjeras, preferentemente de países culturalmente lejanos, con suficiente nivel de dominio del castellano.

Se han inscrito 28 personas. Asisten 26. 19 hombres y 7 mujeres, la mayoría originaria de Marruecos y Argelia, además de Senegal, Pakistán, Nigeria y Nepal.

Perfil de los asistentes:

- media de edad de 31 años (rango 22-40)
- 84 % solteros
- casi tres años de estancia en España y uno y medio en Álava
- 66% con estudios de bachiller o superior
- 56% realiza cursos de castellano
- 93% sin trabajo actualmente, de ellos el 76% nunca ha trabajado aquí
- 50% han participado en diferentes cursos o programas de inserción
- 88% manifiestan buena salud
- las expectativas respecto al curso se centran en aprender habilidades sociales, comprender mejor la realidad social y conocer a otras personas en la misma situación.

2. OBJETIVOS

Se planteó como objetivo general: adquirir hábitos de conducta saludables y ofrecer pautas orientadoras que faciliten la integración social.

Como objetivos específicos: 1) Potenciar nuevas conductas relacionadas con el fomento de la salud, la prevención de enfermedades y problemas psicológicos. 2) Potenciar habilidades para comunicarse, para buscar empleo, para adaptarse a nuevas realidades y de este modo promover su integración sociolaboral.

3. EJECUCIÓN

El curso se ha realizado durante el mes de marzo de 2011 -entre el 3 y el 31- en el Centro Cívico Hegoalde (sala polivalente), los jueves de 19 a 21 horas, excepto la cuarta sesión en martes.

1ª sesión. *Hábitos saludables, alimentación y actividad física.* Ponentes: Ramón Elguea, médico del C. S. Olárizu; Pedro Rivero, farmacéutico zona Olárizu y Ana Lidia Carrasco, promotora comunitaria.

Como herramienta expositiva se utiliza el power point; se habla de los hábitos saludables -definiciones y características-, hábitos no saludables -tabaco, alcohol, drogas, sobrepeso y obesidad, se entregan tablas para el cálculo de índice de masa corporal-, alimentación sana -recomendaciones para una buena salud, entrega de tabla *Pirámide de alimentos con consumos adecuados*-, ejercicio físico -beneficios y cómo hacerlo correctamente-, enfermedades derivadas de una incorrecta alimentación como hipertensión, colesterol, y diabetes -tabla de *Valoración individual del riesgo cardiovascular*-. Sexo seguro -anticoncepción y prevención de enfermedades de transmisión sexual, sida..., cómo se transmite y cómo se previene, dónde hacer el test VHI-, salud mental, cuidados personales, cribados (controles) en mujeres -mamografías, citologías..- y vacunaciones en niños.

La dinámica fue participativa, con preguntas frecuentes por parte de los participantes durante la sesión y clarificación de dudas por los expertos en salud.

2ª sesión. *Relaciones con la administración: ayuntamiento, servicios sociales, Osakidetza, programas educativos y de vivienda.* Ponente: Lurdes Lekuona. Oficina del Ararteko. Vitoria-Gasteiz

La ponente entrega una guía de orientación sobre recursos en la ciudad para la población inmigrante. Hace un repaso exhaustivo del entramado de entidades públicas y privadas que interactúan y/o colaboran con la persona extranjera - Servicios Sociales del Gobierno Vasco, ayuntamientos, Diputación, Osakidetza..-, ofrece pautas orientadoras interesantes en asuntos de padrón, vivienda, atención médica, educación y formación académica y cita someramente los modelos lingüísticos en educación, los derechos y deberes como ciudadanos, los impuestos obligatorios, las normas de convivencia y los recursos existentes en caso de violencia de género.

3ª sesión. *Trabajo: estrategias para conseguirlo, currículum, formación para el empleo, información sobre recursos y oficios.* Ponente: Miren Ulibarri Barquin. Sartu Álava

La experta en inserción sociolaboral introduce con una dinámica interactiva el concepto de arraigo y los requisitos necesarios para conseguirlo, cuestiona junto con los asistentes sobre qué premisas hay que cumplir antes de ponerse a buscar empleo y qué hacer para incrementar las oportunidades de encontrarlo, posteriormente ofrece consejos para elaborar correctamente el CV.

Hace entrega de una documentación sobre lo expuesto así como un directorio de los centros y asociaciones vinculadas directamente con los inmigrantes.

4ª sesión. *Asuntos legales: leyes de extranjería, órdenes de expulsión, conflictos, el asociacionismo como apoyo social.* Ponente: Iñaki Ruiz de Pinedo, Secretaría Técnica del Consejo Foral de Inmigración.

El ponente aborda desde diferentes ángulos los problemas más comunes de los inmigrantes en asuntos legales: el padrón -requisitos y tramitación-, estancia, residencia -régimen comunitario, régimen general de extranjería, residencia por reagrupamiento familiar y/o por arraigo social, arraigo laboral, autorización de residencia permanente y tarjeta de identificación de extranjero (NIE)-, acceso a la nacionalidad española, detención en situación irregular y órdenes de expulsión.

Entrega documentación que sintetiza lo reseñado y los participantes comentan casos concretos de situaciones particulares respecto a estos asuntos y señalan como dificultades más perniciosas la alta burocracia y el sinfín de requisitos que se les reclaman para adecuar su situación a la legalidad vigente.

5ª sesión. *Problemas psicológicos frecuentes: carencia de vínculos afectivos, autoestima, prevención, recursos, solución de problemas.* Ponente: Itziar Rodríguez, Asociación Prestaturik. Vitoria-Gasteiz

Con la guía del power point la psicóloga introduce el concepto de salud mental y se centra seguidamente en los problemas psicológicos más frecuentes que afectan especialmente a las personas inmigrantes. Subraya el estrés, la ansiedad y la depresión como trastornos más habituales, la sintomatología que los caracteriza, las causas que los originan, qué hacer y dónde acudir. Comenta también el Síndrome de Ulises como producto de la falta de vínculos familiares y afectivos causados por la lejanía y el desarraigo. Finalmente hace entrega de una hoja donde se resumen los puntos más importantes de la charla.

Se constata la dificultad para verbalizar este tipo de problemática por parte de los asistentes -cómo perciben, cómo se sienten, cómo solucionan sus dificultades...- y la importancia que adquiere el grupo de compatriotas como grupo de apoyo.

Voluntariado: Espacio de colaboración e integración para personas extranjeras.
Ponentes: Raquel Busto y Héctor Valladares, Equipo de Animación de Voluntariado de Cáritas-Vitoria y voluntario respectivamente.

La animadora de Cáritas aborda el tema desde una doble perspectiva: el voluntariado como forma de participación social en la vida comunitaria -integración social- y el voluntariado como una opción personal, como un proceso de sensibilización y concienciación -maduración personal-; señala las motivaciones que llevan a una persona a ser voluntario y destaca particularmente las puertas que se abren desde espacios como este para la integración de las personas extranjeras.

El colaborador de Cáritas describe su larga experiencia como voluntario tanto aquí como en su país y apunta expresamente los beneficios personales que él consiguió colaborando desinteresadamente en diferentes ONG desde su llegada a España.

4. EVALUACIÓN

Previamente, durante el momento de inscripción, se evaluó el nivel de comprensión del castellano, y en caso de surgir dudas, para verificarlo se leyó una escueta noticia del periódico. Tan solo una persona no superó la prueba pero fue finalmente admitida porque se constató que sus dificultades se centraban más en la expresión verbal que en la comprensión. Asimismo se completó individualmente una ficha de registro de cada aspirante al curso.

Al inicio de la primera sesión se pasó a todos los inscritos un cuestionario de conocimientos de 20 ítems; en la última sesión se pasó de nuevo el mismo cuestionario para evaluar los avances que hayan podido darse tras la realización del curso.

Al final del mismo se pidió también cumplimentar un Cuestionario de Satisfacción. También se hizo entrega de un certificado de asistencia para todos los participantes firmado y sellado por Cáritas.

5. RESULTADOS

- No hubo bajas durante el curso. Tan solo hubo cuatro ausencias durante el mismo que fueron justificadas
- La nota media del cuestionario inicial pretest fue de 6.2 (Fórmula: $X=10 \times (A-E/2)/N$)
- La nota media del cuestionario final posttest fue de 7.4
- La encuesta de Satisfacción (anexo) reflejó las siguientes puntuaciones (rango mínimo-máximo de cada ítem):
 1. Cumplimiento de las expectativas: 8.92 (6-10)

2. Organización del curso: 8.85 (5-10)
 3. Claridad en los temas expuestos: 8.73 (3-10)
 4. Coordinación de las sesiones: 9.50 (6-10)
 5. Utilidad del curso: 8.69 (6-10)
 6. Tomar conciencia de la realidad: 9.27 (5-10)
 7. Conocer recursos y estrategias para el futuro: 8.77 (4-10)
 8. Conclusiones positivas para planificar el futuro: 8.54 (5-10)
 9. Valoración global del curso: 8.65 (6-10)
 10. Recomendación del curso a otras personas: 9.00 (7-10)
- Se ha elaborado un Póster y un Extracto-resumen que fueron ambos presentados y entregados en el *XIII Encuentro del Programa de Actividades Comunitarias en Atención Primaria* y *I Encuentro para la Promoción de la Salud Comunitaria en el País Vasco* (congreso autonómico y nacional), organizado por el PACAP (Programa de Actividades Comunitarias en Atención Primaria) y el semFYC (Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria) en Vitoria-Gasteiz el 15 de abril del presente año (anexo).

6. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

Del incremento de 1.2 puntos en la prueba de conocimientos antes /después del curso se infiere los efectos positivos del curso sobre el alumnado y evidencia la eficacia del mismo, entre otros aspectos a la hora de aportar nueva información, modificar ideas erróneas, clarificar dudas y resituar las expectativas sociolaborales en términos más realistas.

Del mismo modo, los comentarios realizados por los participantes, las puntuaciones adjudicadas en el cuestionario de Satisfacción y las opiniones vertidas por los ponentes y colaboradores, prueban la necesidad de organizar actividades de este tipo que aporten luz a las inquietudes de las personas inmigrantes en su itinerario de inserción.

Valoración por elementos / procesos/fases:

- Es necesario disponer de más tiempo para ofertar mejor el curso a las personas interesadas: material publicitario, mes y medio antes del inicio.
- Inscripción: facilitar la inscripción en los espacios naturales donde participan las personas demandantes: cursos, actividades, oficina de Cáritas, tertulias..., con las personas de referencia.
- La publicidad en el Centro Cívico y Centro de Salud ha sido escasa: sería conveniente hacer entrega personalizada del folleto.

- Las pruebas previas realizadas, datos de registro, temario, entrega de certificados de asistencia, han estado bien.
- La secuencia semanal y el periodo elegido para la realización del curso, mes de marzo, han sido correctos.
- El C. C. Hegoalde es un lugar adecuado: céntrico, con recursos, en la sala polivalente excesivo calor y ruido
- El test de conocimientos no discrimina suficientemente. Se estima mejorarlo una vez conocido el contenido de las ponencias para que pueda diferenciar mejor el conocimiento previo y el adquirido.

Propuestas de mejora

- Cerrar para final de año el programa del curso y tener los folletos en la primera quincena de enero. Tal vez no sean necesarios carteles, sí más dípticos para entregar en mano (mínimo 120)
- Realizar la inscripción en los lugares donde participen las personas inmigrantes y/ o citarlos a alguna hora concreta
- No es necesario realizar la prueba de nivel de castellano puesto que es fácilmente evaluable al realizar la inscripción y la ficha de registro. También se puede aplicar la prueba de conocimientos el mismo día, que sirve también para testar la comprensión de la lengua.
- Dedicar una sesión completa a problemas psicológicos cambiando la forma de hacerlo respecto a este curso (quizá hacer subgrupos pequeños...)
- Dedicar una última sesión al voluntariado y a contar experiencias propias, además de hacer la evaluación, la entrega de certificados y fin de curso.

Como conclusión final, estimamos que el curso ha cumplido con los objetivos planteados y ha sido positivo para las personas que han asistido.