

[Comunitari](#)

Vídeo teràpia per a l'orientació formativa i laboral de joves



09/06/2017

Associació per a Joves Teb



Gravar-se a un/a mateix/a té molta potencialitat per a l'auto-coneixement



Als tallers de Self-education es treballa l'autoconeixement



Taller de vídeo teràpia amb l'associació Self-education Font: Associació Self-education

Vídeo teràpia per a l'orientació formativa i laboral de joves

09/06/2017

Associació per a Joves Teb



Resum:

L'associació Self-education anima als i a les joves a observar-se i conèixer-se per poder construir un projecte vital. Ho fa a través del que anomenen tallers de "vídeo teràpia".

Gravar-se a un/a mateix/a té molta potencialitat per a l'auto-coneixement. Així ho creuen a l'associació [Self-education](#) i han desenvolupat un mètode basat en el que anomenen "vídeo teràpia". Aquesta proposta s'adreça a adolescents i joves que es troben en un moment d'incertesa i desconeixement personal, tant a nivell formatiu com

laboral, amb la voluntat de donar-los un cop de mà per construir el seu projecte de vida i trobar el seu camí. Fins ara s'ha desenvolupat amb 35 joves participants de tres entitats, en el marc del programa de beques de la [Fundació Nous Cims](#).

Els i les joves han participat en quatre **sessions socio-educatives** i una **experiència laboral personalitzada**. Les sessions estan basades en la tècnica de la **vídeo teràpia**, que consisteix en la realització d'activitats introduint l'**auto-gravació** per tal de facilitar l'auto-observació i l'**autoconeixement**. A més, es realitzen dinàmiques centrades en la identificació de potencialitats, dificultats, necessitats i motivacions per conèixer-se millor i saber cap a on es vol anar.

Al [canal de Youtube de Self-education](#) hi ha vídeos que resumeixen les tres experiències, realitzades amb joves de les fundacions [Marianao](#), [Germina](#) i [Adsis](#).

Self-education fa una bona valoració d'aquestes tres primeres experiències. Assegura que 75% dels joves participants ha trobat la seva motivació i ha conformat el seu projecte de vida o estan encaminats a fer-ho. Els/les professionals dels centres on s'han portat a terme els tallers han observat una evolució significativa en tots els joves i valoren com exitós la implementació del taller en els seus **projectes educatius**.

Etiquetes: [Fundació Nous Cims](#), [fundació adsis](#), [Fundació Marianao](#), [Fundació Germina](#), [joves](#), [ocupació](#), [formació](#)

URL d'origen: <https://xarxanet.org/comunitari/noticies/video-terapia-lorientacio-formativa-i-laboral-de-joves>