



VIII

JORNADES D'OCUPACIÓ

Alella
El Masnou
Teià

La feina en joc

Aquest any, el títol de les Jornades d'Ocupació és "La feina en joc". Les Jornades tenen una durada de tres dies, però tindran continuïtat durant les setmanes posteriors.

Les persones participants en aquesta edició aprendran a identificar les emocions i saber-les gestionar, augmentar la seguretat en elles mateixes, integrar la creativitat en el seu projecte de recerca de feina, prendre decisions, millorar l'eficàcia personal en la consecució del seu projecte professional i facilitar canvis, entre d'altres.

El dia 26 d'octubre s'obren les Jornades amb una xerrada inaugural a càrrec de Sandra Huerto, de l'empresa Tresdosú, que oferirà una sessió per descobrir les habilitats que cal millorar a través del joc i la tecnologia.

Es pot participar en tots els tallers programats per als dies de les Jornades, però també, si es vol aprofundir en les diferents temàtiques, s'ofereix l'oportunitat de participar en les sessions programades les setmanes següents.

Les Jornades es fan als municipis d'Alella, el Masnou i Teià:

- Les Golfes de Can Leonart. Plaça dels Germans Leonart, 1, Alella.
- Sala Joan Comellas. Edifici Centre, c/ de Josep Pujadas Truch, 1A, el Masnou.
- Can Llaurador. Av. de Roca Suárez-Llanos, 32-38, Teià.

PROGRAMA D'ACTIVITATS

Dimecres 26 d'octubre

Edifici Centre, El Masnou

De 9.15 a 9.30 h

Inauguració de les VIII Jornades Ocupació.

De 9.30 a 10.30 h

Conferència inaugural "Desenvolupament d'habilitats amb joc i tecnologia".

A càrrec de Sandra Huerto Machín, mentora i gestora de projectes tecnològics a Tresdosú.

De 10.30 a 11 h

Pausa.

D'11 a 14 h

"Gestió dels sabotejadors interns: coaching i creences amb el joc del Minijos®". A càrrec de Benedito & Lafarga Training, SL.

Taller de tres sessions que continuarà amb dues sessions més els pròxims dos dimecres (dies 2 i 9 de novembre).

Dijous 27 d'octubre

Can Llaurador, Teià

De 9.30 a 13.30 h

"T'apuntes a fer un *escape room*? Descobriràs les teves competències professionals". A càrrec de Soraya Díaz Téllez.

Taller de tres sessions que continuarà amb dues sessions més els pròxims dos dijous (dies 3 i 10 de novembre).

Divendres 28 d'octubre

Can Leonart, Alella

De 9.30 a 13.30 h

"Connecta amb el teu *ikigai* a través del joc conscient". A càrrec de Silvia Marteles.

Taller de tres sessions que continuarà amb dues sessions més els pròxims dos divendres (dies 4 i 11 de novembre).

MÉS INFORMACIÓ DELS TALLERS

“Gestió dels sabotejadors interns: coaching i creences amb el joc del Minijos®”

Objectius:

- Capacitar per a la presa de decisions en l'àmbit de la formació i/o l'ocupació, tenint en compte la situació de la persona respecte del mercat laboral.
- Introduir les tècniques cognitives per desenvolupar una major eficàcia personal en la recerca d'ocupació.
- Identificar els sabotejadors interns i desmuntar les creences que limiten la nostra autoeficàcia.
- Aprendre tècniques de transformació del pensament per facilitar el canvi d'idees no raonables.
- Aprendre a gestionar les emocions amb tècniques cognitives per afrontar, de manera efectiva, situacions d'estrès o incertesa en la recerca de feina.

Metodologia:

La metodologia emprada sempre és pràctica i dinàmica, a través de dinàmiques de grup i el joc registrat Minijos®, a més d'imatges i dibuixos, contes i metàfores, plantilles de treball, etc. Serà un espai d'autoreflexió i d'indagació guiada. A més a més, s'inclouran tècniques com el *visual thinking*, la gamificació (aprenentatge amb el joc), la motivació i la recompensa.

“T'apuntes a fer un *escape room*? Descobriràs les teves competències professionals”

Objectius:

- Reconèixer les pròpies competències professionals.
- Conèixer els punts forts, i saber de quina manera es poden exposar en un currículum i fer valdre en les entrevistes.
- Establir un pla de millora personal en funció del projecte professional.

Metodologia:

Ús d'un joc tipus d'*escape room* de taula que proporciona, en un escenari neutre i lúdic, un repte, uns objectius, relacions interpersonals... Mostra les competències dels participants en temps real, en acció. Després del joc, s'analitzaran les habilitats i les formes de comunicació i interrelació que s'han generat durant el joc.

Es proposen altres exercicis pràctics que ajuden a redactar el currículum i preparar les entrevistes en funció dels punts forts personals i adaptats a les ofertes de feina.

S'utilitzen eines digitals com *Kahoot!*, *Mentimeter* o *Padlet* per fer més dinàmiques les sessions i fomentar la participació.

“Connecta amb el teu *ikigai* a través del joc conscient”

Objectius:

- Descobrir el procés de les emocions i saber gestionar-les. Aprendre a reconèixer el llenguatge del cos: sensacions, emocions.
- Augmentar la confiança en les nostres impressions. Escoltar les intuïcions i obrir-nos a la inspiració.
- Alliberar bloquejos i resistències per connectar amb la força interior.
- Equilibrar el món interior amb la vida social i laboral.
- Integrar la creativitat en les relacions de treball.

Metodologia:

A través del joc conscient com a eina de connexió amb nosaltres mateixos/es i amb l'entorn. Les sessions estan dissenyades en format de taller experiencial, en les quals es farà ús de diferents materials plàstics i recursos per afavorir la creativitat i el treball profund.

També es treballarà amb tècniques de visualització i *mindfulness*. Amb elements del llibre *Ikigai: Els secrets del Japó per a una vida llarga i feliç*, de Francesc Miralles i Héctor García.

Es farà ús de material de joc a base de peces reciclades de Lego, Playmobil, cartes de Dixit, pòstits, material plàstic, etc.