



**El benestar emocional
en el centre de les
polítiques locals**

23 i 24 de març de 2023

La Sala, Espai Francesca Bonnemaison

**Grups de treball per generar diàleg,
debat i propostes de futur.**

Portar la reflexió a la pràctica



**Diputació
Barcelona**

**Àrea d'Igualtat
i Sostenibilitat Social**



Red Internacional de
Educación Emocional
y Bienestar



1. Què necessito per liderar la pròpia emocionalitat i liderar l'emocionalitat d'equip?

Emocionalitat pròpia: competències emocionals

- Escoltar-me. Autoconeixement, consciència, introspecció.
- Escolta activa, empatia, vincle.
- Assertivitat.
- Autoestima, estar amb pau i compassió amb si mateix/a. Equilibri.
- Seguretat personal. Tranquil·litat, serenitat.
- Humor, optimisme.
- Resiliència. Fortalesa interna.
- Autocontrol (regulació emocional).
- Pacència.
- Reconèixer i gestionar les pròpies emocions.
- Reconèixer les mancances i acceptar-les.
- Buscar suport en la comunitat (tenir-hi vincles i cuidar-la).
- Saber comunicar quan no ens trobem bé emocionalment.
- Saber parar a temps.
- Energia, motivació.
- Innovació, creativitat.
- Flexibilitat, adaptació.
- Saber posar límits.

Condicions externes

- Cultura emocional.
- Estabilitat laboral i econòmica.
- Temps i conciliació.
- Formació en educació emocional.
- Ajuda professional psicològica.
- Espais de comunicació i de cura.

Emocionalitat d'equip

- Escolta activa, empatia i bona comunicació. Compassió (en el sentit de connectar, no jutjar)
- Lideratge positiu. Carisma. Coneixement de l'equip. Dinàmiques d'equip.
- Fomentar la cooperació en lloc de la competitivitat.
- Reconeixement i valoració de la tasca de l'equip i dels seus membres.
- Respects, consens i diàleg.
- Saber prioritzar.
- Gestió de conflictes..
- Responsabilitat, honestetat i autenticitat.
- Obertura i predisposició. Pacència.
- Incloure en els objectius de l'equip el benestar emocional. Espais de cura.
- Saber parar a temps.
- Espais de creació.
- Sensibilitat per la conciliació.
- Fomentar l'autonomia.
- Treball en xarxa real. Treball per objectius.
- Autocrítica, justícia.

- Supervisió.
- Pressupost.

2. Què necessito per a un lideratge emocional públic de qualitat que permeti escoltar i treballar millor amb la ciutadania, i generar un clima emocional positiu?

Competències personals

- Autolideratge emocional.
- Mantenir el meu equilibri/centre.
- Escolta activa.
- Constància.
- Empatia.

Relació amb la ciutadania

- Percebre la ciutadania com a subjecte i no com a objecte.
- Empoderament de la ciutadania i foment de la motivació per a la participació i, alhora, empoderament de les entitats com a agents de salut i ciutadania.
- Treball en xarxa i coordinat de l'administració amb diferents agents i entitats, incorporant a la ciutadania. Corresponsabilitat.
- Escoltar la ciutadania i promoure la co-creació, la participació i la pro-activitat, i, alhora, respectar la diversitat d'idees i d'opinions, i deixar de banda estereotips.
- Generar espais de comunicació i debat que dediquin temps a la missió, visió i valors.
- Gamificar els espais i les activitats de diàleg.
- Transparència i retorn a la ciutadania/agents dels resultats de la participació.
- Generar sentiment de pertinença i cooperació. Alhora, facilitar el vincle i

generar confiança, amb espais de proximitat que convidin a la ciutadania a apropar-se o sortint més al carrer.

- Incorporar la mirada interseccional i inclusiva, amb perspectiva de gènere, intercultural i de cicle de vida.
- Sensibilització cap a la ciutadania i arribar a la ciutadania invisibilitzada. Normalitzar l'existència d'espais d'atenció.
- Flexibilitat dels horaris per conèixer xarxes naturals de la ciutadania.
- Recollir el malestar col·lectiu en espais comunitaris.
- Promoure espais públics que generin convivència i equipaments atents a la diversitat.

Relació amb la ciutadania

- Compromís polític i proximitat dels càrrecs polítics a l'equip tècnic i a la ciutadania.
- Recursos personals i econòmics suficients i sostenibles, amb programes a llarg termini.
- Disposar d'espais adequats, segurs i de cura per escoltar la ciutadania i per a la participació.
- Disposar de temps per a pensar, acollir i participar.
- Estabilitat i condicions de l'organització.
- Coordinació i treball per projectes (no per serveis).

- Equilibrar la quantitat i qualitat dels serveis.
- Revisar reglaments.
- Repensar la comunicació amb la ciutadania.
- Atendre les necessitats bàsiques de la població més vulnerable.

Acompanyament a professionals

- Formació en competències emocionals que afavoreixin climes de convivència, així com formació en inclusió i interculturalitat.
- Supervisió i acompanyament.
- Empoderament professional.

3. Què necessito per treballar la promoció de l'educació emocional en totes les polítiques locals?

Compromís, voluntat política i transversalitat

- Situar el benestar emocional en l'agenda política i dotar-lo pressupostàriament i amb recursos humans suficients.
- Definició consensuada de l'educació emocional.
- Crear estratègies transversals i interdepartamentals per a la promoció del benestar emocional, des d'una perspectiva essencialment de prevenció i de promoció, superant la perspectiva assistencial.
- Promoure la comunicació afectiva perquè esdevingui efectiva la comunicació entre els departaments municipals.

Cultura organitzativa i capacitació professional per a l'educació emocional

- Crear una cultura organitzativa basada en el benestar emocional.

- Fer de les organitzacions públiques, socials i privades referents en la incorporació de la intel·ligència emocional i modèliques en la cura del benestar emocional dels seus equips de treball.
- Oferir formació per a professionals locals de les diferents àrees en intel·ligència emocional.
- Situar el benestar emocional com a exigència competencial en recursos humans. Per tant, selecció de personal amb capacitació emocional.
- Desenvolupar eines per treballar i crear educació emocional.
- Potenciar l'acompanyament de la ciutadania; acompanyar projectes de vida i adequar les actuacions a les persones i les seves situacions.

Coneixement, recerca i avaluació

- Conèixer les necessitats a partir de diagnòstic i indicadors. Avaluar l'estat emocional de la ciutat.

- Generar evidència científica i identificar bones pràctiques en altres territoris en l'àmbit de l'educació emocional.
- Analitzar el cost d'oportunitat de promoure el benestar emocional.
- Avaluació de l'impacte social del benestar emocional.

Canvi de mirada i sensibilització

- Reconèixer que el benestar emocional millora els vincles i la cohesió social.
- Aplicar una mirada multicultural i interseccional a la promoció del benestar emocional.
- Promoure un canvi estructural, amb una mirada sistèmica i centrada en valors.
- Desestigmatitzar els serveis de salut mental, i combatre l'estigma i els relats estereotipats.
- Treballar des d'un paradigma que no sigui paternalista.
- Promoure campanyes de sensibilització als mitjans de comunicació.
- Formació accessible en educació emocional per a totes les franges d'edat

Acció comunitària i participació

- Incorporar a la comunitat en la promoció del benestar emocional.
- Potenciar les aliances i el treball col·laboratiu amb agents del territori, i generar un mapa d'actius de benestar emocional, individuals i de grup.
- Generar una mirada compartida del procés de la persona des de l'entorn comunitari.

- Promoure pràctiques restauratives en la comunitat.
- Co-creació i disseny participatiu de plans, protocols i accions per al benestar emocional.

Abordar els determinants socials

- Garantir la renda ciutadana mínima i programes d'inserció sociolaboral de qualitat.
- Proporcionar ajuts a l'habitatge.
- Repensar el programa de garantia juvenil perquè sigui útil i de qualitat.
- Promoure espais de cures.

4. Què necessito per afavorir el benestar emocional i els climes emocionals positius de la ciutadania a partir dels espais públics i equipaments?

Espais i equipaments públics accessibles

- Disseny universal amb manteniment regular. Garantir l'accessibilitat física (per exemple amb voreres amples i sense barreres arquitectòniques); cognitiva (per exemple, amb lectura fàcil, comunicació en diferents llengües) i sensorial (informació tàctil, espais multisensorials).
- Respectar el principi d'autonomia personal.
- Garantir la proximitat territorial i l'accessibilitat amb transport públic als equipaments, així com la connectivitat entre barris. Alhora, major presència d'equipaments en barris en situació d'exclusió social

Espais i equipaments públics adaptats, amables i segurs

- Climàticament (amb espais verds, - creant-ne i evitant la requalificació per a l'especulació -, i zones d'ombra i d'aigua) i amb sostenibilitat dels equipaments (regulació de la petjada ecològica, sense plàstic, sense malbaratament alimentari...)
- Estèticament amb una cultura del benestar estètic a l'espai públic (sense escombraries al terra, amb flors silvestres o jardins) i amb un mobiliari còmode i que faciliti la relació en els espais i equipaments públics. A més, amb privacitat en equipaments que ho requereixin.
- Comptar amb lavabos públics, especialment en esdeveniments i enparcs infantils, que tinguin en compte la diversitat de gènere, les necessitats de cures i l'equitat menstrual (amb espais i material).

- Xarxa lila i il·luminació suficient en els espais públics.

Formació

- Capacitació de professionals d'equipaments públics en benestar emocional.

Equipaments inclusius

- Polivalents i intergeneracionals.
- Sociocomunitaris (per exemple, menjars en companyia per a tots els grups d'edat, horts urbans...)
- Amb comunicació emocional propera que faciliti l'obertura a tothom.
- Amb horaris accessibles per a tothom.
- Amb espais i professionals per atendre necessitats de cures, com ara espais infantils.

Participació ciutadana i convivència

- Participació ciutadana en el disseny i concepció de l'espai públic.
- Participació ciutadana, i especialment de joves, en el disseny, programació d'activitats, gestió i avaluació dels equipaments.
- Aprofundir en el concepte de convivència i consensuar l'ús dels espais entre els diferents col·lectius, per exemple, amb espais per joves en centres urbans.
- Fomentar la cultura del civisme.

Transversalitat

- Sensibilitat política des de tots els àmbits.
- Actuacions coordinades i integrades.