UAB
Universitat Autònoma de Barcelona

Dipòsit digital de documents de la UAB

This is the **published version** of the bachelor thesis:

Roca Busquet, Ona. *Disseny de les Escales ACT!VA d'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada*. Treball de Final de Grau (Universitat Autònoma de Barcelona), 2026 (Educació social). 110 pàg.

This version is available at https://ddd.uab.cat/record/336473

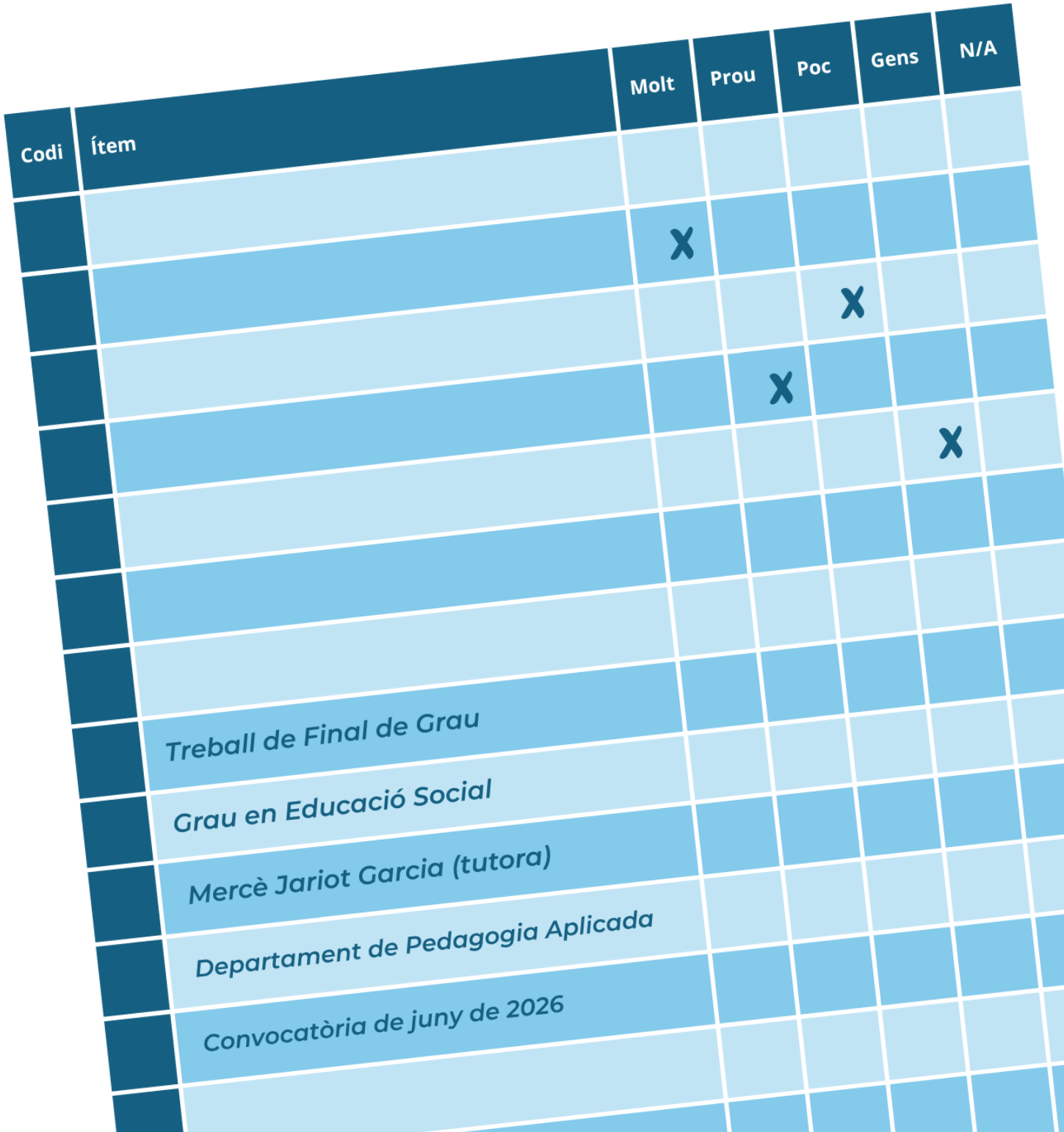
under the terms of the BY-NC-SA license.

UAB Universitat Autònoma de Barcelona

Disseny de les Escales ACT!VA 1.0

Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada

Ona Roca Busquet



UAB Universitat Autònoma de Barcelona

Disseny de les Escales ACT!VA 1.0

per l'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada

Tutora: Mercè Jariot Garcia – Departament de Pedagogia Aplicada
Treball de Final de Grau (convocatòria de juny de 2026)
Grau en Educació Social

Resum

La transició a la vida adulta del jovent tutelat constitueix un procés especialment complex. A diferència dels seus iguals no tutelats, aquest col·lectiu afronta una emancipació més precoç i accelerada, sovint sense una xarxa de suport estable i en situació de desavantatge en àmbits com l'habitatge, la formació o l'ocupació. En aquest context, als Centres Residencials d'Acció Educativa (CRAE) la preparació per a l'autonomia esdevé un eix central de la intervenció socioeducativa. Tanmateix, la manca de criteris compartits entre centres i professionals genera desigualtats en els processos d'acompanyament i en les oportunitats de desenvolupament de l'autonomia del jovent tutelat.

Davant aquesta realitat, el present treball té com a objectiu contribuir a la construcció d'un marc compartit per a l'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat. Per fer-ho, s'han desenvolupat les *Escales ACT!VA 1.0 d'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada*, un instrument orientat a estructurar i orientar el treball educatiu vinculat a la preparació per a la vida adulta. El disseny de l'eina s'ha elaborat a partir de la revisió bibliogràfica, l'anàlisi d'instruments d'avaluació existents en altres contextos i la incorporació de les aportacions de professionals, experts i del propi jovent tutelat.

El resultat és una primera proposta d'instrument contextualitzat al sistema de protecció català, concebuda com una eina de suport a la presa de decisions educatives i a la planificació dels itineraris d'acompanyament. Així, les *Escales ACT!VA 1.0* estableixen un marc compartit de coneixements, habilitats i competències que contribueix a avançar cap a processos d'intervenció més coherents, equitatius i sistematitzats en la preparació per a l'emancipació.

Resumen

La transición a la vida adulta de la juventud tutelada constituye un proceso especialmente complejo. A diferencia de sus iguales no tutelados, este colectivo afronta una emancipación más precoz y acelerada, a menudo sin una red de apoyo estable y en situación de desventaja en ámbitos como la vivienda, la formación o el empleo. En este contexto, en los Centros Residenciales de Acción Educativa (CRAE) la preparación para la autonomía se convierte en un eje central de la intervención socioeducativa. Sin embargo, la falta de criterios compartidos entre centros y profesionales genera desigualdades en los procesos de acompañamiento y en las oportunidades de desarrollo la autonomía de la juventud tutelada.

Ante esta realidad, el presente trabajo tiene como objetivo contribuir a la construcción de un marco compartido para la evaluación de la autonomía de la juventud tutelada. Para ello, se han desarrollado las *Escalas ACT!VA 1.0 de Evaluación de las Competencias para la Transición a la Vida Adulta de la Juventud Tutelada*, un instrumento orientado a estructurar y orientar el trabajo educativo vinculado a la preparación para la vida adulta. El diseño de la herramienta se ha elaborado a partir de la revisión bibliográfica, el análisis de instrumentos de evaluación existentes en otros contextos y la incorporación de las aportaciones de profesionales, expertos y de la propia juventud tutelada.

El resultado es una primera propuesta de instrumento contextualizada al sistema de protección catalán, concebida como una herramienta de apoyo para la toma de decisiones educativas y la planificación de los itinerarios de acompañamiento. Así, las *Escalas ACT!VA 1.0* establecen un marco compartido de conocimientos, habilidades y competencias que contribuye a avanzar hacia procesos de intervención más coherentes, equitativos y sistematizados en la preparación para la emancipación.

Abstract

The transition to adulthood for young people in care constitutes a particularly complex process. Unlike their peers who are not in care, these young people face an earlier and accelerated transition to independent living, often without a stable support network and while experiencing disadvantages in key areas such as housing, education, and employment. In this context, within Residential Child Care Centres (CRAE), preparation for autonomy becomes a central focus of socio-educational intervention. However, the lack of shared criteria among centres and professionals generates inequalities in support processes and in opportunities for the development of autonomy among young people in care.

In response to this situation, the present study aims to contribute to the development of a shared framework for assessing the autonomy of young people in care. To this end, the *ACT!VA 1.0 Scales for the Assessment of Competencies for the Transition to Adulthood of Young People in Care* were developed as an instrument designed to structure and guide educational work related to preparation for adult life. The design of the tool is based on a literature review, the analysis of existing assessment instruments developed in other contexts, and the incorporation of contributions from professionals, experts, and the young people themselves.

The result is an initial proposal for an assessment instrument contextualised within the Catalan child protection system, conceived as a decision-support tool for educational planning and the design of support pathways. *The ACT!VA 1.0 Scales* establish a shared framework of competencies that contributes to the development of more coherent, equitable, and systematised intervention processes in preparation for the transition to adulthood.

Paraules clau: transició a la vida adulta; emancipació; competències per a l'autonomia; joventut tutelada; Centres Residencials d'Acció Educativa; acolliment residencial; acompanyament socioeducatiu; instruments d'avaluació.

«Es agobiante no saber si podrás estudiar el próximo año».

~ C., 21 anys.[1]

«Cuando estás en el centro todo es color de rosa, no te dicen lo que es la vida».

~ F., 22 anys.[1]

«...no matter where I came from, it matters where I am headed. [...] I can have dreams and goals, like every other person on this planet».

~ Patrice., 20 anys.[2]

«Gràcies a ells, soc on soc».

~ E., 18 anys.[3]

«¿qué pasará en un futuro? Nosotros no sabemos lo que va a pasar [...] bastante miedo, da».

~ J1., 16 anys.

Taula de contingut

2. Objectius 5
3. Contextualització 6
4. Fonamentació teòrica 7
4.1 Àmbit de les relacions socials, comunitàries i xarxa de suport 7
4.2 Àmbit familiar 8
4.3 Àmbit formatiu i trajectòria acadèmica 9
4.4 Àmbit laboral, econòmic i d'inserció sociolaboral 10
4.5 Àmbit d'oci, lleure i participació social 11
4.6 Àmbit de la salut integral i el benestar emocional 12
4.7 Àmbit de l'habitatge i l'autonomia residencial 12
4.8 Processos de transició amb perspectiva de gènere 13
4.9 Acció dels centres residencials per a la preparació de l'autonomia 13
5. PRIMERA FASE. Definició dels àmbits de l'autonomia i valoració del potencial ús de l'escala en desenvolupament 14
5.1 Etapes de la primera fase 15
5.2 Revisió de les eines diagnòstiques de l'autonomia existents 16
5.2.1 Metodologia de la revisió de les eines diagnòstiques 16
5.2.2 Resultats de l'anàlisi de les eines diagnòstiques 16
5.3 Entrevistes amb els agents 19
5.3.1 Metodologia de les entrevistes amb els agents 19
5.3.2 Resultats de l'anàlisi de les entrevistes amb els agents 20
5.4 Triangulació de la informació i presa de decisions per al disseny de l'eina 23
6. SEGONA FASE. Disseny de les Escales ACT!VA 1.0 25
6.1 Etapes de la segona fase 25
6.2 Objectius de les Escales ACT!VA 1.0 26
6.3 Descripció de les Escales ACT!VA 1.0 26
7. Conclusions 27
8. Reflexió personal 29
Referències 31
Annexos A 37
A.1 Escales ACT!VA 1.0 37
A.1.1 Escala ACT!VA-EDU-1.0 37
A.1.2 Escala ACT!VA-JOV-1.0 53
A.2 Descripció i clarificació dels ítems que formen les Escales ACT!VA 1.0 66
A.3 Àmbits, dimensions, subdimensions i indicadors de l'autonomia 88
A.4 Taula resum de les eines diagnòstiques identificades 99
Annexos B 102

1. Introducció i justificació

El procés d'autonomia i transició a la vida adulta del jovent tutelat constitueix un fenomen complex que ha despertat un interès creixent en la recerca socioeducativa en les darreres dècades. A diferència de les persones de la seva mateixa edat no tutelades, aquest col·lectiu afronta una transició significativament més breu, comprimida i accelerada (Atkinson i Hyde, 2019), caracteritzada per una adquisició abrupta de responsabilitats personals, socials i econòmiques al moment d'assolir la majoria d'edat (Sanz, 2023). Aquesta situació es produeix en un context social on l'emancipació juvenil tendeix a ser cada cop més tardana, reversible i fragmentada (Troncoso i Verde-Diego, 2022). Com a resultat, el jovent tutelat es troba en una posició de clar desavantatge estructural, especialment en àmbits clau com l'accés a l'habitatge, al mercat laboral, a la formació i al suport social, elements fonamentals per al desenvolupament d'una autonomia sòlida i sostinguda (Stein, 2006).

En aquest escenari, als Centres Residencials d'Acció Educativa (CRAE) l'acompanyament cap a l'autonomia es configura com un objectiu central de la intervenció socioeducativa. Així doncs, aquesta tasca s'inicia des d'edats primerenques i s'intensifica durant l'adolescència mitjançant intervencions específiques orientades a preparar la desinstitucionalització i l'emancipació.

Aquests processos de transició a la vida adulta s'articulen principalment a través dels Projectes d'Autonomia Personal (PAS), elaborats de manera conjunta en complir els catorze anys per l'adolescent, els professionals del centre (especialment la figura tutora) i les persones referents de l'Equip d'Atenció a la Infància i l'Adolescència (EAIA). En conseqüència, el PAS esdevé clau per preparar la transició a la vida adulta, promovent la participació activa del jovent tutelat en la construcció del seu projecte vital i reconeixent-los com a agents actius del procés.

No obstant això, l'absència d'un marc de referència comú entre els centres catalans pot generar desigualtats significatives tant en l'acompanyament ofert com en les competències que s'hi desenvolupen. En aquest sentit, i tal com ja apuntava el Ministeri de Sanitat, Consum i Benestar Social (2019), és necessari l'establiment de criteris compartits que garanteixin la qualitat i l'accessibilitat dels processos de transició a la vida adulta als centres residencials.

Davant de necessitats similars, en altres contextos s'han desenvolupat eines orientades a avaluar el grau d'autonomia del jovent tutelat i d'altres col·lectius en situació de vulnerabilitat, amb la finalitat d'orientar el treball educatiu vinculat al procés de transició a la vida adulta i la definició dels objectius a assolir (Sitlington et al., 1997).

Tot i que algunes d'aquestes eines han estat traduïdes al castellà, sovint no han estat adequadament contextualitzades ni validades amb la població espanyola, el que en limita notablement l'aplicabilitat (García-Alba et al., 2021). El desenvolupament d'instruments propis en el context català també ha estat molt limitat i, a hores d'ara, no existeix cap eina que ofereixi una visió completa i integrada del conjunt d'habilitats que el jovent tutelat hauria de desenvolupar per afavorir una transició exitosa a la vida adulta. Aquesta situació evidència la necessitat d'una eina sistemàtica que permeti establir criteris comuns sense perdre de vista la diversitat de trajectòries i necessitats individuals.

En resposta a aquesta manca de referents unificats, el present Treball de Fi de Grau (TFG) té com a finalitat contribuir a la construcció d'un marc compartit per a l'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat. Concretament, el treball es planteja tres objectius principals. En primer lloc, **identificar les dimensions rellevants de l'autonomia en el procés de transició a la vida adulta del jovent tutelat**, així com **valorar la viabilitat i el potencial d'aplicació d'una escala d'avaluació en aquest context**, a partir d'una anàlisi

integrada de la literatura, les eines existents i les aportacions dels diferents actors implicats. Posteriorment, **dissenyar una escala d'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat com a eina de suport per a la planificació i orientació de la intervenció socioeducativa en la transició a la vida adulta.**

L'eina resultant són les ***Escales ACT!VA 1.0 d'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada***, dues escales tipus *Likert* que, tot i compartir el contingut dels ítems, es diferencien en la seva formulació segons si van dirigides als professionals (*ACT!VA-EDU-1.0)* o al propi jovent (*ACT!VA-JOV-1.0)*.

L'instrument avalua un total de catorze àmbits de l'autonomia organitzats en quatre grans blocs i es configura com una matriu de coneixements, actituds i habilitats que el jovent tutelat hauria de poder treballar i desenvolupar als centres residencials. En aquest sentit, l'escala respecta la flexibilitat metodològica necessària, atès que recull les competències que cal assolir, però no prescriu com fer-ho. Així, permet que cada centre pugui adaptar els seus mètodes a les necessitats específiques del jovent, combinant una orientació comuna amb una atenció individualitzada que reconeix la singularitat de les trajectòries vitals del col·lectiu.

D'aquesta manera, l'eina proposada no només facilita una avaluació del procés de treball de l'autonomia de cada persona jove, sinó que també contribueix a establir estàndards compartits que promouen una major igualtat d'oportunitats i autonomia per a els adolescents tutelats.

Per assolir els objectius del treball, aquest TFG s'estructura de manera progressiva, des de la contextualització i la diagnosi fins al disseny de l'eina. En primer lloc, s'inclou la introducció i justificació del tema, els objectius, una contextualització del sistema de protecció a Catalunya i una fonamentació teòrica sobre l'autonomia del jovent tutelat i els factors que en condicionen la transició a la vida adulta.

A continuació, es desenvolupa la primer fase del treball, basada en una metodologia qualitativa que integra el marc teòric, la revisió d'eines existents i entrevistes a informants clau. L'anàlisi i triangulació d'aquestes fonts permet identificar les principals dimensions de l'autonomia i les convergències i divergències entre perspectives així com el potencial d'ús d'una eina diagnòstica en aquest context.

La segona fase se centra en el disseny de la proposta, a partir dels resultats de la diagnosi i del marc teòric. S'hi detallen els objectius de l'eina, les seves característiques i el seu procés de construcció.

Finalment, el treball acaba amb les conclusions, on es donen resposta als objectius del i es recullen les aportacions i les línies de futur del projecte.

Addicionalment, als annexos es poden consultar **les escales completes (annex A.1), la descripció dels ítems que les conformen (annex A.2)** i **la divisió del constructe d'autonomia en dimensions, subdimensions i indicadors (annex A.3)**, així com la taula **resum de les característiques de les eines diagnòstiques analitzades (annex A.4).**

2. Objectius

El present TFG té com a finalitat el disseny de les *Escales ACT!VA 1.0* com a marc de referència per orientar i sistematitzar la intervenció socioeducativa en els processos de transició a la vida adulta del jovent tutelat. Aquesta finalitat es concreta en els següents objectius:

Taula 1

Objectius generals i específics de les fases de recerca i disseny de l'escala

	Funció de la fase	Objectius generals	Objectius específics
Primera fase	Identificació de les dimensions de l'autonomia	Identificar les dimensions rellevants de l'autonomia del jovent tutelat per al procés de transició a la vida adulta.	Identificar les necessitats individuals i col·lectives del jovent en relació amb les diverses dimensions de l'autonomia.
			Identificar els elements de convergència i divergència entre les diferents fonts d'informació en relació amb les dimensions de l'autonomia.
			Delimitar les dimensions, subdimensions i indicadors clau de l'autonomia en el procés de transició a la vida adulta.
		Valorar la viabilitat i el potencial d'aplicació de l'escala en el context de l'acompanyament socioeducatiu a la transició a la vida adulta del jovent tutelat.	Analitzar les possibilitats d'aplicació de l'escala en el treball socioeducatiu de transició a la vida adulta amb jovent tutelat.
			Identificar les oportunitats, riscos i limitacions derivats de l'ús de l'escala en aquest context d'intervenció.
Segona fase	Disseny de l'eina diagnòstica	Dissenyar una escala d'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat com a eina de suport per a la planificació i orientació de la intervenció socioeducativa en la transició a la vida adulta.	Establir un marc d'avaluació que permeti valorar el nivell d'autonomia dels joves tutelats en diferents àmbits de la seva vida quotidiana.
			Definir els principals indicadors personals, socials i funcionals relacionats amb el desenvolupament de l'autonomia.
			Establir les fases posteriors per al desenvolupament, aplicació i validació de l'escala d'avaluació.

Nota. Elaboració pròpia.

3. Contextualització

La Convenció de les Nacions Unides sobre els drets de l'infant reconeix el dret dels infants i adolescents a rebre protecció davant qualsevol forma de maltractament, així com la necessitat de garantir mesures d'atenció alternativa quan no poden romandre amb la seva família d'origen perquè aquesta no pot assegurar-ne la protecció. En aquest marc, els sistemes de protecció assumeixen la responsabilitat de vetllar pel benestar d'aquests menors mitjançant diferents mesures de guarda i tutela (Síndic de Greuges de Catalunya [SGC], 2023).

Al febrer de 2026, a Catalunya hi havia 8 724 infants i adolescents amb alguna mesura de protecció que implicava la separació del nucli familiar. Gairebé la meitat (48,4%) tenien entre 15 i 17 anys, convertint aquesta franja en la més representada dins el sistema de protecció català (DGPPIA, 2026).

Tot i que la Llei 14/2010 (LDOIA) i la Llei 26/2015 (LMSPIA) estableixen la preferència de l'acolliment familiar per sobre del residencial, els centres residencials continuen tenint un gran pes dins del circuit de protecció (SGC, 2023).

El 2026, 5 220 menors (un 59,8% de tots els infants i adolescents amb mesura protectora) viuen en centres residencials. Entre els diferents tipus de centres existents, els 127 CRAE d'arreu de Catalunya atenen 2 108 d'aquests menors (un 40,4%), convertint-se en el recurs més habitual (DGPPIA, 2026).

Aquesta tendència és especialment elevada en l'adolescència. Entre els 12 i els 17 anys, la prevalença de l'acolliment residencial s'eleva fins el 73,6%, o el 67,2% si no es tenen en compte els adolescents migrants sols (SGC, 2025).

En l'última dècada s'ha incrementat de manera significativa el nombre de joves que arriben a la majoria d'edat sota tutela. El jovent que fa aquesta transició des de centres residencials sol requerir un suport més intens en el seu procés d'emancipació (SGC, 2025), posant de manifest la necessitat de garantir una transició a la vida adulta en igualtat d'oportunitats.

En conseqüència, la incorporació d'una eina diagnòstica sistemàtica que permeti avaluar de manera estructurada el desenvolupament competencial del jovent tutelat en àmbits clau per a la seva autonomia es presenta com una resposta pertinent. Aquest instrument pot facilitar la detecció precoç de necessitats, orientar la presa de decisions professionals i afavorir una planificació més ajustada dels processos d'acompanyament. Alhora, contribueix a reduir la variabilitat entre centres i a establir criteris comuns d'intervenció, afavorint una major equitat en les oportunitats de desenvolupament dins del sistema de protecció, tot reforçant la coherència i la qualitat de les pràctiques socioeducatives orientades a la transició a la vida adulta.

4. Fonamentació teòrica

La institucionalització en centres residencials té més efectes negatius sobre el desenvolupament cognitiu, emocional i social dels infants i adolescents que l'acolliment familiar; principalment per l'atenció menys personalitzada, la dificultat de crear vincles d'aferrament amb adults de referència, la limitació de l'agència i la presa de decisions en la vida quotidiana, la ruptura amb relacions socials prèvies i l'adaptació a condicions de vida poc normalitzades (SGC, 2023). Aquestes experiències acumulades durant el període de tutela institucional tenen un impacte directe en la manera com el jovent afronta etapes vitals posteriors, especialment el moment de la transició cap a la vida adulta.

En aquest context, el jovent tutelat es veu obligat a iniciar un procés d'emancipació als divuit anys, sovint sense la preparació necessària (Boada i Aznar, 2010) i depenent en molts casos dels serveis públics i dels mecanismes extra familiars per sustentar-se (Bernal et al., 2020).

Aquests factors, juntament amb deficiències educatives i emocionals, situen al jovent tutelat entre els col·lectius més vulnerables en termes d'accés a l'habitatge, al treball i a l'educació superior, aspectes clau per al desenvolupament de l'autonomia (Stein, 2006).

A partir de la literatura existent sobre els processos de transició a la vida adulta del jovent tutelat i extutelat en el context català, es poden identificar i delimitar diversos àmbits d'estudi recurrents en la recerca:

4.1 Àmbit de les relacions socials, comunitàries i xarxa de suport

La transició a la vida adulta està fortament condicionada per la disponibilitat d'una xarxa de suport sòlida i estable. En el cas del jovent tutelat, la manca habitual de suport familiar i social fa especialment important disposar de suports formals i informals, que incrementin les possibilitats d'èxit en l'emancipació i redueixin el risc d'exclusió social i de situacions de vulnerabilitat (Sevillano-Monje, 2022b), oferint suport econòmic, emocional i assessorament (Arnau et al., 2022).

Malgrat la seva importància, diversos estudis indiquen que les seves xarxes de suport són més precàries, inestables i impredictibles que les dels seus iguals (Sulimani-Aidan, 2019, citat a Sanz, 2023). Al projecte CALEAMI, el jovent entrevistat identificava una mitjana de 4,3 persones per a suport emocional i 2,9 per a suport material. Un percentatge rellevant declarava no disposar de cap figura de suport en aquests àmbits o només n'identificava una (Arnau et al., 2022).

La dificultat per establir vincles interpersonals estables agreuja encara més la formació d'aquestes xarxes (Häggman-Laitila et al., 2018, citats a Sanz, 2023), principalment per les dificultats per demanar i acceptar ajuda (Adley i Jupp Kina, citats a Sanz, 2023), les adversitats viscudes durant la infància (Lanctôt, 2020, citat a Sanz, 2023) i la inestabilitat pròpia del sistema de protecció (Tobolowsky et al., citats a Sanz 2023), destacant-ne els canvis de localitat associats als trasllats de recurs residencial (Arnau et al., 2022).

Pel que fa a la composició de les xarxes de suport del col·lectiu, diversos estudis apunten que les principals figures són la família, les amistats i els educadors (Martin et al., 2020, citats a Sanz, 2023), mentre que en menor mesura també hi apareixen la comunitat religiosa, la família d'acollida i la parella, especialment en el cas de les noies (Stephens i Aparicio, 2017, citats a Sanz, 2023). Tanmateix, la construcció de relacions de parella estables suposa una dificultat per a aquest jovent, que presenta menys estabilitat relacional i més ruptures que els seus iguals no tutelats (Cameron et al., 2018) A més, una part significativa del jovent extutelat que es troba en una relació de parella reporta situacions de violència en aquest àmbit, sovint bidireccional, associades en alguns casos a experiències prèvies de violència o negligència en el sistema de protecció (Katz et al., 2017, citats a Sanz, 2023).

D'altra banda, tot i que la família constitueix un dels principals suports, una part significativa del jovent no disposa d'una xarxa familiar propera: el 35,7 % no té cap progenitor resident a Catalunya i el 48 % no hi té cap familiar (Arnau et al., 2022).

Pel que fa a les amistats, s'ha observat que el col·lectiu presenta més exclusió en l'àmbit escolar que els seus iguals no tutelats, però una integració més similar en activitats de lleure, cosa que apunta a un millor funcionament en contextos informals (Martín et al., 2008).

Sent la manca de capital social una de les principals debilitats d'aquest col·lectiu, resulta indispensable que les institucions responsables de la seva educació assumeixin aquest rol tradicionalment atribuït a la família (Turró i Cortes, 2004; Ward, 2011) i promoguin el desenvolupament de l'autoestima, les habilitats socials i la pertinença a xarxes de suport social, factors clau per a l'èxit en la transició a la vida adulta (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2019).

Per aconseguir-ho, l'experiència als centres de protecció pot esdevenir un espai relacional significatiu. Una part rellevant dels joves afirma haver adquirit aprenentatges importants durant aquest període, especialment en autoestima i suport social, i en menor mesura en autonomia i autocontrol (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2019) i la majoria descriuen relacions bones o molt bones amb els iguals i les figures educadores dins el centre (Arnau et al., 2022).

4.2 Àmbit familiar

El procés de transició a la vida adulta del jovent ha esdevingut progressivament més complex, no lineal i reversible, allunyant-se del model tradicional basat en una seqüència ordenada d'estudis, treball i independència (Solsona i Noguera, 2018).

En el context espanyol, marcat per la precarització del mercat laboral i un fort model familiarista, la família actua com a principal mecanisme de suport durant la transició a la vida adulta, amortint la inestabilitat laboral i evitant situacions de pobresa o exclusió (Flaquer, 2004). Aquest suport facilita la construcció d'itineraris vitals més estables i la gestió de transicions complexes. Tanmateix, aquesta centralitat posa de manifest una desigualtat estructural, on el jovent extutelat afronta aquests processos sense xarxes familiars de protecció que els sustentin (Guerreiro i Abrantes, 2005).

Diversos estudis indiquen que, en el període previ a la transició a la vida adulta, s'intensifica el contacte del jovent amb la família d'origen. Tanmateix, aquesta no sempre constitueix una font de suport i pot esdevenir un factor de risc si es converteix en el principal recurs durant la transició, especialment quan s'ignoren dinàmiques familiars conflictives. Davant d'aquesta realitat, diversos autors apunten la necessitat d'intensificar el treball amb les famílies abans d'iniciar el procés de transició (Fernández-Simo i Cid, 2018).

No obstant això, la literatura mostra resultats divergents pel que fa al paper de la família durant aquesta etapa. Mentre alguns estudis indiquen que, per a una part significativa del jovent, la família continua sent una font de suport, tot i que sovint insuficient (Blakeslee i Best, 2019), d'altres evidencien relacions familiars deteriorades que dificulten el procés de transició (Fernandez et al., 2017). Tanmateix, algunes recerques assenyalen que aquestes relacions poden millorar amb el temps (Refaeli, 2020, citat a Sanz, 2023). En conjunt, el contacte del jovent extutelat amb la família biològica durant la transició es caracteritza per una elevada variabilitat (Pryce et al., 2017, citats a Sanz, 2023).

4.3 Àmbit formatiu i trajectòria acadèmica

L'educació constitueix un factor determinant per a la integració social, la transició a la vida adulta, la inserció laboral i el benestar. La seva absència es considera un indicador significatiu de vulnerabilitat (Mínguez et al., 2012), en tant que limita les oportunitats de construir trajectòries laborals satisfactòries i d'assolir una autonomia exitosa, especialment en el jovent extutelat (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2021).

Malgrat el paper clau de la formació acadèmica en l'èxit del procés d'emancipació, el nivell formatiu del jovent tutelat és significativament inferior al de la població general, bretxa s'amplia progressivament a mesura que s'avança en el sistema educatiu reglat (Arnau et al., 2022).

Figura 1

Nivell d'estudis assolit pel jovent tutelat participant al Projecte CALEAMI

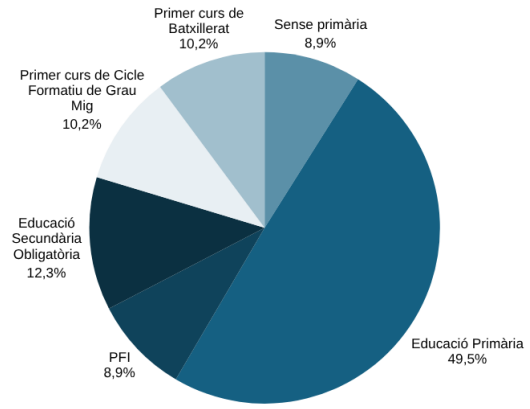
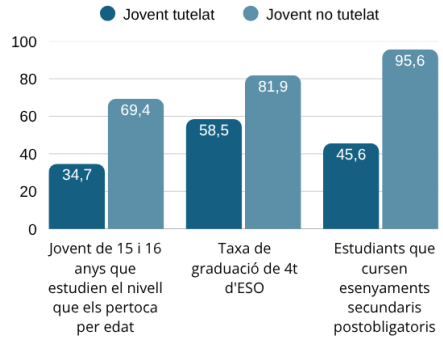


Figura 2

Comparació dels indicadors de nivell educatiu entre jovent tutelat i no tutelat



Nota. Adaptat de "La preparación para la autonomía de las personas jóvenes tuteladas: resultados preliminares del proyecto CALEAMI [Preprint]", per L. Arnau, J. Sala i C. Sanz, a M. Melendro, J. Miguelena, Á. De-Juanas, P. Dávila i L.M. Naya (Eds.), *El tránsito a la vida adulta de jóvenes de sistemas de protección y jóvenes vulnerables* (1a ed., pp.27-40), 2022, Dyckinson. Llicència no especificada.

Nota. Adaptat de *L'educació dels infants i adolescents en el sistema de protecció: Un problema o una oportunitat?* (pp.23-171), per C.M. Boada, F.C. Aznar i M.B. Izquierdo, 2015, Documenta Universitaria. S.L., Copyright 2015 per els autors.

És rellevant destacar que un 52,7% del jovent tutelat ha passat per tres o més centres escolars al llarg de la seva escolaritat obligatòria i un 19,6% per cinc o més, fet que contribueix a la desconnexió i dificultats en la continuïtat educativa (Arnau et al., 2022). L'èxit educatiu també varia segons el tipus d'acolliment, sent significativament inferior en els centres residencials en comparació amb les acollides en família, tant en la graduació a l'ESO com en la continuïtat cap a estudis postobligatoris i universitaris (SGC, 2023).

Les ruptures educatives derivades dels canvis d'escola en assumir la tutela; la manca de coordinació entre serveis i centres educatius; o l'absència de respostes específiques a les necessitats del jovent per part del professorat i dels equips psicopedagògics (amb només el 51% dels adolescents rebent algun tipus de suport específic); són alguns dels condicionants del sistema de protecció i el sistema educatiu que contribueixen a agreujar les dificultats educatives d'aquest col·lectiu (SGC, 2023).

Addicionalment, mesures disciplinàries sovint desproporcionades, l'estigmatització dins dels centres escolars, la derivació a itineraris o unitats especials, la baixa implicació dels professionals dels centres (sovint per saturació de tasques) i les condicions materials inadequades, com habitacions compartides o manca d'espais d'estudi, també impacten negativament en la qualitat del procés educatiu (SGC, 2023).

Tot i que el col·lectiu percep que la tutela els ofereix oportunitats educatives que no tindrien en el seu entorn familiar, el desinternament als divuit anys esdevé també un factor que incrementa l'abandonament escolar, atès que la pèrdua de suport econòmic i la necessitat d'abandonar el centre afavoreixen la priorització de la recerca d'ocupació o l'elecció d'itineraris formatius més curts que permetin una incorporació més ràpida al mercat laboral. D'aquesta manera, es consolida un cercle de vulnerabilitat educativa i laboral (Jariot et al., 2015; Dietrich-Ragon, 2020).

Les condicions personals, familiars i institucionals expliquen el baix rendiment acadèmic del jovent tutelat, caracteritzat per alts nivells de repetició, absentisme i abandonament escolar prematur, així com per dificultats socioemocionals vinculades a trajectòries vitals complexes, fet que contribueix a la reproducció de desigualtats educatives. Tanmateix, aquests efectes poden mitigar-se mitjançant un suport escolar adequat i serveis d'orientació específics (SGC, 2023). En aquest sentit, la intervenció educativa ha d'incloure el desenvolupament d'habilitats socials i comunicatives, el reforç de la resiliència i la identitat personal, així com la promoció de la motivació i d'aspiracions realistes mitjançant programes individualitzats, amb els objectius educatius com a eix central del sistema de protecció (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2021). No obstant això, la complexitat de les situacions de desprotecció fa que sovint la intervenció se centri en l'adaptació al recurs i la recuperació emocional, relegant altres accions educatives (SGC, 2023).

4.4 Àmbit laboral, econòmic i d'inserció sociolaboral

En conjunt, el jovent extutelat presenta nivells elevats d'atur, subocupació i inestabilitat laboral (de la Herrán et al., 2008), així com ingressos per sota del llindar de pobresa i, en alguns casos, situacions de sensellarisme (Dixon, 2007). Quan accedeix al mercat de treball ho fa sovint amb ingressos inferiors als dels seus iguals (Gypen et al., 2017).

Així, la majoria dels llocs de treball que ocupen (73,2%) no requereixen qualificació professional i són de baixa remuneració, mentre que només una petita part correspon a ocupacions de qualificació mitjana (5,6%) o superior (2,8%). La discontinuïtat laboral és habitual, amb alta mobilitat i un 28,6% de jovent que manifesta insatisfacció, agreujada per la temporalitat i els prejudicis dels ocupadors (Jariot et al., 2015). En aquesta línia, la durada dels contractes sol ser reduïda, ja que el 59,4% treballa menys d'un any i el 43,8% no arriba als tres mesos, amb una inserció que depèn majoritàriament de contactes personals i només de manera puntual d'entitats d'inserció o de la recerca directa de feina (Arnau et al., 2022).

Tot i que el nivell educatiu és un factor clau per a l'estabilitat laboral (amb les persones joves més formades presentant entre dues i tres vegades menys risc d'atur), la formació no garanteix per si sola una ocupació adequada, especialment en el context espanyol (Mínguez et al., 2012). Per això, es consideren necessaris programes que facilitin l'accés a la primera feina i el desenvolupament de competències d'ocupabilitat, així com superar barreres específiques com el permís de treball en el cas de joves migrants sols (Arnau et al., 2022).

Diversos estudis indiquen que la inserció laboral del jovent extutelat millora amb experiències formatives, el desenvolupament de competències professionals i programes de suport a la transició a la vida adulta, així com amb pràctiques o voluntariat, que afavoreixen l'accés a ocupació i el desenvolupament de xarxes. També s'hi associen millors resultats laborals quan es treballen prèviament la resiliència, l'autoestima i les aspiracions realistes (Fernández et al., 2015; Sanz, 2023).

4.5 Àmbit d'oci, lleure i participació social

La participació del jovent en activitats de lleure organitzades afavoreix el desenvolupament de competències personals i socials, incrementa la xarxa de suport, l'autoestima, el sentiment de pertinença i el compromís socials, i s'associa amb més autonomia i menor estrès, factors clau per a una transició exitosa. També influeix positivament en el rendiment acadèmic, important predictor de l'ocupabilitat (Ramos et al., 2012).

En aquest sentit, les activitats estructurades com el voluntariat tenen un impacte especialment positiu, ja que contribueixen al desenvolupament competencial (Foro Europeo de la Juventud, 2012), l'adquisició d'experiència professional i la reflexió identitària, augmentant fins a un 27% les probabilitats d'ocupació (Fernández et al., 2015).

Per contra, la manca de participació en aquest tipus d'activitats s'associa amb més riscos conductuals, problemes de salut mental, menor rendiment acadèmic i conductes de risc (Bartko i Eccles, 2003).

En conseqüència, les activitats de lleure educatiu esdevenen una font rellevant d'oportunitats per al desenvolupament personal i social d'infants i adolescents. Aquestes activitats formen part de la vida quotidiana de qualsevol infant que viu amb la seva família i, per tant, són igualment necessàries per als infants i adolescents que resideixen en centres. A més, poden, afavorir la seva integració en els diversos contextos socials, incrementar la participació comunitària i facilitar l'establiment de vincles socials (SGC, 2023).

4.6 Àmbit de la salut integral i el benestar emocional

Diversos estudis indiquen que el jovent que ha passat pel sistema de protecció presenta més problemes de salut mental i trastorns psiquiàtrics que la resta de la població jove. S'estima que entre un 12% i un15 % abandona el sistema amb problemes emocionals derivats de les seves trajectòries vitals i que al voltant del 60% manifesta algun trastorn psiquiàtric, com depressió, fòbia social o TDAH. La depressió i el TEPT són més freqüents entre les noies, mentre que l'abús de substàncies ho és entre els nois (Gypen et al., 2017).

Cal tenir en compte que la joventut és una etapa clau en la qual es poden consolidar conductes que afecten negativament la salut, com el consum de tabac, alcohol o drogues, així com les relacions sexuals no segures (Piko, 2006). A més, les desigualtats socials i les circumstàncies econòmiques influeixen de manera significativa en la salut de la població jove (Mínguez et al., 2012).

En aquest sentit, factors com els conflictes familiars o les dificultats en l'àmbit educatiu (especialment les preocupacions pel rendiment acadèmic o l'abandonament escolar) contribueixen al deteriorament de la salut psicològica (Mínguez et al., 2012). Igualment, s'ha observat que les persones joves ocupades presenten un millor estat de salut que aquelles que es troben en situació d'atur, i que viure de manera independent s'associa amb nivells més elevats de satisfacció vital (Mochón et al., 2011).

4.7 Àmbit de l'habitatge i l'autonomia residencial

Les necessitats de la joventut extutelada en relació amb l'accés a l'habitatge són similars a les de la resta del jovent però afegint-hi obstacles que en dificulten encara més el procés d'emancipació (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2019). Entre aquests factors destaquen la manca de suport familiar i l'assumpció precoç de responsabilitats adultes (Comasòlivas et al., 2018).

En alguns casos, les dificultats per assolir una vida autònoma fan que el jovent acabi retornant a la família biològica (McCoy et al., 2008). En el context català, s'estima que aproximadament un terç retorna amb la família, un altre terç accedeix a pisos assistits i el terç restant viu de manera independent, tot i que amb freqüents canvis d'allotjament que evidencien la inestabilitat de l'emancipació i l'accés a l'habitatge (Jariot et al., 2015).

La majoria del jovent manifesta interès per accedir a programes d'habitatge, amb l'objectiu d'evitar situacions de sensellarisme i perquè perceben que aquests recursos els proporcionen suport en el procés de preparació per a la inserció en el mercat laboral. També valoren el menor cost econòmic que els permet estalviar, continuar o finalitzar els estudis i desenvolupar competències d'autonomia, alhora que evita el retorn a la família biològica i afavorir una major estabilitat. En canvi, els qui no hi volen accedir solen argumentar el desig de tornar amb la família, evitar el control institucional o prioritzar la vida independent (Arnau et al., 2022).

No obstant això, l'accés a aquests recursos d'habitatge està condicionat al compliment de determinats requisits, com nivells d'autonomia suficients o l'absència de problemàtiques greus de salut mental o discapacitat (amb l'excepció dels recursos específics per a aquests casos), fet que pot excloure alguns joves que no compleixen plenament aquests criteris (Sanz i Sevillano-Monje, 2022a). A això s'hi afegeix la manca de places disponibles, que constitueix una barrera d'accés rellevant (Benomar i Pàmies, 2022).

Treballar i estudiar, disposar de suport social i ampliar el suport educatiu més enllà de la majoria d'edat es configuren com alguns dels principals factors protectors en relació amb

l'accés a l'habitatge i amb els processos d'emancipació de la joventut extutelada (Dietrich-Ragon, 2020).

4.8 Processos de transició amb perspectiva de gènere

Les trajectòries vitals del jovent tutelat són heterogènies, amb diferències rellevants en les dificultats i oportunitats que afronten (Cameron et al., 2018). En aquest context, les noies tutelades presenten una major probabilitat de situacions de vulnerabilitat que els nois (Sevillano-Monje, 2022b).

No obstant, les noies tutelades també mostren, de mitjana, uns nivells d'èxit educatiu superiors als dels nois tutelats (Crawford et al., 2018), una tendència compartida per les seves iguals no tutelades, tot i que en una proporció més elevada (Mínguez et al., 2012). Tanmateix, aquesta trajectòria educativa més positiva no es tradueix necessàriament en una millor inserció laboral, ja que el percentatge de noies tutelades que no treballen és superior al dels nois tutelats (Jariot et al., 2015).

Tot i que l'accés a una ocupació afavoreix la confiança en la possibilitat d'assolir la independència econòmica (Davis, 2007), moltes noies extutelades presenten trajectòries laborals interrompudes per dificultats vinculades a les relacions de parella i a la maternitat, fet que les porta sovint a abandonar de manera involuntària el mercat de treball. En aquest sentit, cal destacar que un 30,4% de les noies extutelades són mares a edats molt primerenques (Jariot et al., 2015). Aquest fet està estretament relacionat amb el nivell educatiu: En el cas de les dones, a mesura que augmenta el nivell formatiu, disminueix de manera més marcada que en els homes el percentatge de dones emancipades. Així, les dones amb nivells educatius baixos tendeixen a emancipar-se abans per formar una parella o una família, mentre que aquelles amb estudis superiors solen prolongar l'estada a la llar familiar per continuar la seva formació (Mínguez et al., 2012). Aquesta possibilitat, però, sovint no està a l'abast de les noies tutelades.

A més a més, les noies tutelades tendeixen a viure en parella en una proporció més elevada que els nois (Jariot et al., 2015), reproduint així una dinàmica similar a la de les seves iguals no tutelades. Diversos autors assenyalen que les dones joves s'emancipen abans que els homes, principalment a través de la constitució d'una parella i d'una família (López Blasco, 2008). Aquesta emancipació anticipada no respon necessàriament a una major demanda d'autonomia personal, sinó a una valoració més elevada de la formació de la família, fins i tot en contextos d'inestabilitat i precarietat laboral (Mínguez et al., 2012).

4.9 Acció dels centres residencials per a la preparació de l'autonomia

L'acompanyament que ofereixen els professionals dels CRAE és essencial per donar resposta a les necessitats bàsiques, millorar la seva situació personal i social, i preparar al jovent per a la transició a la vida adulta (Sevillano-Monje, 2022b). De fet, una preparació per la vida adulta als centres residencials s'associa amb millors resultats durant la transició (Crous et al., 2021, citats a Sanz, 2023).

No obstant això, s'han detectat diversos factors poden dificultar aquesta preparació. Entre aquests destaquen la manca de coordinació entre professionals de diferents recursos (Morton, 2017, citat a Sanz, 2023), la inestabilitat dels itineraris d'alguns joves, la mobilitat professional i la dificultat dels professionals per equilibrar protecció i autonomia (Hiles et al., 2014, citats a Sanz, 2023).

A la Comunitat de Madrid, la majoria del jovent extutelat que havia participat en programes de transició a la vida adulta en valorava positivament l'impacte, especialment pel que fa a la continuïtat dels estudis, la inserció laboral i l'adquisició d'hàbits positius. També assenyalaven millores en la gestió econòmica, les relacions socials i el benestar personal, així com en competències com l'autoestima, la independència i la presa de decisions, mentre que l'aprenentatge de tasques domèstiques havia estat molt minoritari (Goig Martínez i Martínez-Sánchez, 2019).

Tot i que no hi ha dades públiques que analitzin de manera detallada les accions de preparació a l'autonomia en l'àmbit català, l'any 2015 es va constatar una baixa implementació d'aquest tipus d'intervencions. Entre les més habituals, tot i que només en un 27,7 % dels centres, destacava l'orientació i el suport a la inserció sociolaboral. En molts casos, però, no es disposava d'informació, no existia una planificació clara o no es desenvolupava cap acció específica. Entre les pràctiques existents sobresortien el suport en la recerca de feina, l'elaboració de currículums i l'acompanyament en processos de selecció, així com el treball de competències personals i laborals bàsiques (Jariot et al., 2015).

Diversos professionals assenyalen la necessitat de reforçar el treball educatiu dins els centres i prolongar els programes més enllà del cessament de la tutela per afavorir una preparació real per a l'autonomia, anticipant les necessitats de la desinstitucionalització i adoptant una perspectiva relacional que enforteixi les habilitats socials i el vincle amb l'entorn com a factor protector. També es destaca la importància de la formació dels professionals en la gestió del trauma i el suport emocional, així com la necessitat d'un acompanyament socioeducatiu integral i individualitzat que treballi competències de vida independent, orientació formativa i laboral i suport emocional, utilitzant espais educatius i el vincle amb els professionals com a element clau de la intervenció (Sanz i Sevillano-Monje, 2022b).

5. PRIMERA FASE. Definició dels àmbits de l'autonomia i valoració del potencial ús de l'escala en desenvolupament

Un cop realitzada la fonamentació teòrica, que ha permès establir una primera aproximació als principals àmbits de l'autonomia rellevants per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat, es disposa d'un marc conceptual inicial que n'orienta l'anàlisi. Aquest marc constitueix el punt de partida del procés de construcció de l'escala, però no es considera suficient per delimitar de manera operativa les dimensions de l'autonomia que hi han d'aparèixer.

En aquest sentit, s'inicia la Fase 1 del projecte que s'articula al voltant de dos objectius interrelacionats.

En primer lloc, aquesta fase té com a finalitat **consolidar, contrastar i ampliar la identificació inicial dels àmbits d'autonomia**, mitjançant un procés d'anàlisi basat en la triangulació de fonts d'informació. Aquest procés ha inclòs la identificació dels àmbits d'autonomia operativitzats a les eines diagnòstiques, així com l'anàlisi de les seves dimensions i indicadors, fet que ha permès comprendre com es conceptualitza i s'operativitza l'autonomia en instruments existents i detectar-ne coincidències, absències i variacions en la definició dels seus components. Posteriorment, aquests àmbits s'han contrastat amb els identificats en la fonamentació teòrica i, finalment, la informació s'ha validat mitjançant entrevistes amb agents clau, que han aportat una perspectiva contextual i aplicada de la pràctica professional, permetent matisar i contextualitzar els resultats a partir de l'experiència dels implicats.

En segon lloc, aquesta fase incorpora la **valoració del potencial ús de l'escala en desenvolupament**, amb l'objectiu d'analitzar-ne les possibilitats d'aplicació en el context d'intervenció amb jovent tutelat, així com d'identificar els riscos, limitacions i oportunitats derivats del seu ús. Aquesta valoració s'ha sustentat en la triangulació de les mateixes fonts d'anàlisi, contrastant la informació extreta de les entrevistes amb agents clau locals amb la recollida a partir de les eines diagnòstiques existents.

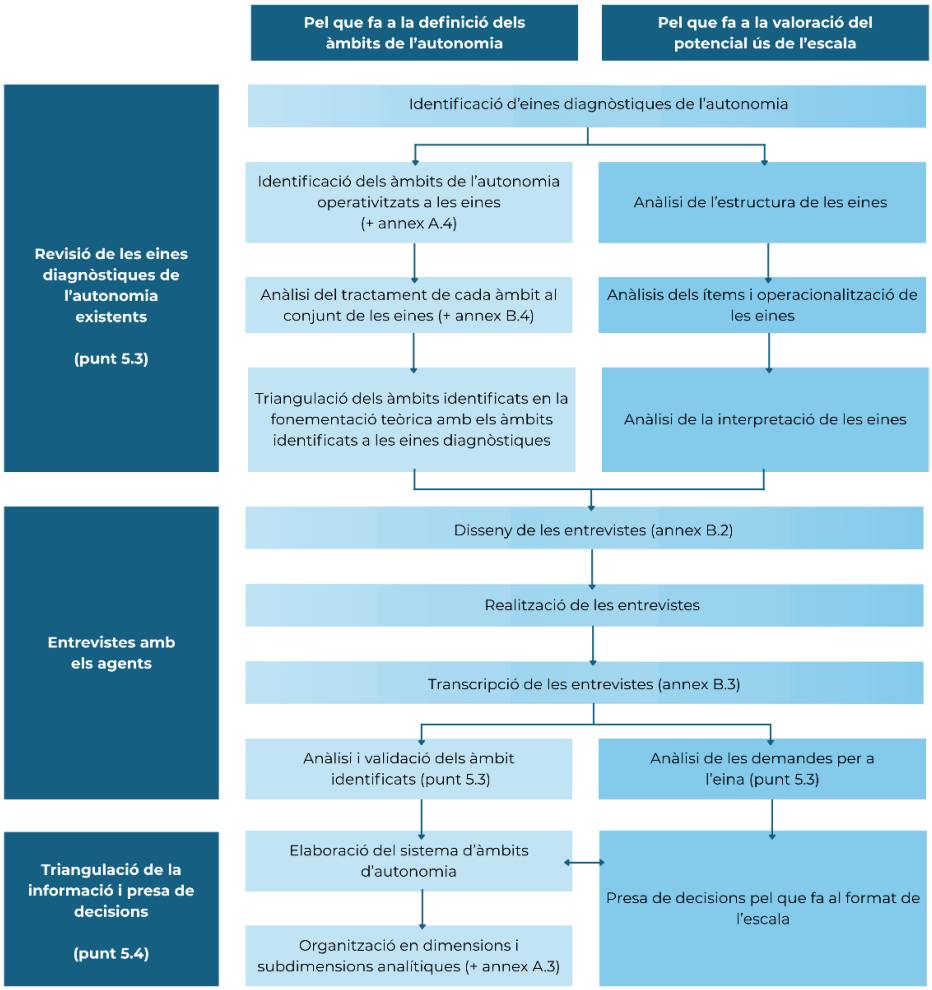
5.1 Etapes de la primera fase

Les dues finalitats de la fase s'han estructurat en tres etapes diferenciades: l'anàlisi de les eines identificades (1), la realització i anàlisi de les entrevistes (2), i la triangulació de tota la informació recollida (3). Tot i aquesta estructuració, diversos dels passos s'han desenvolupat de manera paral·lela.

A continuació es presenta el procés d'aquesta fase de manera esquemàtica i lineal amb la finalitat de facilitar-ne la comprensió. Tanmateix, en la pràctica, el seu desenvolupament no va seguir una seqüència estrictament lineal, sinó que diverses etapes es van dur a terme simultàniament i es van produir revisions, retrocessos i reformulacions a mesura que avançava el procés. Cal tenir present, a més, que l'esquema recull únicament els passos principals vinculats directament a aquesta fase, tot i que durant el desenvolupament del treball s'han dut a terme altres tasques complementàries pròpies de la redacció d'un TFG.

Figura 3

Etapes de la Fase 1 pel que fa a la definició dels àmbits de l'autonomia i la valoració del potencial ús de l'escala i ubicació d'aquests continguts al cos del treball



Nota. Elaboració pròpia.

5.2 Revisió de les eines diagnòstiques de l'autonomia existents

5.2.1 Metodologia de la revisió de les eines diagnòstiques

A partir de *toolkits* elaborats per ONG que recopilen recursos per a l'avaluació de l'autonomia i d'altres dimensions relacionades amb joves tutelats, extutelats o en situació de vulnerabilitat, així com mitjançant la cerca bibliogràfica i la cerca aprofundida a internet, s'han localitzat diverses eines diagnòstiques de l'autonomia.

Un cop identificades, se n'ha realitzat una lectura preliminar que ha permès descriure'n les principals característiques, com ara l'any i el país de publicació, el col·lectiu específic al qual s'adrecen, la metodologia d'aplicació i els procediments de validació dels resultats obtinguts. Aquesta primera anàlisi també ha permès realitzar una primera llista d'àmbits de l'autonomia identificats a través del sinstruments.

Posteriorment, s'ha dut a terme una anàlisi específica de cadascuna de les eines per determinar quins àmbits d'autonomia aborda. Tota aquesta informació s'ha sintetitzat en una taula resum disponible a l'annex A.4.

A continuació, s'ha analitzat el tractament de cadascun dels àmbits d'autonomia en el conjunt de les escales identificades. Aquesta informació es pot consultar detalladament a l'annex B.4.

L'apartat següent exposa de manera sintètica la informació recollida al llarg d'aquest procés, incloent-hi les eines identificades, les seves característiques metodològiques, l'estructura de les eines, l'operacionalització dels àmbits d'autonomia a través dels seus ítems i els criteris d'interpretació dels resultats.

5.2.2 Resultats de l'anàlisi de les eines diagnòstiques

Finalment s'han identificat 20 eines diagnòstiques orientades a avaluar el grau d'autonomia assolit per infants, adolescents i persones joves (vegeu Annex A.4). Algunes d'aquestes eines s'adrecen al jovent en general, mentre que d'altres estan específicament dissenyades per a col·lectius concrets, com ara joves que han passat pel sistema de protecció a la infància o, en major mesura, joves amb discapacitat.

Aquest conjunt d'eines s'emmarca en el concepte d'avaluació de la transició, definit com:

> ...un procés continu de recollida de dades sobre les necessitats, preferències i interessos de la persona, en relació amb les exigències dels entorns actuals i futurs de treball, educació, vida quotidiana i vida personal i social. Les dades d'avaluació serveixen com a fil conductor en el procés de transició i constitueixen la base per definir els objectius i els serveis que s'han d'incloure en el Programa Educatiu Individualitzat. (Sitlington et al., 1997, pp.70-71)

Pel que fa a les característiques de les eines identificades, la majoria es basaven en qüestionaris autoadministrats per les pròpies persones joves o en instruments concebuts per ser aplicats per familiars o professionals mitjançant observació directa. Només una minoria incorporava avaluacions que combinaven múltiples instruments o informants, i en un nombre rellevant de casos la metodologia d'aplicació no es trobava clarament definida.

La majoria d'eines utilitzaven escales amb ítems de tipus *Likert* basats en variables ordinals semiquantitatives, que mesuraven el grau d'acord, la freqüència de conductes o el nivell de suport necessari en relació amb diferents habilitats o competències. Aquesta estructura permetia captar matisos en l'avaluació de competències i necessitats, generant dades ordinals útils per analitzar tendències generals i comparar nivells entre grups.

En aquest marc, el NSTTAC (2009) establia una classificació de les eines d'avaluació en dos grans tipus. D'una banda, les avaluacions formals, instruments estandarditzats amb evidència empírica de fiabilitat i validesa i amb suport en revisions independents, que eren poc freqüents i sovint molt específics, amb un fort component psicomètric. D'altra banda, les avaluacions informals, majoritàries, que no disposaven de mesures formals de fiabilitat i validesa i que implicaven un major grau de subjectivitat en la seva aplicació. Per aquest motiu, recomanava que aquestes darreres s'utilitzessin de manera repetida i amb diferents informants per reforçar-ne la consistència i la validesa.

Seguint aquesta classificació, García-Alba et al. (2021), assenyalaven que les mesures estandarditzades en l'àmbit la preparació per a la vida independent continuen sent minoritàries a escala internacional, i especialment en el context espanyol. Tot i que algunes eines que compleixen aquests criteris han estat traduïdes de l'anglès al castellà, com l'*Ansell-Casey Life Skills Assessment* (Casey Family Programs, 2022), sovint no han estat adequadament contextualitzades ni validades amb població espanyola.

De fet, la majoria de les eines identificades provenen del context nord-americà, mentre que només una part minoritària correspon a l'àmbit espanyol o australià, si bé aquesta distribució està condicionada per les limitacions lingüístiques de la cerca. Pel que fa a l'autoria, predominen les organitzacions no governamentals i projectes socials, seguides del sector públic i les universitats, amb la possibilitat que existissin altres instruments d'ús intern no publicats.

Entre les eines d'avaluació de l'autonomia destaca l'*Ansell-Casey Life Skills Assessment* (Casey Family Programs, 2022), un instrument internacional de referència desenvolupat amb la participació de joves extutelats, famílies d'acollida i professionals, que ha servit de base per a altres eines com ara l'*Independent Living Skills: A Checklist for Young People in Care* (New South Wales Government, 2025) elaborada pel govern australià. En la mateixa línia, FosterClub i FosteringConnections (2010) van elaborar una guia per a joves en situació de *foster care* amb qüestionaris orientats a la planificació i valoració integral de la transició a la vida adulta.

En el context espanyol, sobresurten les Escalas PLANEA: *Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección* (García-Alba i Del Valle, 2022), validades però limitades en extensió i concebudes com a suport d'un programa formatiu més ampli. L'instrument inclou dues escales amb els mateixos ítems, una d'autoadministrada pels joves i una altra completada pels educadors. També destaca l'Escala ARC-INICO (Verdugo Alonso et al., 2022), centrada en l'autodeterminació de la població amb discapacitat, però amb dimensions rellevants per a l'autonomia i ítems coincidents amb els d'altres instruments específics per al col·lectiu tutelat.

Addicionalment, s'han identificat dos instruments rellevants als quals no s'ha pogut accedir: la *Transition Readiness Scale 3.0* (Independent Living Resources, 2018), considerada un referent en l'avaluació dels processos de transició de joves en acolliment familiar als Estats Units, i l'*Escala de Autonomía en el Tránsito a la Vida Adulta* (EDATVA) (Bernal-Romero et al., 2023), adreçada al jovent d'entre 16 i 21 anys i validada tant en el context espanyol com en el colombià.

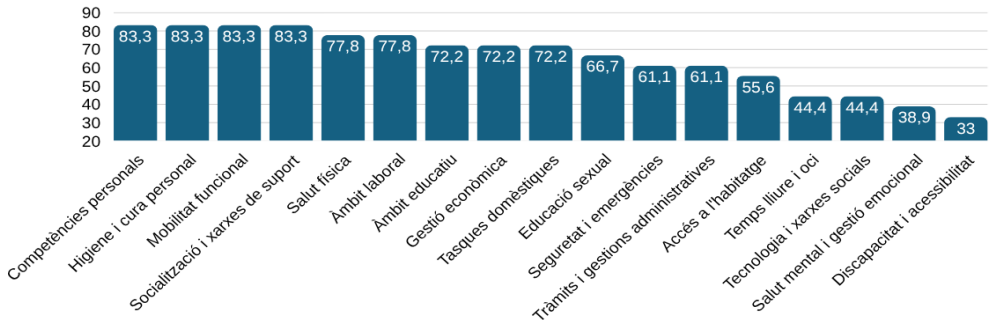
La resta d'instruments identificats no estan específicament dissenyats per a joves amb experiència en el sistema de protecció, sinó que s'adrecen a població juvenil general, amb o sense discapacitat, principalment en el context nord-americà. Tanmateix, aquestes eines continuen sent rellevants des d'un punt de vista analític i metodològic. D'una banda, permeten identificar dimensions clau de l'autonomia que són transferibles entre poblacions. De l'altra, ofereixen models d'operacionalització i estructuració dels constructes que poden ser adaptats o contextualitzats per a col·lectius específics. En aquest sentit, l'ús d'eines no específiques pot contribuir a enriquir la comprensió global del

concepte d'autonomia i a complementar l'avaluació en contextos on els instruments específics són escassos i limitats.

Entre el conjunt de les eines analitzades s'han identificat disset àmbits recurrents, fet que posa de manifest la naturalesa multidimensional del concepte d'autonomia en el procés de transició a la vida adulta.

Figura 4

Presència dels àmbits identificats en les eines d'avaluació analitzades



Nota. Elaboració pròpia.

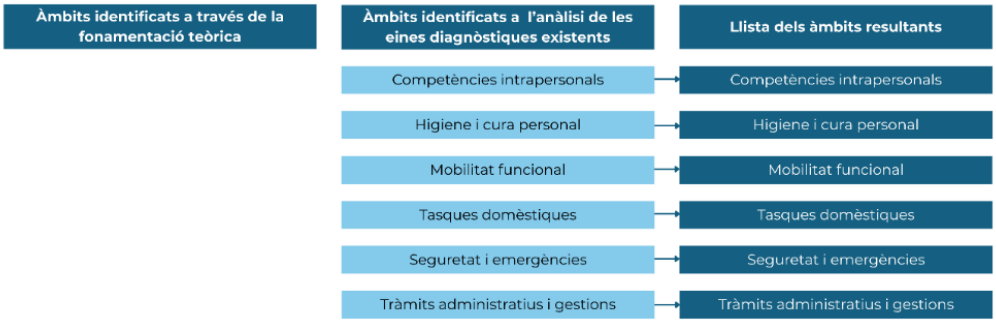
Els àmbits identificats en les eines d'avaluació mostren una priorització clara de les competències bàsiques necessàries per a l'autonomia quotidiana, especialment les competències personals, l'autocura, la mobilitat funcional i les xarxes socials de suport, que configuren el nucli del funcionament autònom. També tenen un pes destacat les dimensions vinculades a la inserció laboral, la salut física i la gestió pràctica de la vida independent, com l'economia i les tasques domèstiques, així com altres àmbits com l'educació, la seguretat o els tràmits administratius, que reforcen la capacitat d'autogestió en la vida adulta. En canvi, dimensions com la salut mental, el temps lliure, la tecnologia o l'accés a l'habitatge tenen una presència menor malgrat la seva rellevància pels processos de transició, el que suggereix que han tingut un pes més limitat en el disseny dels instruments analitzats. Quan hi apareixen, sovint ho fan amb simplicitat o assistencialisme.

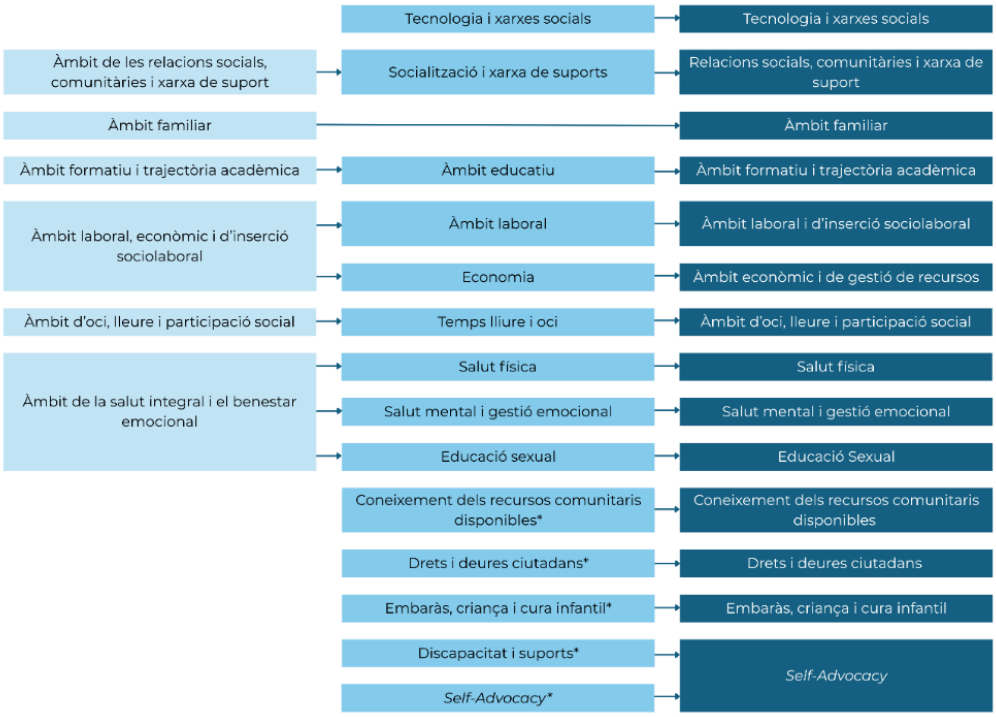
Algunes eines incorporen també aspectes complementaris com el coneixement dels recursos sociocomunitaris, rellevants per a la integració social o el treball d'unes futures les competències parentals. Els components de cada àmbit identificat poden ser consultat a l'annex B.4.

Un cop identificats els àmbits amb més presència en les eines analitzades, aquests s'han contrastat amb els àmbits identificats a través de la fonamentació teòrica. Aquest procés ha permès elaborar una llista més completa i integrada dels àmbits a operativitzar en la construcció de l'escala, la qual serà validada posteriorment mitjançant les entrevistes.

Figura 5

Diagrama de Sankey de l'evolució dels àmbits de l'autonomia durant la primera fase de treball





Nota. Elaboració pròpia. Els àmbits marcats amb un asterisc no formen part dels àmbits més freqüentment operativitzats en les eines analitzades; tanmateix, tot i aparèixer només en algunes d'aquestes eines, s'han considerat prou rellevants per al col·lectiu com per ser inclosos a la llista d'àmbits resultants.

5.3 Entrevistes amb els agents

Amb l'objectiu, d'una banda, de validar i contextualitzar la triangulació dels àmbits de l'autonomia elaborada a partir de la fonamentació teòrica i de l'anàlisi de les eines existents i, de l'altra, de valorar el potencial ús de l'escala en desenvolupament, es duen a terme diverses entrevistes amb agents clau. Aquestes entrevistes permeten aprofundir tant en la pertinència i adequació dels àmbits identificats com en les possibilitats d'aplicació de l'escala en el context d'intervenció amb jovent tutelat, així com identificar els possibles riscos, limitacions i oportunitats derivats del seu ús.

5.3.1 Metodologia de les entrevistes amb els agents

La tècnica utilitzada ha estat l'entrevista semiestructurada amb una mostra formada per tres perfils de participants amb l'objectiu d'incorporar una diversitat d'experiències i perspectives sobre el fenomen, atenent les diferents posicions des de les quals s'hi intervé. Es tracta d'una mostra no probabilística de tipus intencional, constituïda per persones amb experiència directa en l'àmbit i seleccionades segons criteris d'accessibilitat

La mostra es va configurar progressivament fins a assolir un nivell suficient de saturació de la informació, tenint en compte les limitacions temporals pròpies d'un treball de fi de grau. Finalment, ha inclòs una professional amb experiència en CRAE i CA, que actualment treballa en un pis residencial per a joves extutelats (P1) així com amb la participació de dues joves tutelades en procés de preparació per a la vida adulta (J1 i J2) i amb Josefina Sala, actual directora del grup de recerca IARS, (amb una àmplia trajectòria de publicacions sobre la infància i joventut tutelada i extutelada). Els diferents centres representats s'ubiquen a la província de Barcelona per qüestions d'accessibilitat a la mostra.

La diversitat de perfils participants ha requerit l'elaboració de tres guions d'entrevista diferenciats (vegeu annex B.2), adaptats a les característiques, experiències i rols específics

de cada col·lectiu. Tot i aquesta adaptació, s'ha mantingut una estructura comuna que permet garantir la comparabilitat de la informació recollida entre els diferents perfils.

Les entrevistes han estat individuals, amb una durada aproximada d'entre quinze minuts i una hora. Per qüestions de disponibilitat, dues s'han realitzat en format online i dues de manera presencial, en espais adaptats a les possibilitats i preferències dels participants per garantir un entorn còmode i segur. Durant el procés s'han pres notes de camp i totes les entrevistes han estat enregistrades en àudio per fer-ne transcripcions íntegres (vegeu annex B.3), que constitueixen la base del material analitzable.

Així, l'anàlisi de les dades s'ha basat en dues fonts principals: les notes preses durant les entrevistes i les transcripcions completes. El tractament de la informació s'ha realitzat mitjançant una anàlisi temàtica, basada en la codificació i l'agrupació en les categories corresponents als àmbits i dimensions de l'autonomia. Aquest procediment segueix la mateixa lògica utilitzada en l'anàlisi dels instruments diagnòstics, amb l'objectiu d'identificar patrons recurrents i aportacions rellevants per al disseny de l'eina.

Per garantir l'anonimat dels participants, s'ha assignat un identificador codificat a joves i professionals, complementat amb un codi alfanumèric per facilitar-ne la identificació durant l'anàlisi (vegeu taula 2). En el cas dels experts, tot i tractar-se d'un perfil amb projecció pública en l'àmbit professional, s'ha deixat a criteri seu la decisió de ser identificada o mantenir l'anonimat, en funció de la pertinència segons el context i la naturalesa de la informació aportada.

Taula 2

Identificador i codis alfanumèrics dels participants finals de la recerca

Identificador	Codis alfanumèrics
Jove 1	J1
Jove 2	J2
Professional 1	P1
Josefina Sala Roca (Experta 1)	-

Nota. Elaboració pròpia.

Així mateix, tots els participants majors d'edat han signat el model de consentiment informat de la UAB CER023-00. En el cas dels menors d'edat, s'ha obtingut el consentiment dels seus tutors legals mitjançant el model CER024-00, així com l'assentiment informat dels mateixos menors (CER025-00). Els models es poden consultar a l'annex B.1.

5.3.2 Resultats de l'anàlisi de les entrevistes amb els agents

Les entrevistes realitzades confirmen les mancances i desigualtats existents en el treball de l'autonomia als CRAE com joves que fa gairebé dos anys que resideixen en un centre i estan a punt de complir els 17 anys no saben ni si tenen un PAS: *«No lo sé. [...] Quizás sí. O sea, quizás sí porque lo he trabajado un poco con mi tutora, pero ahora no lo sé porque ahora lo hacemos como todo conjunto»* (J1, l.60).

Tal com assenyala Josefina Sala (l.287), *«[...] hi ha centres que li fan el PEI [al jovent]. I [el jovent] no en saben mai res del PEI, ni que tinguin més edat, és igual no en sap res. D'altres que diuen "no, nosaltres els hi donem per llegir el PEI i ja està". D'altres que els diuen "tu seu aquí, llegeix-te'l i signa'l". D'altres que no, que el PEI sortia de la conversa que havien fet l'educador amb el jove»,* document també essencial pel treball de l'autonomia Aquestes diferències evidencien la manca de criteris compartits en un document clau per al desenvolupament de l'autonomia.

Aquesta situació s'estén fins i tot als serveis específics de transició a l'autonomia, com els serveis residencials posttutelars, des d'on els professionals assenyalen que continuen sense disposar de guies o orientacions clares sobre com treballar-la (P1, l.26). Com afirma Sala (l.48): *«...aquí tenim un hàndicap molt bèstia. A vegades he dit a la gent de la DGPPIA que aquí s'hauria de marcar més però... algú m'havia dit que "ja vam posar en el projecte marc de centres que a partir dels 14 anys s'havia de treballar". Però no heu dit exactament què i com. I aquí cal fer feina».*

La mateixa experta exposa que hi ha molts coneixements que es donen per fet als CRAE però que la pobresa d'aquest entorn residencial no permet adquirir *«És pobre perquè això, no et permet... No veus què passa quan vas a comprar, no veus què passa... És pobre. I aquestes coses que no se'ls passa pel cap. Aquestes coses que surten a la vida, és informació informal que surt a les converses que tu no n'ets consscient. I que tots aprenem en base a tot això» (l.206).* Per aquest motiu, defensa la necessitat de fer visibles aquests aprenentatges i de dotar el procés d'un suport estructurat, fins al punt de reclamar *«un llibre de text»* (Sala, l.612) que orienti el treball de l'autonomia als CRAE.

Si no es treballa aquesta autonomia, les conseqüències es fan evidents en l'arribada als serveis posttutelars: *«Venen amb una manca d'autonomia completament. Les nenes que venen de CRAE i els nens, no saben posar la rentadora, no saben cuinar... I ells mateixos ho diuen, diuen: "les educadores m'ho feien [...]. Ens posaven la rentadora, teníem cuinera, no saben netejar...". [...] Has de començar [a treballar amb ells] des de zero. Però zero, zero, perquè no tenen cap base»* (J1, l.51). En aquest context, la mateixa professional subratlla la necessitat de treballar perquè adquireixin una «*perspectiva global de tot el que el que els envolta perquè [el jovent] pugui afrontar la realitat*» (l.98).

Les expertes i professionals entrevistades han validat els àmbits identificats. De fet, abans de presentar-los la llista, Sala ja n'havia assenyalat diversos com a especialment rellevants per a la transició a la vida adulta.

Malgrat la validació dels àmbits identificats, s'han plantejat alguns ajustos terminològics. En concret, s'ha proposat el canvi de denominació de les "competències intrapersonals", ja que poden generar confusió en incloure aspectes vinculats a les relacions socials, així com la reformulació de l'àmbit d'educació sexual cap a "afectivosexual", amb l'objectiu d'incorporar explícitament el component afectiu de les relacions. En aquest sentit, s'argumenta que *«...també hi ha una part que és afectiva, i és que una de les grans dificultats jo crec, quan ets jove, i possiblement a totes les edats»* (Sala, l.215).

Entre els àmbits considerats més rellevants destaquen les tasques domèstiques, especialment l'alimentació saludable i assequible (Sala, l.346), així com la neteja i la bugada (P1, l.151). De fet, el coneixement de les tasques de la llar apareix com un dels elements amb què la J1 (l.36) defineix l'autonomia: *«Ser autónoma, ser independiente, bueno, por lo menos para mí es como que... que te enseñe toda una parte... aprender todo lo que hay que pasar en la vida [...] cómo hacer una lavadora, cómo poner un lavavajillas, algunos productos de limpieza, algunos productos del supermercado... que vayas tú como.... que todo esto te vaya alguien diciendo que lo vayas haciendo a tu ritmo, pero tú siendo consciente de que lo vas a hacer tú sola en un futuro, que no vas a tener a alguien detrás, ¿sabes?».*

En aquesta línia, la mateixa jove descriu algunes de les activitats treballades al CRAE, com ara «*Una lista de la limpieza de toda la casa*» (J1, l.76), i «*listes de supermercats, quin és més barat... Cada un tenia un supermercat i tenia que buscar equis productes*» (J1, l.74), mentre que la J2 també destaca processos similars: «*Te enseñan, no sé, a limpiarte los zapatos, limpiarte la ropa... pues empezar a tener un seguimiento y ser capaz de hacerlo tú misma sin que nadie esté atrás tuyo*» (l.41).

La gestió econòmica també s'ha assenyalat com un àmbit especialment rellevant, amb especial èmfasi en la comprensió de les factures, els riscos associats als préstecs ràpids i el coneixement i aplicació de mecanismes d'estalvi, així com la cerca d'habitatge. En aquest marc, la J1 (l.38) expressa la necessitat de conèixer la diferència entre els diversos tipus de lloguer. De fet, el conjunt de coneixements administratius i de gestió ha estat mencionat reiteradament per totes les entrevistades com un component clau de l'autonomia.

Si bé Sala considera que la higiene i la cura personal és un àmbit força assolit entre el jovent amb diversos anys d'institucionalització, també assenyala la necessitat d'avaluar-lo igualment a l'escala. En aquest punt coincideix amb la P1 (l.144), que descriu situacions com: *«Molts nens no saben com utilitzar ni el desodorant. I si fan pudor a les aixelles, pensen que amb colònia ja poden»,* i destaca la importància de la cura personal tant per a la convivència com per a la inserció laboral.

Encara que en l'àmbit de la salut física no s'ha aprofundit massa, s'ha destacat el risc que comporta el consum de drogues en el procés d'emancipació (Sala, l.504). Pel que fa a la salut mental, Sala explica (l.578) que una part significativa del jovent extutelat demana orientació i recursos específics en aquest àmbit en acabar les entrevistes del projecte CALEAMI. Dins la gestió emocional, s'ha posat un èmfasi especial en la capacitat de gestionar l'espera (Sala, l.393 i J1, l.87) i la solitud.

Entre les competències personals més destacades apareixen la capacitat de planificació, tant del dia a dia com del projecte vital (Sala, l.103), l'anàlisi de pros i contres enfront de la immediatesa (Sala, l.115) i la iniciativa (P1, l.110), així com la capacitat de demanar ajuda (P1, l.137), l'organització (J2, l.44), la responsabilitat enfront les tasques (J1, l.41 i J2, l.42) i la capacitat de no ajornar les tasques pendents (J2, l.97).

Aquestes habilitats són també especialment rellevants en l'àmbit laboral, on es destaca la necessitat de saber com cercar feina (P1, l.83), el coneixement dels drets i deures laborals (Sala, l.195) i la gestió de l'estrès de la feina (J1, l.124).

Pel que fa a la relació amb les famílies, Sala destaca la necessitat no només de posar límits i d'identificar possibles situacions d'aprofitament, especialment quan el jovent rep la prestació econòmica per a persones extutelades (l.190), sinó també de reconèixer què pot aportar cada membre familiar, ja sigui consell, suport, ajuda econòmica o afecte (l.191).

Les competències parentals, presents només en una minoria de les eines, han estat identificades com a fonamentals tenint en compte que una part significativa d'aquest jovent no ha disposat de referents positius (Sala, l.82) i cal fer-los interioritzar nocions de parentalitat positiva (Sala, l.258). Tot i que es reconeix que els CRAE potser no són el recurs més adequat per treballar aquest àmbit (l.81), es considera especialment rellevant garantir-hi l'accés del conjunt de jovent tutelat, especialment si es té en compte que la taxa de desemparament dels fills de persones extutelades és més elevada que la de la població general (Mertz i Andersen, 2017).

S'ha destacat també la necessitat de saber identificar signes de maltractament i conèixer on acudir en aquests casos (Sala, l.579), així com el paper de la xarxa social en el procés de transició.

Les persones entrevistades han validat la utilitat i practicitat d'una escala d'avaluació de l'autonomia en el context del treball socioeducatiu amb jovent tutelat, tot i que han assenyalat diverses condicions necessàries per afavorir-ne una aplicació funcional i ajustada a la realitat dels centres. Entre aquestes, destaquen la necessitat que l'eina sigui aterrada (Sala, l.126), així com la importància de garantir la claredat i concreció tant dels ítems com dels criteris d'aplicació (P1, l.272), la flexibilitat del seu ús (P1, l.265) i la incorporació d'una perspectiva evolutiva (Sala, l.509).

Les professionals també han remarcat que l'escala hauria de ser visual (P1, l.272), pràctica i àgil (P1, l.318), i capaç d'integrar la diversitat de perfils presents als centres residencials (migrant, autòcton, etc.) (P1, l.272). En relació amb això, davant d'una proposta inicial d'ítems, han expressat preocupació pel fet que el llenguatge pugui no ser comprensible per a part del jovent, especialment el migrant (P1, l.300), aspecte que evidencia la necessitat d'adaptar l'eina als diferents destinataris i que obre la possibilitat de desdoblar l'escala en dues versions: una orientada a professionals i una altra adaptada al jovent com ja han fet diverses de les escales analitzades. Així mateix, s'ha insistit que no sigui excessivament extensa (P1, l.319), ja que això podria dificultar-ne l'ús quotidià; per aquest motiu, s'ha considerat la possibilitat d'unificar àmbits, almenys a nivell funcional (P1, l.289).

Igualment, s'ha demanat que els ítems siguin el més objectius possible per reduir el risc que la subjectivitat del moment distorsioni les respostes (Sala, l.540). En aquest sentit, s'argumenta: «*Sempre contestes el mateix en un qüestionari? Però si et dius, soc molt autònom o poc autònom, aquí és que un dia et lleves i et veus i ets més optimista i un altre dia ets [...] menys optimista. [...] Però com més objectives siguin les preguntes, millor*». Aquesta consideració posa de manifest la importància de formular indicadors observables i concrets que afavoreixin una valoració més consistent de les competències d'autonomia.

Finalment, també s'ha assenyalat que molts d'aquests coneixements, habilitats i competències poden, i haurien de, començar a treballar-se abans dels 14 anys (Sala, l.322). En aquesta línia, la tutora legal i directora del CRAR on resideixen les dues noies entrevistades, abans de les entrevistes, apunta: «*S'ha d'entendre que l'autonomia no és només demanar hora al metge o fer no sé què, que és la responsabilitat i organització que hi ha al darrere*». Aquesta mirada amplia la comprensió de l'autonomia més enllà de les habilitats funcionals i reforça la necessitat que l'escala incorpori dimensions vinculades a la responsabilitat, l'organització personal i els processos maduratius.

5.4 Triangulació de la informació i presa de decisions per al disseny de l'eina

Les entrevistes han validat els àmbits derivats de la fonamentació teòrica i de l'anàlisi de les eines identificades, incorporant-hi, això sí, matisos terminològics.

Així mateix, s'han unificat diversos àmbits d'acord amb les propostes recollides a les entrevistes per tal de fer l'eina més manejable, mentre que d'altres s'han redistribuït entre diferents blocs. En concret, l'àmbit *Tràmits i gestions* s'ha repartit entre la resta d'àmbits. Una part significativa de *Tecnologia i xarxes socials* s'ha integrat dins de *Seguretat personal, domèstica i digital*, mentre que altres ítems s'han incorporat a *Trajectòria formativa i laboral*. En aquest sentit, també s'ha unificar els àmbits *Formació i trajectòria acadèmica* i *Trajectòria laboral i inserció sociolaboral* atesa la seva estreta relació, interrelació i similitud dels ítems en les eines analitzades. De manera similar, els àmbits *Coneixement dels recursos comunitaris disponibles*, *Drets i deures ciutadans* i *Self-Advocacy* s'han integrat en un únic bloc per criteris de coherència funcional.

Igualment, s'han unificat els àmbits *Relacions socials, comunitàries i xarxa de suport* i *Àmbit familiar*, ja que bona part dels ítems d'aquest darrer són específics de les relacions socials en l'àmbit familiar. Alguns ítems addicionals de les relacions socials s'han redistribuït en altres blocs quan feien referència a la identificació de xarxes de suport per a necessitats concretes (com el suport econòmic).

Tots aquests canvis es recullen a la Taula 3, que agrupa els àmbits originals a validar a les entrevistes, els ítems finals reorganitzats funcionalment i la seva classificació en quatre grans blocs per facilitar-ne la seva organització.

La taula també recull la denominació de cada àmbit en la versió destinada al jovent, un cop s'ha decidit desdoblar l'escala per facilitar-ne la comprensió i fer-la més accessible, tal com s'havia proposat a les entrevistes.

Taula 3

Evolució dels àmbits identificats

Àmbits a validar	Àmbits finals unificats (per a professionals)	Àmbits finals unificats (per al jovent)	Blocs de classificació dels àmbits finals
Competències intrapersonals	Competències intrapersonals, executives i d'autodeterminació	El teu pilot intern	Autonomia personal "Jo com a persona"
Higiene i cura personal	Salut física, higiene i cura personal	Cuidar-me per dins i per fora	
Salut física			
Salut mental i gestió emocional	Regulació emocional i salut mental	Entendre'm per dins	
Seguretat i emergències	Seguretat personal, domèstica i digital	Evitar embolics (i saber desenredar-los)	
Tecnologia i xarxes socials			
Mobilitat funcional	Autonomia en la mobilitat i ús de recursos de desplaçament	Voltar pel món	
Àmbit econòmic i de gestió de recursos	Gestió econòmica personal i administració de recursos	Sobreviure amb diners (i no morir en l'intent)	Autonomia domèstica "Jo al dia a dia"
Accés de l'habitatge i l'autonomia residencial	Accés, manteniment i autonomia en l'habitatge	Buscant el meu niu	
Tasques domèstiques	Gestió de la llar i habilitats de vida domèstica	Mantenir el niu net i la panxa plena	
Relacions socials, comunitàries i xarxa de suport	Competències socio-relacionals i xarxa de suport social	El meu cercle	Autonomia social, comunitària i ciutadana "Jo amb els altres"
Àmbit familiar			
Àmbit d'oci, lleure i participació social	Participació en activitats d'oci, lleure i vida comunitària	Desconnectar i viure la vida	
Coneixement dels recursos comunitaris disponibles	Competència cívica i participació ciutadana	El meu lloc al món	
Drets i deures ciutadans			
"Self-Advocacy"			
Àmbit formatiu i trajectòria acadèmica	Trajectòria formativa i laboral	Cap on vaig?	Projecte vital "Jo com a adult"
Àmbit laboral i d'inserció sociolaboral			
Educació Sexual	Relacions afectives i salut sexual	Relacions i embolics emocionals	
Embaràs, criança i cura infantil	Competències de parentalitat i cura infantil	Cuidar a algú petit	
Tràmits administratius i gestions	Tràmits i gestions repartides en el seu corresponent àmbit.		

Nota. Elaboració pròpia.

Si bé alguns ítems mencionats a les entrevistes no es trobaven representats en les escales identificades, s'ha decidit incorporar-los per afavorir la pertinència, contextualització i millora de l'eina.

Un cop identificats els àmbits finals a incorporar a l'escala, aquests s'han desglossat en dimensions, subdimensions i indicadors (vegeu annex A.3). Paral·lelament, a l'annex A.2 es presenta la correspondència entre aquests elements, els ítems finals de l'escala i les fonts que n'han inspirat el contingut. Cal destacar que els ítems han estat redactats específicament per a les *Escales ACT!VA* a partir de la revisió de la literatura i dels instruments analitzats; per tant, no constitueixen una reproducció literal dels ítems originals. En aquest procés, alguns ítems procedents de les fonts consultades s'han reformulat, desagregat en diversos ítems o integrat en un de sol, amb l'objectiu d'adequar-los a l'estructura conceptual i als objectius de l'escala desenvolupada.

6. SEGONA FASE. Disseny de les Escales ACT!VA 1.0

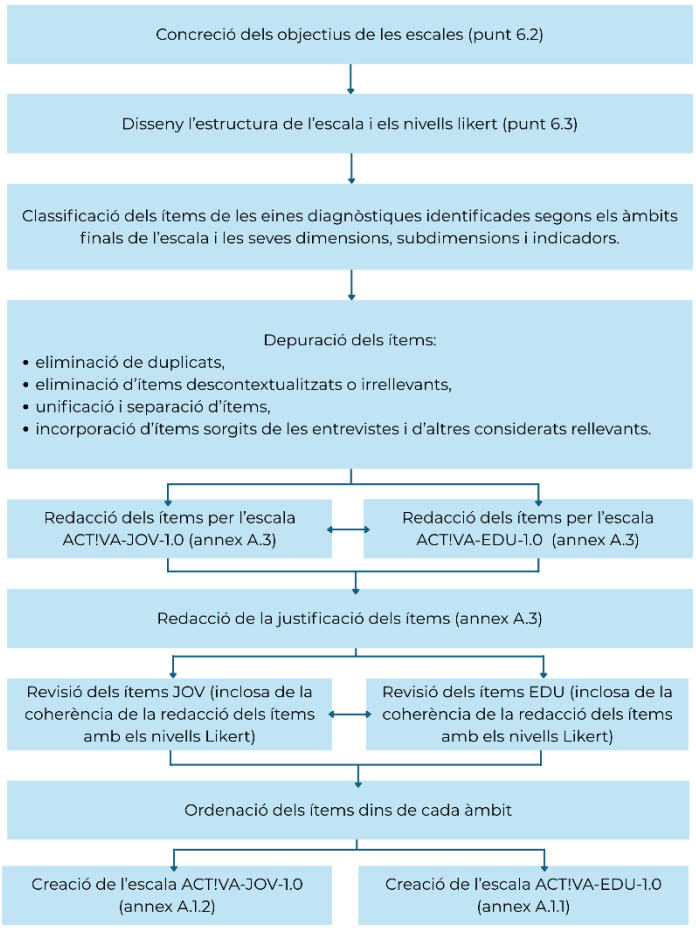
Un cop identificats els àmbits de l'autonomia i els seus components (dimensions, subdimensions i indicadors), i un cop preses les decisions relatives al format de l'escala a partir de l'anàlisi de les eines diagnòstiques i de les entrevistes amb els agents clau, s'inicia la segona fase del procés: el disseny i la construcció de les escales.

6.1 Etapes de la segona fase

Com en la fase anterior, el procés es presenta de manera esquemàtica i lineal per facilitar-ne la comprensió, tot i que el desenvolupament real va incloure fases paral·leles, revisions i reformulacions. L'esquema recull únicament els passos principals vinculats a la creació de l'eina al marge d'altres passes pròpies de la redacció del present treball.

Taula 4

Etapes de la segona fase



Nota. Elaboració pròpia.

6.2 Objectius de les Escales ACT!VA 1.0

A continuació es presenten els objectius de les Escales ACT!VA 1.0, organitzats segons els seus àmbits d'aplicació i finalitat. D'una banda, s'inclouen els orientats al treball i avaluació del procés d'autonomia del jovent tutelat en CRAE en la transició a la vida adulta. De l'altra, els vinculats al nivell institucional, centrats en la coherència, equitat i sistematització de l'acompanyament socioeducatiu. Aquesta estructura reflecteix el doble vessant de l'eina: el suport al treball individualitzat i el seu ús com a referent compartit en la intervenció professional.

Taula 5

Objectius de les Escales ACT!VA 1.0 pel que fa al treball de l'autonomia de cada jove i a l'acompanyament socioeducatiu ofert des dels CRAE

Pel que fa a	Objectiu general	Objectiu específic
Al treball de l'autonomia de cada jove	Orientar el treball del procés d'autonomia del jovent tutelat resident en centres residencials d'acció educativa en el marc de la preparació per la transició a la vida adulta.	Identificar les necessitats, capacitats i àrees de millora del jovent tutelat en relació amb el desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta als CRAE.
		Promoure la participació activa del jovent tutelat en el seu procés d'autonomia per a la transició a la vida adulta als CRAE.
		Facilitar la presa de decisions socioeducatives basada en dades en relació amb el desenvolupament de l'autonomia del jovent tutelat per a la transició a la vida adulta als CRAE.
		Avaluar el grau d'assoliment de les competències necessàries per al desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat als CRAE.
A l'acompanyament socioeducatiu ofert des dels CRAE	Garantir la coherència i l'equitat en l'acompanyament socioeducatiu del jovent tutelat en el desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta als centres residencials d'acció educativa.	Definir un marc compartit de competències, coneixements i actituds necessaris per al desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat als CRAE.
		Establir criteris comuns d'avaluació entre centres i professionals en relació amb el desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat en CRAE.
		Estructurar el procés de desenvolupament de l'autonomia per a la transició a la vida adulta de manera sistemàtica i integral als CRAE.

Nota. Elaboració pròpia.

6.3 Descripció de les Escales ACT!VA 1.0

Les *Escales ACT!VA 1.0 d'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada* avaluen el grau d'assoliment dels coneixements i competències necessàries per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat, especialment en el context dels CRAE. L'instrument consta de d'ítems distribuïts en catorze categories i agrupades en quatre blocs, amb l'objectiu de facilitar-ne l'organització i aplicació.

Aquestes escales han estat dissenyades específicament per al jovent tutelat en CRAE, atès que parteixen de les necessitats i contextos propis d'aquest recurs. En conseqüència, la

seva aplicació s'ha d'entendre en relació amb aquest entorn concret de protecció i acompanyament.

La seva administració està prevista de manera principal a partir dels catorze anys i fins a l'arribada a la majoria d'edat, tot i que moltes de les competències i coneixements inclosos poden ser avaluats en edats inferiors o superiors, sempre sota criteri professional i valorant-ne la pertinència en cada cas.

L'*Escala ACT!VA-JOV-1.0* utilitza el propi jovent com a font d'informació per a l'avaluació, afavorint així el protagonisme de la persona jove en el seu procés avaluatiu i promovent l'autoconeixement i l'autodeterminació (Alonso et al., 2014). Paral·lelament, L'*Escala ACT!VA-EDU-1.0* recull la perspectiva dels professionals que acompanyen el jovent en el seu dia a dia, permetent complementar l'avaluació amb una mirada externa i, quan cal, contrastar o enriquir l'autoinforme. Aquesta escala inclou també els ítems que té el jovent per tal de facilitar-ne la comparació i anàlisi.

Malgrat la disponibilitat d'una escala específica per a professionals, es considera fonamental que aquestes eines s'utilitzin per donar veu i protagonisme al jovent, convertint-los en agents actius de la seva avaluació, del seu progrés i del seu procés de preparació per a la vida adulta. Aquest enfocament, en sí mateix, constitueix una forma de preparació per a la vida autònoma (Alonso et al., 2014).

Les *Escales ACT!VA 1.0* proporcionen informació sobre el nivell global de preparació per a la vida adulta del jovent tutelat, alhora que permeten desglossar aquest nivell en àrees específiques de coneixement i competència. Això facilita la identificació tant de fortaleses com d'àrees de millora, i orienta la intervenció educativa en el marc de la preparació per a la vida adulta.

Un cop validat l'instrument, es preveu que aporti informació útil per a: la determinació del nivell de preparació a la vida adulta, el seguiment del progrés individual al llarg del temps, la comparació entre grups (dins i fora del centre) i la planificació dels PAS. En aquest sentit, esdevé una eina orientada a la millora de la intervenció i al foment de l'autoconeixement i l'autonomia del jovent.

Les escales s'han desenvolupat seguint un model Likert de quatre nivells amb doble formulació d'ítems, diferenciant entre la dimensió de coneixement i la dimensió competencial.

Taula 6

Nivells de les Escales ACT!VA

Número	Descripció coneixement	Descripció competencial
1	Molt	Sempre
2	Prou	Sovint
3	Poc	A vegades
4	Gens	Mai
N/A	No aplicable o no correspon (N/A)	No aplicable o no correspon (N/A)

Nota. Elaboració pròpia.

7. Conclusions

La preparació per a la vida adulta als CRAE continua sent un procés heterogeni i desigual. Aquesta variabilitat en les pràctiques d'acompanyament genera desigualtats en les oportunitats de desenvolupament del jovent tutelat, especialment en un context en què la transició a la vida adulta d'aquest col·lectiu es caracteritza per una major complexitat i vulnerabilitat en comparació amb els seus iguals no tutelats (Arnau et al., 2022).

Davant d'aquesta realitat, el present TFG ha tingut com a objectiu identificar les dimensions rellevants de l'autonomia del jovent tutelat vinculades al procés de transició a la vida adulta, així com explorar la viabilitat i el potencial de l'ús d'una escala d'avaluació com a eina de suport en l'acompanyament socioeducatiu a l'emancipació. A partir d'aquestes aportacions, s'ha dissenyat una escala d'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat orientada a facilitar la planificació i l'orientació de la intervenció socioeducativa. Aquest instrument pretén no només orientar i estructurar el treball educatiu vinculat al desenvolupament de l'autonomia, sinó també constituir una matriu sistematitzada de coneixements, habilitats i competències que afavoreixi la coherència i l'equitat en l'acompanyament socioeducatiu del jovent tutelat, reduint la variabilitat derivada de pràctiques professionals dispars.

Per assolir aquests objectius, s'ha combinat la revisió i fonamentació teòrica amb l'anàlisi d'instruments d'avaluació de l'autonomia ja existents en altres contextos nacionals i internacionals. Paral·lelament, s'han incorporat aportacions qualitatives derivades d'entrevistes amb agents clau del territori, incloent-hi professionals, experts en l'àmbit socioeducatiu i el propi jovent. Aquest procés ha permès contextualitzar i adaptar el coneixement existent a la realitat específica del jovent tutelat del nostre entorn, facilitant el disseny de les *Escales ACT!VA 1.0.*

Tanmateix, aquest TFG constitueix únicament una primera fase en el desenvolupament de l'instrument. En aquest sentit, una de les primeres passes necessàries serà dur a terme un procés rigorós de validació de l'instrument, incorporant les modificacions que es considerin pertinents.

Cal assenyalar, a més, que el nombre limitat d'entrevistes realitzades en el marc d'aquest treball ha condicionat l'abast i la diversitat de perspectives recollides durant el procés de disseny de l'escala. Tot i que les aportacions obtingudes han estat de gran valor per a la construcció inicial de l'instrument, una mostra més àmplia hauria permès contrastar i enriquir encara més els continguts incorporats. Per aquest motiu, el procés de validació hauria d'implicar una mostra més extensa i diversa de professionals, jovent tutelat i extutelat i persones expertes, amb l'objectiu d'ampliar i contrastar la mirada sobre l'eina, incorporant també contextos de fora de la província de Barcelona i afavorint el diàleg entre els diferents agents implicats. Aquesta validació serà imprescindible per garantir la fiabilitat, la validesa i l'adequació pràctica de l'instrument.

Pel que fa al disseny de la implementació, aquest haurà de ser coherent amb els resultats obtinguts durant el procés de validació. A partir de la informació recollida fins al moment, s'entreveu un instrument flexible i adaptable a la pràctica educativa quotidiana, sense pautes rígides ni una periodicitat d'ús preestablerta, sinó al servei del criteri professional i de les necessitats específiques de cada procés educatiu. En aquest sentit, es planteja la seva integració dins del marc del PAS com a recurs de suport per orientar i fer seguiment del desenvolupament de l'autonomia del jovent tutelat en CRAE.

Tot i la necessitat de continuar aprofundint abans de concretar-ne definitivament l'aplicació, es contemplen dues possibles modalitats d'ús. D'una banda, una aplicació conjunta entre la persona tutora i la persona jove, en una mateixa sessió i sobre un únic instrument, amb respostes i comentaris compartits en temps real. Aquesta modalitat podria afavorir la construcció d'una valoració consensuada, la resolució immediata de dubtes i la vinculació dels ítems amb situacions concretes del dia a dia. D'altra banda, també es planteja una aplicació individual seguida d'una posada en comú posterior, en què ambdues parts completarien l'eina de manera separada i, posteriorment, contrastarien els resultats en una sessió conjunta. Aquesta segona opció podria facilitar processos d'autoreflexió, presa de consciència i anàlisi de concordances i discrepàncies.

Un altre aspecte clau pendent de validació és l'edat d'aplicació de l'instrument. Tot i que inicialment es planteja el seu ús des de l'inici del treball sistemàtic de l'autonomia,

aproximadament als 14 anys, fins al moment de la desinstitucionalització als 18, la informació recollida indica que algunes competències i coneixements podrien començar-se a treballar en etapes anteriors. Per aquest motiu, es contempla la possibilitat d'una aplicació progressiva i anticipada, entenent l'eina no com un instrument d'avaluació puntual, sinó com una guia de referència que estableix un horitzó de desenvolupament i orienta el treball educatiu al llarg del temps. En coherència amb aquesta perspectiva, es recomana una aplicació sistemàtica i continuada que permeti evidenciar progressos, actualitzar valoracions i reajustar objectius educatius en funció de l'evolució de cada jove.

Per altra banda, tot i estar dissenyada específicament per al context dels CRAE, també es considera la possible transferibilitat de l'eina a altres serveis socioeducatius on la transició a la vida adulta constitueixi un objectiu educatiu rellevant. En aquests casos, seria necessari valorar-ne l'adequació i adaptar-ne determinats elements, com els ítems, el llenguatge o la modalitat d'ús, al context concret d'aplicació. Tanmateix, qualsevol adaptació hauria d'anar acompanyada de processos específics de revisió i validació que en garantissin la coherència i la utilitat. Aquesta combinació entre especificitat contextual i potencial transferibilitat reforça el valor de les Escales ACT!VA 1.0 com a possible referent per a la pràctica socioeducativa, així com la necessitat de continuar desenvolupant-ne i consolidant-ne el procés de validació i implementació.

Aquesta combinació entre especificitat contextual i potencial transferibilitat reforça el valor de l'eina com a referent per a la pràctica socioeducativa, així com la necessitat de la seva validació i del disseny acurat de la seva implementació. D'aquesta manera, les limitacions del treball són alhora el seu futur.

Cal destacar també les limitacions d'aquest document derivades de les restriccions d'extensió. Aquestes han condicionat el nivell de detall amb què s'ha pogut presentar el procés de desenvolupament de la proposta, de manera que alguns aspectes metodològics i decisions adoptades no han pogut ser descrits amb tota la profunditat que hauria estat desitjable.

No obstant, i tal com assenyala Sala, l'escala no hauria de quedar aquí. Un cop consolidat l'instrument serà necessari transformar les dimensions de l'autonomia i els seus components en materials i recursos aplicables als centres per treballar tot aquest contingut, de manera que puguin ser incorporats de forma sistemàtica en el treball educatiu quotidià amb el jovent. D'aquesta manera, es reforça el potencial de l'eina no només com a instrument d'avaluació, sinó com a punt de partida d'una preparació per a l'autonomia en què els professionals disposin de les eines, els coneixements i els recursos necessaris per desenvolupar aquest acompanyament de manera sistemàtica, coherent i equitativa.

8. Reflexió personal

El desenvolupament d'aquest TFG ha estat una oportunitat per aplicar gran part dels coneixements adquirits al llarg del grau.

Més enllà del resultat final, tot el procés de creació de les Escales ACT!VA 1.0 ha estat un espai d'aprenentatge constant que m'ha permès desenvolupar moltes de les competències treballades durant la carrera d'una manera molt pràctica i aplicada.

En primer lloc, ha estat una gran tasca d'aprofundiment en els processos de recollida, anàlisi i tractament de la informació. Si bé al llarg del grau havíem dut a terme nombroses cerques bibliogràfiques i un bon grapat d'entrevistes entrevistes mai m'havia trobat davant la necessitat d'analitzar i comparar instruments diagnòstics, i menys encara en

aquesta quantitat. Això m'ha obligat a aprendre a gestionar una grans volums d'informació, ordenar-la i prendre decisions fonamentades a partir d'aquesta. La triangulació entre la literatura científica, les eines existents i les aportacions de professionals i joves ha estat, probablement, un dels aprenentatges més importants del procés, perquè m'ha fet veure la importància de contrastar mirades i contextualitzar el coneixement abans de convertir-lo en una proposta concreta.

Així mateix, la necessitat de desenvolupar el mètode i els criteris per dur a terme aquesta anàlisi ha constituït també un aprenentatge en si mateix. No només es tractava de recopilar informació, sinó de decidir quins aspectes eren realment rellevants, com comparar eines molt diferents entre elles o com transformar tota aquesta informació en una proposta coherent i aplicable al context català. Aquest procés m'ha obligat a adoptar una mirada molt més crítica i reflexiva davant les fonts i els instruments analitzats, entenent que qualsevol decisió metodològica condiciona també el resultat final. En aquest sentit, he pres consciència de la importància que tenen els processos de sistematització i de la responsabilitat que implica construir una eina que pugui orientar la pràctica educativa i la presa de decisions professionals.

Al mateix temps, el treball m'ha permès apropar-me molt més a la realitat educativa del jovent tutelat des d'una perspectiva diferent a la que havia tingut fins al moment i entendre la complexitat dels seus processos d'emancipació. Les entrevistes i l'anàlisi de les pràctiques dels CRAE m'han ajudat a veure fins a quin punt les trajectòries d'aquests joves estan condicionades per desigualtats estructurals i per la manca de criteris compartits entre centres.

Una de les qüestions que més m'ha marcat del procés és haver entès la responsabilitat que implica dissenyar una eina socioeducativa que pot anar més enllà del campus virtual i de l'avaluació acadèmica, amb la possibilitat (encara que sigui petita) de tenir un impacte real en la pràctica professional i en l'acompanyament del jovent tutelat.

A diferència d'altres instruments que havia elaborat durant el grau, que sovint funcionaven com a mitjà per assolir un altre objectiu, aquí l'eina esdevenia el resultat central del treball, fet que ha donat molt més pes a cada decisió presa. Això m'ha portat a qüestionar de manera constant què era realment important avaluar, com s'havia de fer i quines implicacions podia tenir cada plantejament, des de la definició dels ítems fins al llenguatge utilitzat o l'estructura global de l'escala. En aquest sentit, el procés s'ha convertit en un exercici continu de reflexió, revisió i cura, prenent consciència que darrere de qualsevol paper, protocol o instrument hi ha sempre una determinada manera d'entendre les persones, les seves necessitats i la forma d'acompanyar-les.

Tot plegat m'ha ajudat a desenvolupar la capacitat d'analitzar situacions amb més profunditat, identificar oportunitats de millora i transformar necessitats reals en una proposta coherent, estructurada i útil. Alhora, el procés de descriure i sintetitzar tot aquest treball de manera clara, comprensible i concisa per al lector ha constituït un repte en si mateix, especialment davant la necessitat de condensar un procés complex en un document amb limitacions d'extensió.

També ha estat un exercici important d'adaptació i de revisió constant. El treball va començar amb una idea molt diferent (crear un pla d'autonomia per a un centre concreta) i, a mesura que avançava, va anar evolucionant fins a convertir-se en una proposta molt diferent però amb la mateixa finalitat: contribuir a la millora de l'acompanyament socioeducatiu de la transició a la vida adulta del jovent tutelat.

Aquest canvi de direcció em va obligar a replantejar objectius, metodologies i maneres de treballar, però també em va ajudar a entendre la importància de generar coneixement útil per a la pràctica professional. Les Escales ACT!VA 1.0 neixen amb la voluntat de contribuir a processos d'acompanyament més coherents i equitatius, però també amb la consciència que encara són una primera proposta oberta a revisió i millora. I que encara queda molt a fer.

Referències

A day in our shoes. (2022). *Independent living skills checklist* [Instrument]. https://adayinourshoes.com/wp-content/uploads/independent-living-skills-checklist.pdf

Albertos, A., Osorio, A., i Beltramo, C. (2020). Adolescentes y ocio: desarrollo positivo y transición hacia la vida adulta. *Educación y educadores*, *23*(2), 201-220. https://doi.org/10.5294/edu.2020.23.2.3

American Institute for Research i Teachers College of Columbia University. (1994). *AIR Self-Determination Scale: Educator form* [Instrument]. https://www.ou.edu/content/dam/education/zarrow/docs/resources/assessments/air-self-determination/air-educator-form.pdf

American Institute for Research i Teachers College of Columbia University. (1994). *AIR Self-Determination Scale: Student form* [Instrument]. https://www.ou.edu/content/dam/education/zarrow/docs/resources/assessments/air-self-determination/air-student-form.pdf

Arc. (1995). *Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)* [Instrument]. https://www.ou.edu/content/dam/education/zarrow/docs/resources/assessments/arc-self-determination-scale/ARC%20SD%20Scale.pdf

Arnau-Sabatés, L., Sanz-Escutia, C., i Sala-Roca, J. (2022). La preparación para la autonomía de las personas jóvenes tuteladas: Resultados preliminares del proyecto CALEAMI [Preprint]. A M. Melendro, J. Miguelena, Á. De-Juanas, P. Dávila, i L. M. Naya (Eds.), *El tránsito a la vida adulta de jóvenes de sistemas de protección y jóvenes vulnerables*, (pp. 27-40). Dykinson, S.L. https://doi.org/10.2307/j.ctv2s0j5fz

Atkinson, C., i Hyde, R. (2019). Care leavers' views about transition: a literature review. *Journal of Children's Services*, *14*(1), 42-58. https://doi.org/10.1108/JCS-05-2018-0013

Autism Speaks i Virginia Commonwealth University Rehabilitation Research and Training Center [Virginia Commonwealth University RRTC]. (2014). *Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado* [Instrument]. https://www.autismspeaks.org/sites/default/files/csa-spanish.pdf

Bartko, W. T., i Eccles, J. S. (2003). Adolescent participation in structured and unstructured activities: A person-oriented analysis. *Journal of youth and adolescence*, *32*(4), 233-241. https://doi.org/10.1023/A:1023056425648

Benomar, K. I Pàmies, J. (2022). Un acercamiento a la transición a la mayoría de edad de los jóvenes migrantes extutelados: Entre la emancipación y las frustraciones. *Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa*, *80*, 155-173. https://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/download/394337/492948/581486

Bernal, T., Melendro, M., Charry, C., i Goig, R. (2020). La influencia de la familia y la educación en la autonomía de los jóvenes: una revisión sistemática. Bordón. Revista de Pedagogía, 72(2), 29-44. https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.76175

Bernal-Romero, T., Melendro, M., i Charry Poveda, C. L. (Coords.). (2023). *EDATVA: Manual de la escala de autonomía en el tránsito a la vida adulta*. UNED – Universidad Nacional de Educación a Distancia. https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=999240

Blakeslee, J. E., i Best, J. I. (2019). Understanding support network capacity during the transition from foster care: Youth-identified barriers, facilitators, and enhancement strategies. *Children and youth services review*, *96*, 220-230. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6370300/pdf/nihms-1515943.pdf

Boada, C. M., i Aznar, F. C. (2010). Educación y jóvenes ex-tutelados: revisión de la literatura científica española. *Educación XX1*, *13*(2), 117-138. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70617175005

Boada, C. M., Aznar, F. C., i Izquierdo, B.M. (2015). *L'educació dels infants i adolescents en el sistema de protecció: Un problema o una oportunitat?*. Documenta Universitaria. https://www.researchgate.net/publication/281442987_L'educacio_dels_infants_i_adolescents_en_el_sistema_de_proteccio_Un_problema_o_una_oportunitat

Cameron, C., Hollingworth, K., Schoon, I., van Santen, E., Schröer, W., Ristikari, T., ... i Pekkarinen, E. (2018). Care leavers in early adulthood: How do they fare in Britain, Finland and Germany?. *Children and Youth Services Review*, *87,* 163 172. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.02.031

Casey Family Programs. (2022). Ansell-Casey Life Skills Assessment [Instrument]. https://www.casappr.org/wp-content/uploads/2020/04/CASEY-Lifeskills-Assessment-1.pdf

Cline, R., Halverson, D., Petersen, B. i Rohrbach, B. (2005). *QuickBook Of Transition Assessments*. Transition Services Liaison Project. https://ocali.org/storage/ocali-ims-sites/ocali-ims-ocali/documents/Quickbook_of_Transition_Assessment.pdf

Comasòlivas Moya, A., Sala-Roca, J., i Marzo Arpón, T. (2018). Los recursos residenciales para la transición hacia la vida adulta de los jóvenes tutelados en Cataluña. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria, (31),* 121-133. https://doi.org/10.7179/PSRI_2018.31.10

Crawford, B., Pharris, A. B., i Dorsett-Burrell, R. (2018). Risk of serious criminal involvement among former foster youth aging out of care. *Children and Youth Services Review*, *93*, 451-457. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.08.027

Davis, S. N. (2007). Gender ideology construction from adolescence to young adulthood. *Social Science Research*, *36*(3), 1021-1041. 10.1016/j.ssresearch.2006.08.001

de la Herrán Gascón, A., Barriocanal, C. G., i Martínez, A. I. (2008). Valoración del acogimiento residencial en centros de protección de menores: la vivencia de los jóvenes y sus familias. *Tendencias pedagógicas*, (13), 193-216. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2575325.pdf

Dietrich-Ragon, P., i Tovey, J. (2020). Leaving the child welfare services: From institutional housing to the initial steps on the housing market. *Population*, 75(4), 527–559. https://doi.org/10.3917/popu.2004.0527

Direcció General de Prevenció i Protecció a la Infància i l'Adolescència [DGPPIA]. (2026). *Informe estadístic mensual: Febrer 2026*. https://dretssocials.gencat.cat/web/.content/03ambits_tematics/07infanciaiadolescencia/dades_sistema_proteccio/2026/2026-02-informe-DGPPIA.pdf

Dixon, J. (2007). Obstacles to participation in education, employment and training for young people leaving care. *Social Work and Social Sciences Review*, *13*(2), 18-34. https://doi.org/10.1921/swssr.v13i2.470

Evaluate Your Reputation. (s.d.). [Instrument]. https://jjfww.github.io/TransitionAssessmentResources/Evaluate%20Your%20Reputation.pdf

Fernandez, E., Lee, J. S., Foote, W., Blunden, H., McNamara, P., Kovacs, S., i Cornefert, P. A. (2017). 'There's More to be Done;"Sorry" is Just a Word': Legacies of Out-of-Home Care in the 20th Century. *Children Australia*, *42*(3), 176-197. doi.org/10.1017/cha.2017.29

Fernández, R. D., Jiménez, L. R., i Jiménez, J. (2015). *Competencias y valores para el primer empleo*. EOI Escuela de Organización Industrial. https://www.eoi.es/sites/default/files/savia/documents/eoi_primerempleo_2015_0.pdf

Fernández-Simo, D. i Cid Fernández, X.M. (2018). Análisis longitudinal de la transición a la vida adulta de las personas segregadas del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia. *Bordón, Revista de Pedagogía, 70*(2), 25-38. https://doi.org/10.13042/Bordon.2018.54539

Flaquer, L. (2004). La articulación entre familia y Estado de bienestar en los países de la Europa del sur. *Papers: Revista de sociología*, 27-58. https://www.raco.cat/index.php/Papers/article/download/25783/25617

Foro Europeo de la Juventud. (2012). *Study on the impact of non-formal education in youth organisations on young people's employability*. European Youth Forum. https://www.youthforum.org/files/NFE_EmployabilityStudyweb-1.pdf

FosterClub i FosteringConnections. (2010). *FosterClub's Trasition Toolkit*. https://fosteringconnections.org/tools/assets/files/transition_toolkit.pdf

García-Alba, L. i Del Valle, J.F. (2020). Manual Planea: Programa de entrenamiento en habilitades para la vida adulta. Consejería de Bienestar Social de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha. https://infanciayfamilias.castillalamancha.es/sites/default/files/2021-07/Manual-Interactivo-Planea-CLM.pdf

García-Alba, L. i Del Valle, J.F. (2022). *ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección* [Instrument]. Grupo de Investigación en Familia e Infancia Universidad de Oviedo. https://grupogifi.es/wp-content/uploads/2023/09/Escalas_planea_2024_condatosbasicos.pdf

García-Alba, L., Postigo-Gutiérrez, Á., Gullo, F., Muñiz, J., i Fernández del Valle, J. C. (2021). Assessing independent life skills of youth in child protection: A multi-informant approach. *European journal of psychology applied to legal context*. https://doi.org/10.5093/ejpalc2022a1

Gentile, A. (2014). Inestabilidad laboral y estrategias de emancipación. Una tipología de jóvenes-adultos mileuristas. *Acciones e investigaciones sociales, 34,* 125-154. 10.26754/ojs_ais/ais.201434914

Goig Martínez, R., i Martínez-Sánchez, I. (2019). La transición a la vida adulta de los jóvenes extutelados. Una mirada hacia la dimensión" vida residencial". *Bordón: Revista de pedagogía*, *71*(2), 71-84. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6973951.pdf

Goig Martínez, R., i Martínez-Sánchez, I. (2021). La formación académica. Competencia clave en el tránsito a la autonomía de los jóvenes tutelados. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, *19*(54). https://doi.org/10.25115/ejrep.v19i54.3590

Guerreiro, M.D. i Abrantes, P. (2005). Transiciones a la vida adulta en la era de la globalización: Recorridos de incertidumbre. *Recerca: Revista de Pensament i Anàlisi, (5)*, 63–85. https://raco.cat/index.php/RecercaPensamentAnalisi/article/view/106729

Gypen, L., Vanderfaeillie, J., De Maeyer, S., Belenger, L., i Van Holen, F. (2017). Outcomes of children who grew up in foster care: Systematic-review. *Children and youth services review*, *76*, 74-83. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.02.035

Independent Living Resources. (2018). *Transition Readiness Scale 3.0* [Instrument no publicat].

Jariot, M., Sala, J., i Arnau, L. (2015). Jóvenes tutelados y transición a la vida independiente: indicadores de éxito. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 26*(2), 90-103. https://doi.org/10.5944/reop.vol.26.num.2.2015.15218

Life Skills Advocate. (s.d.). *Executive Functioning Assessment* [Instrument]. https://lifeskillsadvocate.com/wp-content/uploads/2025/02/Life-Skills-Advocate-Executive-Functioning-Assessment-Standard.pdf

López Blasco, A. (2008). *Jóvenes en una sociedad cambiante: Demografía y transiciones a la vida adulta* (Tomo 1). Instituto de la Juventud (INJUVE). https://www.injuve.es/sites/default/files/9314-01.pdf

Martín, E., Muñoz de Bustillo, M., Rodríguez, T., i Pérez, Y. (2008). De la residencia a la escuela: la integración social de los menores en acogimiento residencial con el grupo de iguales en el contexto escolar. *Psicothema, 20*(3), 376-382. https://www.redalyc.org/pdf/727/72720306.pdf

McCoy, H., McMillen, J. C., i Spitznagel, E. L. (2008). Older youth leaving the foster care system: Who, what, when, where, and why?. *Children and Youth Services Review*, *30*(7), 735-745. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2007.12.003

Mertz, M., i Andersen, S. H. (2017). The hidden cost of foster-care: New evidence on the inter-generational transmission of foster-care experiences. *British Journal of Social Work*, *47*(5), 1377-1393. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcw132

Michigan Department of Education. (2018). *Independent Living Skills (ILS) Checklist* [Instrument]. https://jjfww.github.io/TransitionAssessmentResources/ILS_Checklist_2018.pdf

Mínguez, A. M., Peláez, A. L., i Sánchez-Cabezudo, S. S. (2012). La transición de los jóvenes a la vida adulta: Crisis econòmica y emancipación tardía . *Barcelona: Obra Social "La Caixa"*. https://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/portal_social/index/assoc/flacai00/61.dir/flacai0061.pdf

Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (2019). *Criterios de cobertura, calidad y accesibilidad en acogimiento residencial (D.A. 3ª Ley 26/2015)*. Dirección General de Servicios para las Familias y la Infancia. https://www.juventudeinfancia.gob.es/sites/default/files/infancia/otras_medidas_proteccion/Criterios_de_cobertura_calidad_y_accesibilidad_en_acogimiento_residencial.pdf

Mochón, F., Ahn, N., i De Juan, R. (2011). La felicidad de los jóvenes. *Papers. Revista de Sociología*, *97*(2), 407-430. https://doi.org/10.5565/rev/papers/v97n2.136

National Secondary Transition Technical Assistance Center [NSTTAC]. (2009). Age Appropriate Transition Assessment Guide. https://risecondarytransition.org/wp-content/uploads/2019/05/age_app_trans_assess.pdf

New South Wales Government. (2025). *Independent Living Skills: A checklist for young people in care* [Instrument]. https://www.nsw.gov.au/sites/default/files/2024-05/independent-living-skills-a-checklist-for-young-people-in-care.pdf?utm

Parent Educational Advocacy Training Center [PEATC]. (s.d.). Life Skills Checklist [Instrument]. https://jjfww.github.io/TransitionAssessmentResources/Life%20Skills%20Checklist.pdf

Pennsylvania Department of Health. (2012). *Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist* [Instrument]. https://digitalcollections.statelibrary.pa.gov/Documents/Detail/transition-to-adult-living-in-pennsylvania/1289652

Piko, B. F. (2006). Satisfaction with life, psychosocial health and materialism among Hungarian youth. *Journal of health psychology*, *11*(6), 827-831. https://doi.org/10.1177/1359105306069072

Ponce Zanón, D, Hernández-Soto, R, i Gutiérrez-Ortega, M (2024). Evaluación de los Programas de Preparación para la Vida Independiente en Jóvenes Tutelados: Estudio de Caso. *REIDOCREA, 13*(31), 448-460. https://hdl.handle.net/10481/96186

Ramos, P., Rivera, F., i Moreno, C. (2012). Beneficios del contexto asociativo en las actividades de tiempo libre de los adolescents españoles. *Journal for the Study of Education and Development*, *35*(3), 365-378. https://doi.org/10.1174/021037012802238984

Sanz, C. (2023). *La transición a la vida adulta de la juventud tutelada y extutelada: desafíos, recursos de apoyo y preparación para la emancipación* [Tesi de doctorat, Universitat Autònoma de Barcelona]. Dipòsit digital del documents de la UAB. https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2023/hdl_10803_689781/cse1de1.pdf

Sanz, C. i Sevillano-Monje, V. (2022a). Los recursos de apoyo a la transición a la vida adulta de los jóvenes tutelados y extutelados en Andalucía y Cataluña. Un estudio comparado. *Pedagogía social: Revista Interuniversitaria*, (40), 195-210. https://doi.org/10.7179/PSRI_2022.40.11

Sanz, C. i Sevillano-Monje, V. (2022b). Percepciones de los profesionales sobre el acompañamiento socioeducativo en los recursos de transición a la vida adulta: Un análisis comparativo entre Andalucía y Cataluña. *Revista Española de Educación Comparada, 41, 213-229.* https://doi.org/10.5944/reec.41.2022.30059

Síndic de Greuges de Catalunya [SGC]. (2023). *Desinstitucionalització del sistema de protecció a la infància i l'adolescència: resum executiu novembre 2023*. https://www.sindic.cat/site/unitFiles/9755/Informe%20centres%20de%20proteccio%20sencer_cat.pdf

Síndic de Greuges de Catalunya [SGC]. (2025). *El apoyo a la emancipación de los Jóvenes extutelados: septiembre 2025.* https://www.sindic.cat/site/unitFiles/10950/Informe%20extutelats_set25_cast_def.pdf

Sitlington, P. L., Neubert, D. A., i Leconte, P. J. (1997). Transition assessment: The position of the Division on Career Development and Transition. *Career Development for Exceptional Individuals, 20*(1), 69–79. https://doi.org/10.1177/088572889702000106

Solsona, D. G., i Noguera, C. X. S. (2018). La Investigación Empírica sobre la Emancipación en España: Posibilidades y retos para medir la semi-autonomía. *Prisma*

Social: revista de investigación social, (23), 142-168. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6972235.pdf

Stein, M. (2006). Research review: Young people leaving care. *Child & family social work*, *11*(3), 273-279. https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2006.00439.x

Troncoso, C., i Verde-Diego, C. (2022). Transición a la vida adulta de jóvenes tutelados en el sistema de protección. Una revisión sistemática (2015-2021). *Trabajo Social Global – Global Social Work, 12,* 26-61. https://dx.doi.org/10.30827/tsg-gsw.v12.24511

Turró, C., i Cortés, J. (2004). La relación de ayuda con jóvenes extutelados por la administración Catalana: Una intervención psicosocial basada en la formación y apoyo de voluntarios que favorezcan su integración social. *Psykhe (Santiago)*, *13*(2), 159-171. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282004000200012.

Verdugo Alonso, M. Á., Vicente Sánchez, E., Gómez Vela, M., Fernández Pulido, R., Wehmeyer, M. L., Badia Corbella, M., González Gil, F., i Calvo Álvarez, M. I. (2014). *Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación: Manual de aplicación y corrección*. Instituto Universitario de Integración en la Comunidad (INICO), Universidad de Salamanca. https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO26898/herramientas_autodeterminacion.pdf

Ward, H. (2011). Continuities and discontinuities: Issues concerning the establishment of a persistent sense of self amongst care leavers. *Children and Youth Services Review*, *33*(12), 2512-2518. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2011.08.028

Washington State Department of Social and Health Services. (2022). *Life Skills Inventory Independent Living Skills Assessment Tool* [Instrument]. https://embracefamilies.org/wp-content/uploads/2022/06/Life-Skills-Washington-State-Assessment-Tool-5.27.22-fillable.pdf

Weaver, R. i DeLuca, J.R. (s.d.). *Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals* [Instrument]. Ohio's Employability Skills Project. https://ocali.org/storage/ocali-ims-sites/ocali-ims-ocali/documents/ELSA-For-Professionals-01052021.pdf

Witkin, B. R. (1977). Needs assessment kits, models and tools. *Educational Technology*, *17*(11), 5-18. https://www.jstor.org/stable/44421256

Youth in Transition Project. (1987). *Adolescent Autonomy Checklist* [Instrument]. Division of Adolescent Medicine, University of Whasington. https://paedforall.org/wp-content/uploads/2016/12/Transition_-_Adolescent_Autonomy_Checklist.pdf

Referències de les frases de l'inici del treball

(1) Simo, J. D. F., i Fernández, X. M. C. (2018). Análisis longitudinal de la transición a la vida adulta de las personas segregadas del sistema de protección a la infancia ya la adolescencia. *Bordón: Revista de pedagogía*, *70*(2), 25-38. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6397979

(2) Hokanson, K., Neville, S. E., Teixeira, S., Singer, E., i Berzin, S. C. (2020). There are a lot of good things that come out of it at the end. *Child Welfare*, *97*(6), 233-250. https://www.jstor.org/stable/48626324

(3) Marzo Arpon, M., i Galan Sanz, P. (2020). Percepcions dels joves tutelats i extutelats sobre l'atenció residencial rebuda pel sistema de protecció català. *Educació Social: Revista d'Intervenció Sòcioeducativa, 76*, 177–199. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7931739

Annexos A

A.1 Escales ACT!VA 1.0

- Escala ACT!VA-EDU-1.0 (pdf)
- Escala ACT!VA-JOV-1.0 (pdf)

A.1.1 Escala ACT!VA-EDU-1.0

Escala ACT!VA-EDU-1.0

Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada

L'*Escala ACT!VA-EDU-1.0 d'Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada* avalua el grau d'assoliment dels coneixements i competències necessàries per a la transició a la vida adulta del jovent tutelat, especialment en el context dels CRAE.

Aquesta escala està dissenyada per ser utilitzada pels professionals i inclou tant els ítems redactats en format tècnic com els mateixos ítems en la formulació adreçada al jovent, amb l'objectiu de facilitar la comparació i l'anàlisi de les respostes.

La seva administració està prevista a partir dels catorze anys i fins a l'arribada a la majoria d'edat, tot i que moltes de les competències i coneixements inclosos poden ser avaluats en edats inferiors o superiors, sempre sota criteri professional i valorant-ne la pertinència en cada cas.

Baixos nivells d'assoliment en diversos ítems és una situació habitual i esperable, i no s'ha d'interpretar com un dèficit, sinó com el punt de partida per establir objectius de treball orientats a la preparació per a la vida autònoma. Cada jove presenta un ritme i un perfil de desenvolupament propi, i l'avaluació té un caràcter necessàriament subjectiu, basat en la valoració del professional i en les expectatives funcionals pròpies de la vida adulta.

Es recomana als professionals que fomentin que els seus tutoritzats apliquin també l'Escala ACT!VA-JOV-1.0, ja que aquesta posa el jovent al centre del procés avaluatiu i els converteix en agents actius de la seva pròpia valoració. Promoure'n l'ús conjunt amb l'Escala ACT!VA-EDU-1.0 permet no només contrastar i enriquir les perspectives professionals i juvenils, sinó també afavorir l'autoconeixement, l'autodeterminació i la seva preparació per a la vida adulta.

BLOC 1. AUTONOMIA PERSONAL "JO COM A PERSONA"

1.1 Competències intrapersonals, executives i d'autodeterminació

El teu pilot intern

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.1.1	És capaç de definir la seva identitat personal i construir una visió del futur realista i ajustada a les seves capacitats i a la seva situació.	Sé qui soc com a persona i tinc una idea realista del futur que puc construir.					
1.1.2	És capaç de reconèixer les seves capacitats i limitacions i utilitzar estratègies per compensar les dificultats que pugui tenir.	Sé què se'm dona bé i què em costa, i busco maneres de compensar el que em resulta més difícil.					

1.1.3	És capaç d'establir objectius i expectatives personals basats en els seus interessos, necessitats i desitjos.	Em poso objectius segons el que a mi m'importa.					
1.1.4	És capaç de prendre decisions de manera autònoma i reflexiva, valorant les opcions, els riscos i les conseqüències, i evitant actuar de manera impulsiva.	Penso abans de decidir valorant les opcions i conseqüències.					
1.1.5	És capaç de planificar objectius personals, prendre decisions i iniciar accions amb iniciativa pròpia en diferents contextos per assolir allò que es proposa.	Planifico el que vull fer i prenc la iniciativa per començar a fer-ho pel meu compte.					
1.1.6	És capaç d'ajustar els seus plans i estratègies amb flexibilitat quan canvien els objectius o apareixen situacions imprevistes, adaptant-se a les noves circumstàncies.	Canvio els meus plans i m'adapto quan les coses no surten com esperava o quan hi ha canvis inesperats.					
1.1.7	És capaç d'organitzar tasques, prioritzar-les i gestionar el temps de manera eficaç.	Sé què he de fer primer i m'organitzo segons el temps disponible.					
1.1.8	És capaç d'organitzar les seves tasques utilitzant eines com calendaris o agendes.	Utilitzo agenda o calendari per organitzar-me.					
1.1.9	És capaç de completar tasques de manera ordenada fins i tot quan no són atractives.	Acabo el que he de fer encara que no m'agradi o no em vingui de gust.					
1.1.10	És capaç de mantenir la motivació, l'esforç i la perseverança davant dificultats.	Segueixo intentant-ho i afronto els reptes encara que em costin.					
1.1.11	És capaç d'avaluar els resultats de les seves accions i recollir informació sobre la seva eficàcia usant el feedback per millorar el seu rendiment.	Reflexiono sobre si el que faig funciona i faig servir els consells per millorar.					
1.1.12	És capaç de comprendre que les seves accions i decisions influeixen en el seu futur	Sé que el que faig ara influeix en el meu futur					

1.2 Regulació emocional i salut mental

Entendre'm per dins

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.2.1	És capaç de tenir una percepció positiva de si mateix/a i acceptar-se com a persona.	M'agrado i confio en mi mateix/a.					
1.2.2	És capaç d'establir i comunicar els propis de manera adequada.	Puc posar límits o dir que "no".					
1.2.3	És capaç d'acceptar crítiques o correccions i gestionar adequadament la ira o la frustració, regulant la seva resposta emocional sense reaccionar de manera impulsiva o agressiva ni causar danys.	Puc acceptar crítiques i controlar el meu enuig sense enfadar-me ni fer mal a ningú ni trencar res.					

1.2.4	És capaç de recuperar-se i continuar funcionant després de situacions difícils o adverses.	Sé recuperar-me quan em passen coses dolentes.					
1.2.5	És capaç d'esperar quan cal, regulant de manera adequada i proporcional la frustració, el nerviosisme o la impaciència, sense que això interfereixi negativament en la seva conducta.	Puc esperar encara que em posi nerviós/a o impacient, i normalment ho gestiono bé sense perdre el control.					
1.2.6	És capaç de parlar dels seus problemes o preocupacions en comptes d'evitar-los o ocultar-los.	Enfronto els meus problemes en lloc d'amagar-los o ignorar-los.					
1.2.7	És capaç de reconèixer signes d'estrès, ansietat o malestar emocional i demanar ajuda quan ho necessita.	Sé quan no estic bé emocionalment i demano ajuda si ho necessito.					
1.2.8	És capaç d'identificar, seleccionar i contactar recursos de salut mental (telefònics o presencials) adequats davant situacions de crisi o necessitat emocional, sabent on i com accedir-hi tant en contextos urgents com de suport general.	Sé a quins serveis o recursos de salut mental puc recórrer quan necessito ajuda i com contactar-hi, tant en situacions difícils com en moments de crisi.					

1.3 Salut física, higiene i cura personal

Cuidar-me per dins i per fora

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.3.1	És capaç de mantenir una rutina d'higiene personal adequada i consistent utilitzant correctament productes d'higiene.	Mantinc una bona higiene i cura personal (rentar-me les dents, les mans, dutxar-me, posar-me desodorant...)					
1.3.2	És capaç d'adaptar la seva vestimenta a l'activitat, el clima i el context social.	Em vesteixo segons el que faré, el temps i el lloc on vaig (la feina, l'institut, amb amics...)					
1.3.3	És capaç d'aplicar hàbits saludables relacionats amb l'alimentació, l'activitat física i el descans.	Intento menjar bé, fer exercici i dormir les hores que necessito.					
1.3.4	És capaç de conèixer i comprendre la seva història de salut personal i familiar, incloent condicions mèdiques pròpies i antecedents familiars rellevants.	Conec les meves condicions de salut, la meva història mèdica i els antecedents mèdics de la meva família que poden afectar-me.					
1.3.5	És capaç de gestionar de manera responsable la informació i presa de medicació prescrita.	Sé quins medicaments prenc, per a què serveixen, com i quan prendre'ls i soc responsable a l'hora de fer-ho.					
1.3.6	És capaç de gestionar de manera segura la medicació, seguint les instruccions dels prospectes, emmagatzemant-la correctament i eliminant-la als punts habilitats quan cal.	Sé com entendre i seguir les instruccions dels prospectes dels medicaments, guardar-los a un lloc segur i llençar-los on toca.					
1.3.7	És capaç d'expressar de manera clara els seus símptomes, comprendre la informació sanitària que rep i formular preguntes per assegurar-se que entén	Puc explicar què em passa quan vaig al metge, entendre el que m'expliquen i fer preguntes si no ho entenc.					

	les indicacions del professional de salut.						
1.3.8	És capaç d'identificar i actuar davant malalties comunes i lesions lleus usant de manera correcta medicaments sense recepta.	Sé què fer quan tinc un tall, febre o em trobo malament i faig servir medicaments sense recepta correctament si cal.					
1.3.9	És capaç de prendre decisions adequades sobre quan i on rebre atenció mèdica, evitant tant la demora innecessària com l'ús inadequat dels serveis d'urgència.	Sé quan he d'anar al metge o a urgències i no ho posposo innecessàriament.					
1.3.10	És capaç d'accedir al sistema sanitari per gestionar cites mèdiques i dentals de manera autònoma i responsable.	Demano i gestiono les meves cites mèdiques i dentals i sé que he d'anul·lar-les o reprogramar-les si no hi puc anar.					
1.3.11	És capaç de gestionar amb responsabilitat la seva documentació sanitària personal, incloent la targeta sanitària i els informes mèdics, mantenint-la accessible, ordenada i disponible quan la necessita.	Tinc cura de la meva targeta sanitària i dels meus informes mèdics i els mantinc ordenats i a mà quan els necessito.					
1.3.12	És capaç de comprendre la importància de les vacunes i de mantenir el seu calendari vacunal actualitzat.	Entenc per què són importants les vacunes i sé com consultar si les tinc al dia.					
1.3.13	És capaç de preparar una farmaciola bàsica per a l'autocura domèstica.	Sé preparar una farmaciola per casa amb coses bàsiques.					
1.3.14	És capaç de buscar i utilitzar recursos d'informació fiable i suport en salut, inclòs el 061.	Sé on buscar informació fiable o demanar ajuda sobre salut (metge, farmàcia, 061...).					
1.3.15	És capaç de comprendre els riscos associats al consum de substàncies i de la seva mescla (drogues, alcohol tabac i cigarretes electròniques) i les seves conseqüències per a la salut.	Conec les conseqüències de l'alcohol, les drogues, el tabac, els vàpers i la mescla de substàncies sobre la meva salut i la dels altres.					
1.3.16	És capaç de gestionar la pressió social relacionada amb el consum de substàncies i mantenir alternatives saludables d'oci.	Sé que em puc divertir sense consumir drogues o alcohol i dic que no si em pressionen per fer-ho.					
1.3.17	Identifica senyals d'addicció i sap derivar o indicar recursos d'ajuda especialitzada.	Conec els símptomes d'una addicció (a l'alcohol, les drogues, el mòbil, el joc...) i sé on puc demanar ajuda.					
1.3.18	És capaç de comptar amb una xarxa de suport adequada en situacions mèdiques complexes o d'hospitalització.	Tinc adults de confiança que em poden ajudar en situacions mèdiques importants.					

1.4 Seguretat personal, domèstica i digital

Evitar embolics (i saber desenredar-los)

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.4.1	És capaç de conèixer els números d'emergència i contactar adequadament amb els serveis d'emergència segons la situació.	Conec els números d'emergència (112 i altres) i sé quan els he de fer servir.					

1.4.2	És capaç de memoritzar i utilitzar els números de contacte dels seus referents d'emergència en situacions de necessitat.	Sé de memòria els números de telèfon de les meves persones de confiança per emergències.					
1.4.3	És capaç d'identificar causes habituals d'incendis domèstics i aplicar mesures bàsiques de prevenció i resposta adequades al tipus d'incendi.	Sé què pot provocar un incendi a casa, com evitar-lo i què fer si hi ha un incendi.					
1.4.4	És capaç d'identificar riscos d'electrocució en l'entorn domèstic, actuar de manera preventiva i aplicar una resposta adequada.	Sé quines situacions poden provocar una descàrrega elèctrica a casa, com evitar-les i que fer si passa (per exemple, utilitzar un aparell elèctric prop de l'aigua).					
1.4.5	És capaç de gestionar de manera segura materials domèstics perillosos.	Sé com guardar productes perillosos (per exemple, de neteja) i quins no s'han de barrejar.					
1.4.6	És capaç de manipular de manera segura instal·lacions de gas domèstic i aplicar els protocols d'actuació davant possibles fuites.	Sé fer servir el gas de casa de manera segura i què fer si detecto olor a gas.					
1.4.7	És capaç de protegir adequadament la seva informació personal i bancària.	Sé que les meves dades personals i bancàries són importants i tinc cura amb elles.					
1.4.8	És capaç de gestionar de manera segura les seves contrasenyes i credencials personals.	Recordo o apunto en un lloc segur les meves contrasenyes.					
1.4.9	És capaç de reconèixer riscos associats a relacions iniciades en línia i actuar amb prudència.	Sé que parlar o trobar-me amb algú que he conegut per internet pot ser perillós i vaig amb compte.					
1.4.10	És capaç d'utilitzar les xarxes socials de manera segura, regulant la informació que comparteix i gestionant la seva privacitat.	Penso abans de penjar coses a les xarxes socials i controlo qui pot veure el que publico.					
1.4.11	És capaç d'interpretar críticament la informació que rep a les xarxes socials, identificant continguts poc fiables o enganyosos.	Sé que no tot el que veig a xarxes és veritat i ho reviso críticament.					
1.4.12	És capaç de gestionar de manera adequada les interaccions en línia, identificant i responent a situacions de risc o discriminació.	Sé què fer si algú em tracta malament o veig comportaments discriminadors a xarxes.					
1.4.13	És capaç de reconèixer situacions de manipulació, frau o pressió comercial i respondre-hi de manera assertiva.	Sé detectar estafes i dir que no si em volen enganyar o em pressionen.					
1.4.14	És capaç de comprendre el funcionament i la finalitat de les assegurances i prendre decisions informades sobre la seva contractació.	Entenc per a que serveixen les assegurances (de la llar, de viatge, de salut...) i puc valorar si en necessito una.					

1.5 Autonomia en la mobilitat i ús de recursos de desplaçament

Voltar pel món

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A

1.5.1	És capaç d'adoptar conductes segures en els desplaçaments i utilitzar cívicament els sistemes de transport.	Em moc de manera segura: porto cinturó o casc, respecto els semàfors, miro abans de creuar, valido els bitllets...					
1.5.2	És capaç d'entendre i utilitzar adreces per orientar-se i localitzar destinacions.	Entenc les adreces i sé trobar llocs a partir d'una direcció.					
1.5.3	És capaç d'utilitzar diferents mitjans de transport públic i seleccionar el bitllet o opció més adequada segons el desplaçament.	Sé utilitzar els diversos tipus de transport públic i comprar el bitllet que em va millor.					
1.5.4	És capaç de planificar i realitzar desplaçaments complexos utilitzant transport públic i eines d'orientació.	Sé arribar als llocs inclús fent múltiples transbords (preguntant les direccions, usant aplicacions de mapes...)					
1.5.5	És capaç de comprendre i utilitzar serveis de transport privat com taxis o VTC per desplaçar-se de manera autònoma.	Sé com funcionen els taxis o Uber, quan costen, com demanar-los i com donar la direcció.					
1.5.6	És capaç de conèixer els requisits i passos per obtenir el permís de conduir.	Sé quins passos s'han de seguir per treure'm el carnet de conduir.					

BLOC 2. AUTONOMIA DOMÈSTICA "JO AL DIA A DIA"

2.1 Gestió econòmica personal i administració de recursos

Sobreviure amb diners (i no morir en l'intent)

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.1.1	És capaç de diferenciar entre necessitats bàsiques i desitjos o luxes en la presa de decisions econòmiques.	Entenc la diferència entre el que necessito i el que és un luxe o un desig.					
2.1.2	És capaç d'aplicar estratègies d'estalvi i consum responsable en la vida quotidiana.	Conec maneres d'estalviar com comparar preus, estalviar energia i aigua o reduir despeses.					
2.1.3	És capaç de comprendre i estimar els costos associats a l'habitatge i a la vida independent, incloent subministraments bàsics, alimentació i transport.	Entenc quant costa viure sol/a (el pis, la llum, l'aigua, el menjar, el transport...) i la importància d'estalviar.					
2.1.4	És capaç de planificar i gestionar les seves despeses personals mitjançant un pressupost ajustat als seus ingressos i necessitats, incorporant criteris de previsió i estalvi.	Sé fer un pressupost adequat a les meves necessitats i planificar les meves despeses per no quedar-me sense diners i intentar estalviar.					
2.1.5	És capaç de fer un seguiment del seu pressupost i registrar els seus ingressos i despeses personals.	Apunto el que guanyo i gasto i reviso si segueixo el pressupost.					
2.1.6	És capaç de comprendre el funcionament bàsic dels productes bancaris i financers com les targetes de crèdit, les de dèbit, els comptes bancaris o les factures.	Entenc com funcionen els comptes bancaris, les targetes de dèbit i crèdit i els diversos tipus de factures.					
2.1.7	És capaç de realitzar tràmits bàsics bancaris com l'obertura d'un compte.	Sé on he d'anar per obrir un compte bancari i què he de tenir en compte al fer-ho.					

2.1.8	És capaç de comprendre els components i funcionament d'una nòmina i diferenciar entre salari brut i net.	Entenc una nòmina i la diferència entre el que guanyo i el que rebo.					
2.1.9	És capaç d'entendre el funcionament de la Seguretat Social i les prestacions associades (atur, ajudes), així com el procediment per sol·licitar-les i les implicacions del treball no declarat.	Entenc com funciona la Seguretat Social, l'atur i què implica treballar sense contracte.					
2.1.10	És capaç de conèixer i analitzar les diferents opcions d'obtenció de diners (família, amistats, préstecs bancaris, préstecs ràpids, cases d'empenyorament, compres a termini etc.), valorant-ne els riscos, avantatges i desavantatges.	Entenc les diferents maneres de demanar diners (amics, família, cases d'empenyorament, préstecs bancaris, préstecs ràpids, etc.) i els riscos de cadascuna.					
2.1.11	És capaç de conèixer les obligacions fiscals bàsiques (impostos i declaracions), comprendre'n la importància i identificar les conseqüències de no complir-les.	Sé quins impostos o declaracions he de fer i entenc què pot passar si no ho faig correctament.					
2.1.12	És capaç d'identificar, valorar i accedir a recursos de suport econòmic i assessorament davant dificultats financeres, com ara pagament de subministraments bàsics, factures o tràmits administratius, i d'avaluar si compleix els requisits per accedir-hi.	Sé on demanar ajuda si tinc problemes econòmics necessito ajuda per fer tràmits o demanar ajudes (per pagar la llum, l'aigua, el lloguer, aliments...)					
2.1.13	És capaç d'identificar els principals serveis i subministraments de la llar (llum, aigua, gas, internet, etc.), comprendre com es contracten i gestionen, conèixer la seva periodicitat de pagament i les conseqüències de no fer-ho.	Conec com es gestionen i contracten els serveis de casa (llum, aigua, internet, gas, etc.) i què passa si no pago les factures a temps.					

2.2 Accés, manteniment i autonomia en l'habitatge

Buscant el meu niu

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.2.1	És capaç de conèixer i comparar diferents opcions d'habitatge (pis compartit, habitació, cohabitatge, pis independent o habitatge amb suport) i valorar-ne l'adequació segons necessitats personals i capacitat econòmica.	Conec diferents tipus d'habitatge (pis compartit, habitació, cohabitatge, pis independent o habitatge amb suport..) i sé quins s'ajusten millor al que necessito i al meu pressupost.					
2.2.2	És capaç de cercar habitatge utilitzant diferents canals i recursos disponibles.	Sé buscar habitatge utilitzant internet, anuncis o altres opcions.					
2.2.3	És capaç d'avaluar les condicions bàsiques d'un habitatge en relació amb la seguretat, l'estat i la ubicació, i d'entendre com aquests factors influeixen en el seu preu i accessibilitat.	Quan busco pis miro si és segur, està bé i on és, i entenc com això afecta el preu.					
2.2.4	És capaç d'entendre conceptes bàsics relacionats amb l'habitatge com la fiança, el contracte i el lloguer, així	Entenc què són la fiança, el contracte i el lloguer, i conec els diferents tipus que poden existir (temporal, indefinit...)					

	com identificar-ne les principals modalitats (temporal, indefinit, etc.).						
2.2.5	És capaç de completar formularis i documentació vinculada a l'habitatge.	Sé omplir papers o formularis per llogar un pis o fer tràmits relacionats amb l'habitatge.					
2.2.6	És capaç d'elaborar i gestionar un pressupost relacionat amb l'habitatge incloent-hi calcular els costos inicials necessaris per establir-se en un habitatge.	Sé calcular quant costa viure en un pis i els diners que necessito per començar-hi a viure (lloguer, fiança, mobles...)					
2.2.7	És capaç d'entendre i assumir les responsabilitats i obligacions associades a viure en un habitatge de lloguer o compartit, incloent el respecte a les normes de convivència, als companys de pis i al veïnat, i la gestió adequada dels conflictes quotidians.	Entenc les responsabilitats i obligacions si visc en un pis i sé conviure amb altres persones, respectant les normes, els companys i els veïns.					
2.2.8	És capaç d'entendre les conseqüències de no complir un contracte de lloguer.	Sé què passa si no compleixo el contracte d'un pis o no pago a temps.					
2.2.9	És capaç d'identificar els elements bàsics necessaris per viure de manera independent.	Sé quines coses necessito per viure sol/a, com mobles, utensilis de cuina, productes de neteja, roba de llit...					
2.2.10	És capaç d'identificar i planificar opcions reals d'allotjament i suport un cop finalitzada la tutela, incloent recursos residencials, xarxes de suport i itineraris d'emancipació.	Sé on podré viure i quines opcions reals tinc quan faci 18 anys.					
2.2.11	És capaç d'identificar opcions d'habitatge a curt termini i persones de suport en cas de necessitat.	Sé on podria viure o amb qui podria quedar-me temporalment si ho necessités.					

2.3 Gestió de la llar i habilitats de la vida domèstica

Mantenir el niu net i la panxa plena

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.3.1	És capaç de planificar una alimentació equilibrada i assequible, incloent la gestió de la compra dins d'un pressupost.	Sé organitzar una alimentació que sigui equilibrada, saludable i econòmica.					
2.3.2	Es capaç de preparar àpats variats, equilibrats i assequibles, amb o sense recepta.	Cuino plats variats, equilibrats i assequibles, amb o sense recepta.					
2.3.3	És capaç de conservar i emmagatzemar aliments de manera segura, evitant el malbaratament i identificant aliments en mal estat o caducats.	Guardo els aliments correctament i sé detectar quan ja no són segurs per menjar.					
2.3.4	És capaç de netejar els estris i superfícies de cuina després de preparar aliments, deixant l'espai en condicions d'higiene adequades.	Rento els plats, utensilis i netejo la cuina després de cuinar.					

2.3.5	És capaç d'utilitzar normes bàsiques de comportament a taula en contextos socials i quotidians.	Em comporto adequadament a taula (fer servir coberts, mastegar amb la boca tancada, buidar la boca per parlar...)					
2.3.6	És capaç d'utilitzar de manera segura i adequada estris i electrodomèstics de cuina habituals, aplicant mesures bàsiques de prevenció de riscos.	Faig servir estris i aparells de cuina de manera segura (ganivet, fogons, forn, microones...).					
2.3.7	És capaç de rentar, assecar, planxar i gestionar la roba de manera adequada i autònoma.	Rento, asseco, plego i guardo la meva roba quan toca.					
2.3.8	És capaç d'eliminar taques de la roba utilitzant tècniques i productes adequats.	Trec taques de la meva roba amb els productes adequats.					
2.3.9	És capaç de mantenir el seu espai vital net, ordenat i en condicions adequades d'higiene.	Mantinc el meu espai net i endreçat.					
2.3.10	És capaç de fer el llit, canviar la roba de llit de manera periòdica i adaptar-la necessitats i clima.	Faig el llit, rento la roba de llit quan toca i la canvio si fa més o menys fred.					
2.3.11	És capaç de netejar i mantenir els espais de la llar en condicions adequades d'higiene.	Sé com netejar els diversos espais de la casa (bany, cuina...), amb quins productes de neteja i cada quant ho he de fer per mantenir-la neta.					
2.3.12	És capaç de gestionar adequadament els residus domèstics i reciclar correctament.	Separo bé les escombraries per reciclar-les.					
2.3.13	És capaç de preparar els materials necessaris per a activitats quotidianes.	Recordo preparar el que necessito per al dia a dia.					
2.3.14	És capaç d'utilitzar de manera segura i eficient els equips, instal·lacions i subministraments bàsics de la llar (aigua, electricitat, climatització, etc.) i actuar adequadament davant incidències senzilles.	Sé fer servir la llum, l'aigua i la calefacció i què fer si hi ha algun problema (tancar l'aigua, pujar o baixar els ploms...)					
2.3.15	És capaç de realitzar petites reparacions domèstiques bàsiques i saber quan cal demanar ajuda professional.	Sé fer petites reparacions (com canviar una bombeta, desembussar un vàter o cosir un botó) o sé a qui avisar si no ho puc arreglar jo.					
2.3.16	És capaç d'identificar i actuar davant plagues o infestacions domèstiques.	Sé què pot causar plagues a casa i com evitar-les o eliminar-les.					

BLOC 3. AUTONOMIA SOCIAL, COMUNITÀRIA I CIUTADANA "JO AMB ELS ALTRES"

3.1 Competències socio-relacionals i xarxa de suport social

El meu cercle

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.1.1	És capaç d'identificar figures adultes accessibles i fiables en el seu entorn a les quals pot recórrer en situacions de necessitat o emergència.	Identifico almenys una persona adulta de confiança a qui puc trucar si tinc un problema o una emergència.					

3.1.2	És capaç d'identificar adults amb qui manté una relació de suport, seguiment o vincle positiu i significatiu.	Identifico adults de confiança que es preocupen per mi i amb qui mantinc una relació de suport i contacte.					
3.1.3	És capaç d'identificar i reconèixer una xarxa diversa de persones de suport en diferents àmbits de la seva vida (educatiu, laboral, familiar, comunitari o d'oci) i distingir a qui pot recórrer segons la situació.	Identifico a quines persones puc demanar ajuda segons la situació (escola, família, amics...).					
3.1.4	És capaç d'identificar persones amb qui pot compartir moments socials significatius (festivitats, celebracions o esdeveniments importants).	Identifico persones amb qui compartir celebracions o moments importants.					
3.1.5	És capaç d'identificar relacions d'amistat que contribueixen al seu benestar emocional i sentit de pertinença.	Tinc amistats amb qui em sento valorat/da i segur/a.					
3.1.6	És capaç d'identificar relacions que poden ser perjudicials, coercitives o insegures i establir-hi límits o distància.	Poso límits i/o m'allunyo de persones que em fan mal, em pressionen o tenen comportaments perjudicials per a mi.					
3.1.7	És capaç de respectar els límits, negatives i desacords dels altres de manera adequada.	Respecto quan una persona em diu que "no" o pensa diferent de mi.					
3.1.8	És capaç d'expressar de manera clara, respectuosa i assertiva les seves opinions, necessitats, decisions i qualsevol malestar o desacord davant situacions que li generen incomoditat o dany.	Explico el que penso, el que necessito i quan alguna cosa em fa mal o no m'agrada, de manera clara i respectuosa.					
3.1.9	És capaç d'expressar conductes de cura, afecte i consideració cap a les persones significatives del seu entorn.	Demostro a les persones que m'importen que em preocupo per elles.					
3.1.10	És capaç de mantenir interaccions socials adequades i de comprendre i considerar perspectives diferents de la pròpia en situacions socials, utilitzant comunicació verbal i no verbal de manera ajustada al context.	Puc mantenir converses i relacionar-me amb altres persones encara que no pensin com jo.					
3.1.11	És capaç d'ajustar la seva comunicació, llenguatge i conducta segons el context social o professional.	Adapto com em comporto i com parlo segons la situació i les persones.					
3.1.12	És capaç de col·laborar amb altres persones en activitats compartides o objectius comuns.	Sé treballar i col·laborar amb altres persones.					
3.1.13	És capaç d'aplicar mecanismes efectius de resolució de conflictes.	Mantinc la calma i parlo per resoldre problemes amb altres persones.					
3.1.14	És capaç d'expressar-se de manera assertiva en interaccions socials i identificar estils de comunicació passiva i agressiva en ell/a i en els altres.	Sé parlar de manera assertiva i identificar quan algú o jo mateix/a ho faig de manera passiva o agressiva.					
3.1.15	És capaç de mantenir actituds de respecte en les interaccions socials quotidianes.	Tracto les persones amb respecte i educació (saludar, acomiadar-me, donar les gràcies, demanar sisplau, demanar perdó...)					

3.1.16	És capaç d'analitzar les relacions familiars amb una certa distància i objectivitat, identificant impactes positius i negatius en el seu benestar.	Puc veure les coses bones i dolentes de la meva família i com m'afecten.					
3.1.17	És capaç d'ajustar expectatives sobre el suport familiar de manera realista.	Conec què em poden oferir i què no les diferents persones del meu entorn familiar i ajusto les meves expectatives de manera realista.					

3.2 Participació en activitats d'oci, lleure i vida comunitària

Desconnectar i viure la vida

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.2.1	És capaç d'ocupar el seu temps lliure amb activitats saludables i significatives que li generen satisfacció.	Ocupo el meu temps lliure amb activitats que m'agraden i em fan sentir bé.					
3.2.2	És capaç d'organitzar el seu temps lliure de manera equilibrada amb les seves responsabilitats quotidianes.	Combino el meu temps lliure amb les obligacions del dia a dia.					
3.2.3	És capaç d'identificar patrons d'ús del temps lliure potencialment poc saludables o desequilibrats i integrar-los de manera equilibrada dins d'una rutina d'oci variada i beneficiosa per al benestar.	Sé reconèixer quan una activitat no és massa saludable (com passar molta estona a les xarxes) i puc equilibrar-ho amb altres activitats que em fan bé.					
3.2.4	És capaç de comprendre els beneficis personals, socials i comunitaris de la participació en activitats de voluntariat i altres activitats de vinculació i participació comunitària.	Entenc què aporta participar en voluntariat o en activitats de la comunitat, tant per a mi com per a la gent del meu entorn.					

3.3 Competència cívica i participació ciutadana

El meu lloc al món

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.3.1	És capaç de conèixer el seu estatus de ciutadania i entendre els drets i limitacions associats.	Conec la meva situació legal i què em permet i què no.					
3.3.2	És capaç de conèixer els documents personals bàsics, entendre'n la funció i gestionar-ne la vigència i renovació.	Sé quins documents són importants (DNI/NIE, targeta sanitària, passaport...), per a què serveixen i com renovar-los quan caduquen.					
3.3.3	És capaç de conèixer els tràmits i gestions administratives necessaris en cas de canvi de domicili, incloent empadronament i altres serveis bàsics vinculats.	Sé quins tràmits he de fer quan canvio de domicili.					
3.3.4	És capaç de conèixer els principals límits d'edat legals i les responsabilitats associades en diferents àmbits de la vida quotidiana.	Conec els principals límits d'edat legals (per exemple: edat de consentiment, comprar alcohol o tabac, treballar, votar...).					

3.3.5	És capaç de tenir una comprensió general de les conseqüències legals associades a conductes delictives o infraccions habituals.	Tinc una idea general de les sancions per: comprar o vendre drogues, robatori, agressions, conduir sense carnet, etc.					
3.3.6	És capaç de conèixer els seus drets i les pautes bàsiques d'actuació davant situacions policials o judicials.	Sé quins són els meus drets si em para la policia o si tinc un problema legal i com he d'actuar.					
3.3.7	És capaç de comprendre el sistema democràtic i la participació electoral.	Sé perquè és important votar, com informar-me sobre les opcions polítiques i com exercir el meu dret a vot.					
3.3.8	És capaç de conèixer de manera general les obligacions cíviques especials en la vida adulta.	Sé que algun dia puc ser convocat/da a una mesa electoral o jurat popular, entre d'altres, i què implica no anar-hi.					
3.3.9	És capaç d'identificar informació fiable i diferenciar-la de la desinformació.	Sé diferenciar les notícies falses de les reals.					
3.3.10	És capaç d'identificar situacions de vulneració de drets o risc i conèixer canals de denúncia i recursos de suport.	Sé què puc denunciar (assetjament, violència, fraus...) i on demanar ajuda o com fer una denúncia.					
3.3.11	És capaç de mantenir contacte amb els seus plans i recursos de seguiment després de la tutela.	Sé que puc continuar rebent suport després de sortir del sistema de protecció.					
3.3.12	És capaç de conèixer recursos de suport i acompanyament després de la sortida del sistema de protecció.	Sé que hi ha serveis i entitats que em poden ajudar i com contactar-hi (per orientació laboral, suport educatiu, situacions de racisme, de violència de gènere, suport legal...)					
3.3.13	És capaç de conèixer els mecanismes de consulta de la seva història o expedients personals de protecció.	Sé com accedir als meus informes i documents del meu expedient de tutela un cop n'he sortit.					
3.3.14	És capaç de conèixer els drets de les persones amb discapacitat i el seu reconeixement legal i conèixer i sol·licitar adaptacions o suports individualitzats quan els necessita	Conec els drets de les persones amb discapacitat i com demanar adaptacions individualitzades a l'escola o a la feina si les necessito.					
3.3.15	És capaç de comprendre els drets del consumidor i gestionar devolucions o garanties.	Sé què fer si vull retornar una producte o demanar reparacions sota garantia.					
3.3.16	És capaç de comprendre els drets dels animals i les responsabilitats associades a la seva cura, així com els costos econòmics i organitzatius derivats de la seva tinença.	Conec els drets dels animals, què implica tenir-ne un i els costos que comporten (temps, diners, responsabilitat...)					

BLOC 4. PROJECTE VITAL "JO COM A ADULT"

4.1 Trajectòria formativa i laboral

Cap a on vaig?

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A

4.1.1	És capaç de reconèixer el valor de l'esforç acadèmic com a factor clau per a l'accés a oportunitats formatives i laborals futures.	Sé que esforçar-me en els estudis m'ajuda a tenir més opcions de feina i futur.					
4.1.2	És capaç de mantenir hàbits bàsics de responsabilitat escolar o formativa de manera consistent.	Faig els deures, els reviso i els entrego a temps.					
4.1.3	És capaç d'organitzar-se i utilitzar estratègies bàsiques per preparar exàmens i presentacions acadèmiques o formatives.	Em preparo amb temps per als exàmens i presentacions.					
4.1.4	És capaç de mantenir l'assistència i la puntualitat en contextos educatius o formatius, seguint criteris de responsabilitat.	Vaig a classe amb regularitat i només falto si és necessari (metge, visites familiars, tràmits...).					
4.1.5	És capaç de conèixer i utilitzar recursos de suport educatiu i d'orientació acadèmica i laboral.	Sé on demanar ajuda per estudiar i on rebre orientació sobre estudis i feina.					
4.1.6	És capaç de conèixer els tipus de formació disponibles i les seves condicions d'accés.	Entenc les opcions d'estudis (ESO, PFI, batxillerat, graus...), què permeten i què es necessita per accedir-hi.					
4.1.7	És capaç de valorar opcions educatives i laborals en funció d'interessos i capacitats personals.	Valoro què puc estudiar o fer segons el que m'agrada i les meves habilitats.					
4.1.8	És capaç de definir objectius personals a curt i llarg termini en relació amb el seu futur educatiu i professional.	Tinc objectius de futur (educatius i laborals) i sé quins passos he de seguir per aconseguir-los.					
4.1.9	És capaç de conèixer el sistema de beques i ajudes educatives.	Sé que hi ha beques per a seguir estudiant i com demanar-les.					
4.1.10	És capaç de comprendre els beneficis i la necessitat del treball en la vida adulta.	Entenc que treballar és important per ser independent.					
4.1.11	És capaç de conèixer els drets laborals bàsics, les condicions de treball i les principals modalitats d'ocupació (pública, privada, temporal, indefinida, a temps complet o parcial, amb suport).	Conec les diverses modalitats de feina que hi ha (pública, privada, temporal, fixe, a temps complert, a temps parcial, amb suport..).					
4.1.12	És capaç de conèixer i comprendre els drets laborals bàsics, les condicions de treball i els mecanismes de reclamació o actuació davant possibles vulneracions o conflictes laborals.	Sé quins són els meus drets a la feina i què puc fer si tinc problemes o no es compleixen.					
4.1.13	És capaç de conèixer els motius de baixa o absència laboral i els procediments associats.	Sé per quins motius puc faltar a classe o a la feina i com ho he de demanar o comunicar. Sé què pot passar si no tinc motius o no aviso correctament.					
4.1.14	És capaç de comprendre la importància del comportament i les referències en el món laboral.	Sé que el meu comportament afecta les meves oportunitats laborals i per quins motius em poden acomiadar.					
4.1.15	És capaç de mantenir hàbits bàsics de responsabilitat i comportament adequat en contextos educatius o laborals, complint els deures laborals i acadèmics (puntualitat, realització de tasques, acceptació de correccions i responsabilitat personal).	Tinc bons hàbits laborals i acadèmics: soc puntual, faig les tasques a temps, accepto correccions, compleixo amb les meves responsabilitats...					

4.1.16	És capaç de preparar documents bàsics de recerca de feina (CV i carta).	Sé fer un bon currículum i una carta de presentació.					
4.1.17	És capaç de preparar-se adequadament per a una entrevista de feina.	Sé com afrontar una entrevista de feina.					
4.1.18	És capaç de comunicar-se adequadament en entorns formals, incloent l'ús del correu electrònic.	Sé fer servir el correu electrònic i escriure correus formals.					
4.1.19	És capaç de gestionar documentació bàsica necessària per treballar.	Sé quins documents necessito per treballar i on obtenir-los.					
4.1.20	És capaç de comprendre la importància de les referències i contactes laborals.	Entenc que els contactes personal i les referències poden ajudar-me a trobar feina.					
4.1.21	És capaç d'identificar diferents canals i recursos per a la recerca de feina, incloent serveis públics, plataformes digitals, empreses i xarxes personals.	Conec diferents opcions on trobar feina (internet, oficines d'ocupació, empreses, contactes...).					

4.2 Relacions afectives i salut sexual

Relacions i embolics emocionals

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
4.2.1	És capaç de comprendre conceptes bàsics d'identitat, diversitat i expressió sexual i de gènere.	Entenc la diferència entre identitat de gènere, expressió de gènere i orientació sexual.					
4.2.2	És capaç de reflexionar sobre la pròpia orientació sexual i identitat o expressió de gènere de manera oberta, respectant el propi procés d'exploració i sense pressions externes per definir-se.	Puc pensar i entendre com em sento respecte a la meva orientació sexual i identitat de gènere sense pressa ni pressió per etiquetar-me.					
4.2.3	És capaç de gestionar de manera adequada la seva salut menstrual i conèixer els diferents productes menstruals disponibles, així com els recursos necessaris associats.	Sé gestionar la menstruació i conec els diferents productes que es poden utilitzar.					
4.2.4	És capaç de conèixer, valorar i utilitzar mètodes anticonceptius de prevenció d'embaràs i planificació familiar.	Conec diferents mètodes anticonceptius, els punts forts i febles de cada un i quan s'han d'utilitzar.					
4.2.5	És capaç d'entendre què són les malalties de transmissió sexual (ETS), els seus riscos, les formes de prevenció i les actuacions bàsiques en cas de sospita o infecció.	Entenc què són les malalties de transmissió sexual (ETS), els seus perills, com es poden evitar i què fer si crec que en puc tenir una.					
4.2.6	És capaç d'assumir responsabilitat en les seves conductes afectives i sexuals, aplicant mesures de prevenció per evitar embarassos no desitjats i infeccions de transmissió sexual.	Actuo de manera responsable en les meves relacions sexuals per evitar embarassos no desitjats i infeccions (per exemple, utilitzo preservatiu i prenc decisions segures).					
4.2.7	És capaç de comprendre la masturbació com una pràctica de coneixement corporal i expressió de la sexualitat individual, gestionant-la de manera privada, segura i respectuosa amb un mateix.	Entenc que la masturbació és una manera normal de conèixer el meu cos i la meva sexualitat, que puc decidir si fer servir o no, i la visc de manera privada i segura.					

4.2.8	És capaç de conèixer què és l'avortament, els seus marcs legals i els recursos sanitaris disponibles, i de reflexionar de manera informada i sense judicis sobre aquest procés dins de la salut sexual i reproductiva.	Entenc què és l'avortament, conec les opcions disponibles i on puc obtenir informació fiable i assessorament, i soc conscient que es tracta d'una decisió personal que requereix informació i reflexió.					
4.2.9	És capaç de comprendre els drets i responsabilitats dins de les relacions afectives i sexuals i d'identificar característiques de relacions saludables, basades en el respecte mutu i la igualtat.	Entenc com ha de ser una relació sana i reconec quan no ho és.					
4.2.10	És capaç d'assumir responsabilitat en les relacions afectives i sexuals, considerant també el benestar de l'altra persona i les conseqüències de les pròpies accions.	Sé que les meves accions en una relació afecten l'altra persona i actuo amb respecte i responsabilitat.					
4.2.11	És capaç de diferenciar entre vincle afectiu i conducta sexual i de reconèixer de manera conscient les pròpies intencions i les de l'altra persona en una relació.	Sé diferenciar si el que sento o el que busca l'altra persona és afecte, sexe o totes dues coses, i penso en què vull jo en cada relació.					
4.2.12	És capaç de reconèixer els propis desitjos i límits en les relacions afectives i sexuals i comunicar-los de manera clara, respectuosa i assertiva, actuant d'acord amb el consentiment i mantenint-los davant situacions de pressió, insistència o coerció.	Sé què vull fer i què no, expressar-ho i no fer res que no vulgui fer encara que em pressionin per fer-ho.					
4.2.13	És capaç de comunicar, negociar i acordar de manera respectuosa amb la parella els límits, desitjos i decisions en les relacions afectives i sexuals.	Puc parlar i posar-me d'acord amb l'altra persona sobre el que volem i el que no volem en la relació.					
4.2.14	És capaç de reconèixer la pressió social vinculada a tenir o no tenir relacions afectives o sexuals i mantenir una decisió pròpia no condicionada per la necessitat d'acceptació social.	No em sento pressionat/da per tenir relacions afectives o sexuals per sentir-me acceptat/da o "normal".					
4.2.15	És capaç de reconèixer el plaer, el benestar i el confort com a elements legítims en les relacions afectives i sexuals, juntament amb la seguretat i el respecte.	Sé que en les relacions també és important sentir-me bé i còmode, no només evitar riscos.					
4.2.16	És capaç de reconèixer i gestionar les possibles conseqüències emocionals de les relacions afectives i sexuals.	Sé que les relacions poden afectar-me emocionalment i penso en com em puc sentir abans i després.					
4.2.17	És capaç de reconèixer senyals de relacions no saludables i utilitzar estratègies de protecció o sortida segura.	Sé quan una relació no em fa bé i què puc fer per allunyar-me o demanar ajuda.					
4.2.18	És capaç de reconèixer i analitzar la presència del masclisme i dels estereotips de gènere en les relacions, incorporant també la reflexió sobre els propis comportaments i els dels altres.	Entenc que hi ha estereotips i actituds masclistes que poden influir en les relacions i penso en com afecten les meves relacions i les dels altres.					
4.2.19	És capaç de distingir entre la realitat de les relacions sexuals i afectives i les representacions idealitzades o irreals	Entenc que el porno i el que es veu a les xarxes no reflecteix la realitat de les relacions ni del sexe.					

	que poden aparèixer en la pornografia i les xarxes socials.						
4.2.20	És capaç de conèixer i utilitzar recursos i serveis de salut sexual i reproductiva per obtenir informació, assessorament o ajuda quan sigui necessari.	Sé on anar o a qui demanar ajuda o informació sobre sexualitat, embaràs o salut sexual.					
4.2.21	És capaç de conèixer recursos d'ajuda i suport davant situacions de violència o relacions abusives.	Sé on demanar ajuda si jo o algú del meu entorn pateix violència o una relació abusiva.					

4.3 Competències de parentalitat i cura infantil

Cuidar a algú petit

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
4.3.1	És capaç de reflexionar sobre si vol tenir fills i valorar si podria oferir un entorn segur i estable per a la seva criança.	He pensat si vull tenir fills/es i si puc donar-los una infància adequada.					
4.3.2	És capaç de construir una identitat parental responsable, assumint el rol de cuidador/a amb consciència educativa i emocional.	Entenc que ser pare o mare implica un rol de responsabilitat i cura constant.					
4.3.3	És capaç de comprendre l'impacte emocional, social i personal que té la maternitat o paternitat en la vida quotidiana i en el projecte vital.	Sé que tenir un fill canvia la meva vida i que implica responsabilitats i renúncies importants.					
4.3.4	És capaç d'entendre i assumir la responsabilitat de vincular-se i tenir cura d'un infant independentment de les seves característiques individuals, necessitats o circumstàncies.	Entenc que un fill o filla pot ser diferent del que m'imaginava i que igualment he de cuidar-lo i estimar-lo.					
4.3.5	És capaç de gestionar situacions bàsiques de cura infantil amb autonomia supervisada.	Em sento còmode/a estant amb un infant.					
4.3.6	És capaç de conèixer figures de suport familiar o social que podrien implicar-se en la criança d'un fill.	Identifico persones de confiança que podrien ajudar-me en la cura d'un fill/a.					
4.3.7	És capaç de conèixer els riscos del consum de substàncies durant l'embaràs.	Sé els perills de consumir drogues, alcohol o tabac durant l'embaràs.					
4.3.8	És capaç de comprendre què implica l'atenció prenatal i la seva importància per al desenvolupament del nadó.	Sé que durant l'embaràs és important fer controls mèdics regulars i els perills de no fer-ho.					
4.3.9	És capaç de conèixer opcions de cura infantil i el seu funcionament bàsic.	Conec diferents opcions per cuidar un nen (família, escola bressol, cangur...) i els costos associats.					
4.3.10	És capaç de seleccionar persones adequades per a la cura d'un infant.	Sé quines persones adultes que conec són segures per deixar-hi un nen i quines no.					
4.3.11	És capaç d'aplicar formes de disciplina adequades i no violentes en la criança.	Sé que no s'ha de cridar ni pegar a un nen i que hi ha altres maneres d'educar.					

4.3.12	És capaç de saber on buscar suport en situacions relacionades amb la criança.	Sé on demanar ajuda en situacions relacionades amb la criança.					
4.3.13	És capaç de calcular els costos econòmics de la criança en relació a la seva situació econòmica.	Sé calcular els costos econòmics de cuidar un infant i valorar si puc assumir-los.					
4.3.14	És capaç de conèixer les ajudes econòmiques i els drets associats a la maternitat/paternitat i la cura d'un infant.	Conec les ajudes econòmiques i els drets que hi ha quan tens un fill o una filla.					
4.3.15	És capaç de reconèixer situacions de salut infantil i saber quan buscar ajuda.	Sé identificar quan un infant està malalt i on demanar ajuda.					
4.3.16	És capaç de reconèixer la necessitat d'informar-se i formar-se de manera activa sobre la criança i les necessitats d'un fill o filla abans i durant la parentalitat.	Entenc que, si tinc un fill o filla, hauré d'informar-me i aprendre sobre com cuidar-lo i què necessita en cada etapa.					

BLOC FINAL. TRANSICIÓ A LA VIDA ADULTA I PREPARACIÓ PER L'EMANCIPACIÓ

Codi	Ítems per als professionals	Ítems per al jovent	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
5.1	És capaç de situar la seva vida dins del procés de transició a la vida adulta, comprenent els canvis, responsabilitats i aprenentatges que implica aquesta etapa.	Entenc que passar a la vida adulta implica canvis importants, responsabilitats i aprendre a gestionar moltes coses per mi mateix/a.					
5.2	És capaç de reconèixer de manera realista les dificultats específiques que poden afrontar els joves en procés d'emancipació, especialment aquells amb menys suport familiar o social.	Sé que emancipar-me pot ser difícil, sobretot si no tinc suport o recursos suficients.					
5.3	És capaç de sentir-se preparat/da per afrontar el seu futur.	Em sento preparat/da per afrontar el meu futur.					

A.1.2 Escala ACT!VA-JOV-1.0

Escala ACT!VA-JOV-1.0

Avaluació de les Competències per a la Transició a la Vida Adulta de la Joventut Tutelada

L'*Escala ACT!VA-JOV-1.0* és una eina per ajudar-te a reflexionar sobre què saps fer i què necessites perfeccionar per preparar-te per a la vida adulta. Està pensada especialment per a joves que viuen en recursos com els CRAE i vol acompanyar-te en el teu procés cap a l'autonomia.

Aquesta escala la pots començar a utilitzar a partir dels 14 anys i fins que arribes a la majoria d'edat, tot i que algunes de les habilitats es poden valorar abans o després, segons cada situació i amb el suport de professionals.

No és cap examen ni hi ha respostes "bones" o "dolentes". És normal que en alguns aspectes encara estiguis aprenent o tinguis poca experiència. Això no és un problema: simplement indica des d'on comences i què pots anar treballant per avançar cap a una vida més autònoma. Cada persona té el seu ritme i la seva manera de créixer.

De fet, si hi ha alguna cosa que no has tingut l'oportunitat de posar en pràctica o que no aplica al teu cas, pots marcar N/A ("no aplica") un cop ho hagis comentat amb la teva figura educadora.

És important que facis servir aquesta escala parlant-la i compartint-la amb la teva figura educadora de referència. No cal fer-la en un sol dia o en un únic moment: pots anar-la treballant a poc a poc. El més important és que et prenguis un temps per reflexionar sobre cada pregunta, ja que és una oportunitat per conèixer millor la teva situació i començar a preparar-te per a la vida adulta. Serveix per entendre millor la teva situació, fixar objectius i decidir junts què pot ser útil treballar.

Així doncs, ACTIVA EL TEU FUTUR!

BLOC 1. AUTONOMIA PERSONAL "JO COM A PERSONA"

1.1 Competències intrapersonals, executives i d'autodeterminació

El teu pilot intern

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.1.1	Sé qui soc com a persona i tinc una idea realista del futur que puc construir.					
1.1.2	Sé què se'm dona bé i què em costa, i busco maneres de compensar el que em resulta més difícil.					
1.1.3	Em poso objectius segons el que a mi m'importa.					
1.1.4	Penso abans de decidir valorant les opcions i conseqüències.					
1.1.5	Planifico el que vull fer i prenc la iniciativa per començar a fer-ho pel meu compte.					
1.1.6	Canvio els meus plans i m'adapto quan les coses no surten com esperava o quan hi ha canvis inesperats.					
1.1.7	Sé què he de fer primer i m'organitzo segons el temps disponible.					
1.1.8	Utilitzo agenda o calendari per organitzar-me.					
1.1.9	Acabo el que he de fer encara que no m'agradi o no em vingui de gust.					
1.1.10	Segueixo intentant-ho i afronto els reptes encara que em costin.					
1.1.11	Reflexiono sobre si el que faig funciona i faig servir els consells per millorar.					
1.1.12	Sé que el que faig ara influeix en el meu futur					

1.2 Regulació emocional i salut mental

Entendre'm per dins

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.2.1	M'agrado i confio en mi mateix/a.					
1.2.2	Puc posar límits o dir que "no".					
1.2.3	Puc acceptar crítiques i controlar el meu enuig sense enfadar-me ni fer mal a ningú ni trencar res.					
1.2.4	Sé recuperar-me quan em passen coses dolentes.					
1.2.5	Puc esperar encara que em posi nerviós/a o impacient, i normalment ho gestiono bé sense perdre el control.					
1.2.6	Enfronto els meus problemes en lloc d'amagar-los o ignorar-los.					
1.2.7	Sé quan no estic bé emocionalment i demano ajuda si ho necessito.					
1.2.8	Sé a quins serveis o recursos de salut mental puc recórrer quan necessito ajuda i com contactar-hi, tant en situacions difícils com en moments de crisi.					

1.3 Salut física, higiene i cura personal

Cuidar-me per dins i per fora

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.3.1	Mantinc una bona higiene i cura personal (rentar-me les dents, les mans, dutxar-me, posar-me desodorant...)					
1.3.2	Em vesteixo segons el que faré, el temps i el lloc on vaig (la feina, l'institut, amb amics...)					
1.3.3	Intento menjar bé, fer exercici i dormir les hores que necessito.					
1.3.4	Conec les meves condicions de salut, la meva història mèdica i els antecedents mèdics de la meva família que poden afectar-me.					
1.3.5	Sé quins medicaments prenc, per a què serveixen, com i quan prendre'ls i soc responsable a l'hora de fer-ho.					
1.3.6	Sé com entendre i seguir les instruccions dels prospectes dels medicaments, guardar-los a un lloc segur i llençar-los on toca.					
1.3.7	Puc explicar què em passa quan vaig al metge, entendre el que m'expliquen i fer preguntes si no ho entenc.					
1.3.8	Sé què fer quan tinc un tall, febre o em trobo malament i faig servir medicaments sense recepta correctament si cal.					
1.3.9	Sé quan he d'anar al metge o a urgències i no ho posposo innecessàriament.					

1.3.10	Demano i gestiono les meves cites mèdiques i dentals i sé que he d'anul·lar-les o reprogramar-les si no hi puc anar.					
1.3.11	Tinc cura de la meva targeta sanitària i dels meus informes mèdics i els mantinc ordenats i a mà quan els necessito.					
1.3.12	Entenc per què són importants les vacunes i sé com consultar si les tinc al dia.					
1.3.13	Sé preparar una farmaciola per casa amb coses bàsiques.					
1.3.14	Sé on buscar informació fiable o demanar ajuda sobre salut (metge, farmàcia, 061...).					
1.3.15	Conec les conseqüències de l'alcohol, les drogues, el tabac, els vàpers i la mescla de substàncies sobre la meva salut i la dels altres.					
1.3.16	Sé que em puc divertir sense consumir drogues o alcohol i dic que no si em pressionen per fer-ho.					
1.3.17	Conec els símptomes d'una addicció (a l'alcohol, les drogues, el mòbil, el joc...) i sé on puc demanar ajuda.					
1.3.18	Tinc adults de confiança que em poden ajudar en situacions mèdiques importants.					

1.4 Seguretat personal, domèstica i digital

Evitar embolics (i saber desenredar-los)

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.4.1	Conec els números d'emergència (112 i altres) i sé quan els he de fer servir.					
1.4.2	Sé de memòria els números de telèfon de les meves persones de confiança per emergències.					
1.4.3	Sé què pot provocar un incendi a casa, com evitar-lo i què fer si hi ha un incendi.					
1.4.4	Sé quines situacions poden provocar una descàrrega elèctrica a casa, com evitar-les i que fer si passa (per exemple, utilitzar un aparell elèctric prop de l'aigua).					
1.4.5	Sé com guardar productes perillosos (per exemple, de neteja) i quins no s'han de barrejar.					
1.4.6	Sé fer servir el gas de casa de manera segura i què fer si detecto olor a gas.					
1.4.7	Sé que les meves dades personals i bancàries són importants i tinc cura amb elles.					
1.4.8	Recordo o apunto en un lloc segur les meves contrasenyes.					
1.4.9	Sé que parlar o trobar-me amb algú que he conegut per internet pot ser perillós i vaig amb compte.					
1.4.10	Penso abans de penjar coses a les xarxes socials i controlo qui pot veure el que publico.					

1.4.11	Sé que no tot el que veig a xarxes és veritat i ho reviso críticament.					
1.4.12	Sé què fer si algú em tracta malament o veig comportaments discriminadors a xarxes.					
1.4.13	Sé detectar estafes i dir que no si em volen enganyar o em pressionen.					
1.4.14	Entenc per a que serveixen les assegurances (de la llar, de viatge, de salut...) i puc valorar si en necessito una.					

1.5 Autonomia en la mobilitat i ús de recursos de desplaçament

Voltar pel món

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
1.5.1	Em moc de manera segura: porto cinturó o casc, respecto els semàfors, miro abans de creuar, valido els bitllets...					
1.5.2	Entenc les adreces i sé trobar llocs a partir d'una direcció.					
1.5.3	Sé utilitzar els diversos tipus de transport públic i comprar el bitllet que em va millor.					
1.5.4	Sé arribar als llocs inclús fent múltiples transbords (preguntant les direccions, usant aplicacions de mapes...)					
1.5.5	Sé com funcionen els taxis o Uber, quan costen, com demanar-los i com donar la direcció.					
1.5.6	Sé quins passos s'han de seguir per treure'm el carnet de conduir.					

BLOC 2. AUTONOMIA DOMÈSTICA "JO AL DIA A DIA"

2.1 Gestió econòmica personal i administració de recursos

Sobreviure amb diners (i no morir en l'intent)

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.1.1	Entenc la diferència entre el que necessito i el que és un luxe o un desig.					
2.1.2	Conec maneres d'estalviar com comparar preus, estalviar energia i aigua o reduir despeses.					
2.1.3	Entenc quant costa viure sol/a (el pis, la llum, l'aigua, el menjar, el transport..) i la importància d'estalviar.					
2.1.4	Sé fer un pressupost adequat a les meves necessitats i planificar les meves despeses per no quedar-me sense diners i intentar estalviar.					
2.1.5	Apunto el que guanyo i gasto i reviso si segueixo el pressupost.					

2.1.6	Entenc com funcionen els comptes bancaris, les targetes de dèbit i crèdit i els diversos tipus de factures.					
2.1.7	Sé on he d'anar per obrir un compte bancari i què he de tenir en compte al fer-ho.					
2.1.8	Entenc una nòmina i la diferència entre el que guanyo i el que rebo.					
2.1.9	Entenc com funciona la Seguretat Social, l'atur i què implica treballar sense contracte.					
2.1.10	Entenc les diferents maneres de demanar diners (amics, família, cases d'empenyorament, préstecs bancaris, préstecs ràpids, etc.) i els riscos de cadascuna.					
2.1.11	Sé quins impostos o declaracions he de fer i entenc què pot passar si no ho faig correctament.					
2.1.12	Sé on demanar ajuda si tinc problemes econòmics necessito ajuda per fer tràmits o demanar ajudes (per pagar la llum, l'aigua, el lloguer, aliments...)					
2.1.13	Conec com es gestionen i contracten els serveis de casa (llum, aigua, internet, gas, etc.) i què passa si no pago les factures a temps.					

2.2 Accés, manteniment i autonomia en l'habitatge

Buscant el meu niu

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.2.1	Conec diferents tipus d'habitatge (pis compartit, habitació, cohabitatge, pis independent o habitatge amb suport...) i sé quins s'ajusten millor al que necessito i al meu pressupost.					
2.2.2	Sé buscar habitatge utilitzant internet, anuncis o altres opcions.					
2.2.3	Quan busco pis miro si és segur, està bé i on és, i entenc com això afecta el preu.					
2.2.4	Entenc què són la fiança, el contracte i el lloguer, i conec els diferents tipus que poden existir (temporal, indefinit...)					
2.2.5	Sé omplir papers o formularis per llogar un pis o fer tràmits relacionats amb l'habitatge.					
2.2.6	Sé calcular quant costa viure en un pis i els diners que necessito per començar-hi a viure (lloguer, fiança, mobles...)					
2.2.7	Entenc les responsabilitats i obligacions si visc en un pis i sé conviure amb altres persones, respectant les normes, els companys i els veïns.					
2.2.8	Sé què passa si no compleixo el contracte d'un pis o no pago a temps.					
2.2.9	Sé quines coses necessito per viure sol/a, com mobles, utensilis de cuina, productes de neteja, roba de llit...					
2.2.10	Sé on podré viure i quines opcions reals tinc quan faci 18 anys.					
2.2.11	Sé on podria viure o amb qui podria quedar-me temporalment si ho necessités.					

2.3 Gestió de la llar i habilitats de la vida domèstica

Mantenir el niu net i la panxa plena

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
2.3.1	Sé organitzar una alimentació que sigui equilibrada, saludable i econòmica.					
2.3.2	Cuino plats variats, equilibrats i assequibles, amb o sense recepta.					
2.3.3	Guardo els aliments correctament i sé detectar quan ja no són segurs per menjar.					
2.3.4	Rento els plats, utensilis i netejo la cuina després de cuinar.					
2.3.5	Em comporto adequadament a taula (fer servir coberts, mastegar amb la boca tancada, buidar la boca per parlar...)					
2.3.6	Faig servir estris i aparells de cuina de manera segura (ganivet, fogons, forn, microones...).					
2.3.7	Rento, asseco, plego i guardo la meva roba quan toca.					
2.3.8	Trec taques de la meva roba amb els productes adequats.					
2.3.9	Mantinc el meu espai net i endreçat.					
2.3.10	Faig el llit, rento la roba de llit quan toca i la canvio si fa més o menys fred.					
2.3.11	Sé com netejar els diversos espais de la casa (bany, cuina...), amb quins productes de neteja i cada quant ho he de fer per mantenir-la neta.					
2.3.12	Separo bé les escombraries per reciclar-les.					
2.3.13	Recordo preparar el que necessito per al dia a dia.					
2.3.14	Sé fer servir la llum, l'aigua i la calefacció i què fer si hi ha algun problema (tancar l'aigua, pujar o baixar els ploms...)					
2.3.15	Sé fer petites reparacions (com canviar una bombeta, desembussar un vàter o cosir un botó) o sé a qui avisar si no ho puc arreglar jo.					
2.3.16	Sé què pot causar plagues a casa i com evitar-les o eliminar-les.					

BLOC 3. AUTONOMIA SOCIAL, COMUNITÀRIA I CIUTADANA "JO AMB ELS ALTRES"

3.1 Competències socio-relacionals i xarxa de suport social

El meu cercle

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.1.1	Identifico almenys una persona adulta de confiança a qui puc trucar si tinc un problema o una emergència.					
3.1.2	Identifico adults de confiança que es preocupen per mi i amb qui mantinc una relació de suport i contacte.					
3.1.3	Identifico a quines persones puc demanar ajuda segons la situació (escola, família, amics...).					
3.1.4	Identifico persones amb qui compartir celebracions o moments importants.					
3.1.5	Tinc amistats amb qui em sento valorat/da i segur/a.					
3.1.6	Poso límits i/o m'allunyo de persones que em fan mal, em pressionen o tenen comportaments perjudicials per a mi.					
3.1.7	Respecto quan una persona em diu que "no" o pensa diferent de mi.					
3.1.8	Explico el que penso, el que necessito i quan alguna cosa em fa mal o no m'agrada, de manera clara i respectuosa.					
3.1.9	Demostro a les persones que m'importen que em preocupo per elles.					
3.1.10	Puc mantenir converses i relacionar-me amb altres persones encara que no pensin com jo.					
3.1.11	Adapto com em comporto i com parlo segons la situació i les persones.					
3.1.12	Sé treballar i col·laborar amb altres persones.					
3.1.13	Mantinc la calma i parlo per resoldre problemes amb altres persones.					
3.1.14	Sé parlar de manera assertiva i identificar quan algú o jo mateix/a ho faig de manera passiva o agressiva.					
3.1.15	Tracto les persones amb respecte i educació (saludar, acomiadar-me, donar les gràcies, demanar sisplau, demanar perdó...)					
3.1.16	Puc veure les coses bones i dolentes de la meva família i com m'afecten.					
3.1.17	Conec què em poden oferir i què no les diferents persones del meu entorn familiar i ajusto les meves expectatives de manera realista.					

3.2 Participació en activitats d'oci, lleure i vida comunitària

Desconnectar i viure la vida

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.2.1	Ocupo el meu temps lliure amb activitats que m'agraden i em fan sentir bé.					

3.2.2	Combino el meu temps lliure amb les obligacions del dia a dia.					
3.2.3	Sé reconèixer quan una activitat no és massa saludable (com passar molta estona a les xarxes) i puc equilibrar-ho amb altres activitats que em fan bé.					
3.2.4	Entenc què aporta participar en voluntariat o en activitats de la comunitat, tant per a mi com per a la gent del meu entorn.					

3.3 Competència cívica i participació ciutadana

El meu lloc al món

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
3.3.1	Conec la meva situació legal i què em permet i què no.					
3.3.2	Sé quins documents són importants (DNI/NIE, targeta sanitària, passaport...), per a què serveixen i com renovar-los quan caduquen.					
3.3.3	Sé quins tràmits he de fer quan canvio de domicili.					
3.3.4	Conec els principals límits d'edat legals (per exemple: edat de consentiment, comprar alcohol o tabac, treballar, votar...).					
3.3.5	Tinc una idea general de les sancions per: comprar o vendre drogues, robatori, agressions, conduir sense carnet, etc.					
3.3.6	Sé quins són els meus drets si em para la policia o si tinc un problema legal i com he d'actuar.					
3.3.7	Sé perquè és important votar, com informar-me sobre les opcions polítiques i com exercir el meu dret a vot.					
3.3.8	Sé que algun dia puc ser convocat/da a una mesa electoral o jurat popular, entre d'altres, i què implica no anar-hi.					
3.3.9	Sé diferenciar les notícies falses de les reals.					
3.3.10	Sé què puc denunciar (assetjament, violència, fraus...) i on demanar ajuda o com fer una denúncia.					
3.3.11	Sé que puc continuar rebent suport després de sortir del sistema de protecció.					
3.3.12	Sé que hi ha serveis i entitats que em poden ajudar i com contactar-hi (per orientació laboral, suport educatiu, situacions de racisme, de violència de gènere, suport legal...)					
3.3.13	Sé com accedir als meus informes i documents del meu expedient de tutela un cop n'he sortit.					
3.3.14	Conec els drets de les persones amb discapacitat i com demanar adaptacions individualitzades a l'escola o a la feina si les necessito.					
3.3.15	Sé què fer si vull retornar una producte o demanar reparacions sota garantia.					
3.3.16	Conec els drets dels animals, què implica tenir-ne un i els costos que comporten (temps, diners, responsabilitat...)					

BLOC 4. PROJECTE VITAL "JO COM A ADULT"

4.1 Trajectòria formativa i laboral

Cap a on vaig?

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
4.1.1	Sé que esforçar-me en els estudis m'ajuda a tenir més opcions de feina i futur.					
4.1.2	Faig els deures, els reviso i els entrego a temps.					
4.1.3	Em preparo amb temps per als exàmens i presentacions.					
4.1.4	Vaig a classe amb regularitat i només falto si és necessari (metge, visites familiars, tràmits...).					
4.1.5	Sé on demanar ajuda per estudiar i on rebre orientació sobre estudis i feina.					
4.1.6	Entenc les opcions d'estudis (ESO, PFI, batxillerat, graus...), què permeten i què es necessita per accedir-hi.					
4.1.7	Valoro què puc estudiar o fer segons el que m'agrada i les meves habilitats.					
4.1.8	Tinc objectius de futur (educatius i laborals) i sé quins passos he de seguir per aconseguir-los.					
4.1.9	Sé que hi ha beques per a seguir estudiant i com demanar-les.					
4.1.10	Entenc que treballar és important per ser independent.					
4.1.11	Conec les diverses modalitats de feina que hi ha (pública, privada, temporal, fixe, a temps complert, a temps parcial., amb suport..).					
4.1.12	Sé quins són els meus drets a la feina i què puc fer si tinc problemes o no es compleixen.					
4.1.13	Sé per quins motius puc faltar a classe o a la feina i com ho he de demanar o comunicar. Sé què pot passar si no tinc motius o no aviso correctament.					
4.1.14	Sé que el meu comportament afecta les meves oportunitats laborals i per quins motius em poden acomiadar.					
4.1.15	Tinc bons hàbits laborals i acadèmics: soc puntual, faig les tasques a temps, accepto correccions, compleixo amb les meves responsabilitats...					
4.1.16	Sé fer un bon currículum i una carta de presentació.					
4.1.17	Sé com afrontar una entrevista de feina.					

4.1.18	Sé fer servir el correu electrònic i escriure correus formals.					
4.1.19	Sé quins documents necessito per treballar i on obtenir-los.					
4.1.20	Entenc que els contactes personal i les referències poden ajudar-me a trobar feina.					
4.1.21	Conec diferents opcions on trobar feina (internet, oficines d'ocupació, empreses, contactes...).					

4.2 Relacions afectives i salut sexual

Relacions i embolics emocionals

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
4.2.1	Entenc la diferència entre identitat de gènere, expressió de gènere i orientació sexual.					
4.2.2	Puc pensar i entendre com em sento respecte a la meva orientació sexual i identitat de gènere sense pressa ni pressió per etiquetar-me.					
4.2.3	Sé gestionar la menstruació i conec els diferents productes que es poden utilitzar.					
4.2.4	Conec diferents mètodes anticonceptius, els punts forts i febles de cada un i quan s'han d'utilitzar.					
4.2.5	Entenc què són les malalties de transmissió sexual (ETS), els seus perills, com es poden evitar i què fer si crec que en puc tenir una.					
4.2.6	Actuo de manera responsable en les meves relacions sexuals per evitar embarassos no desitjats i infeccions (per exemple, utilitzo preservatiu i prenc decisions segures).					
4.2.7	Entenc que la masturbació és una manera normal de conèixer el meu cos i la meva sexualitat, que puc decidir si fer servir o no, i la visc de manera privada i segura.					
4.2.8	Entenc què és l'avortament, conec les opcions disponibles i on puc obtenir informació fiable i assessorament, i soc conscient que es tracta d'una decisió personal que requereix informació i reflexió.					
4.2.9	Entenc com ha de ser una relació sana i reconec quan no ho és.					
4.2.10	Sé que les meves accions en una relació afecten l'altra persona i actuo amb respecte i responsabilitat.					
4.2.11	Sé diferenciar si el que sento o el que busca l'altra persona és afecte, sexe o totes dues coses, i penso en què vull jo en cada relació.					
4.2.12	Sé què vull fer i què no, expressar-ho i no fer res que no vulgui fer encara que em pressionin per fer-ho.					
4.2.13	Puc parlar i posar-me d'acord amb l'altra persona sobre el que volem i el que no volem en la relació.					
4.2.14	No em sento pressionat/da per tenir relacions afectives o sexuals per sentir-me acceptat/da o "normal".					
4.2.15	Sé que en les relacions també és important sentir-me bé i còmode, no només evitar riscos.					

4.2.16	Sé que les relacions poden afectar-me emocionalment i penso en com em puc sentir abans i després.					
4.2.17	Sé quan una relació no em fa bé i què puc fer per allunyar-me o demanar ajuda.					
4.2.18	Entenc que hi ha estereotips i actituds masclistes que poden influir en les relacions i penso en com afecten les meves relacions i les dels altres.					
4.2.19	Entenc que el porno i el que es veu a les xarxes no reflecteix la realitat de les relacions ni del sexe.					
4.2.20	Sé on anar o a qui demanar ajuda o informació sobre sexualitat, embaràs o salut sexual.					
4.2.21	Sé on demanar ajuda si jo o algú del meu entorn pateix violència o una relació abusiva.					

4.3 Competències de parentalitat i cura infantil

Cuidar a algú petit

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
4.3.1	He pensat si vull tenir fills/es i si puc donar-los una infància adequada.					
4.3.2	Entenc que ser pare o mare implica un rol de responsabilitat i cura constant.					
4.3.3	Sé que tenir un fill canvia la meva vida i que implica responsabilitats i renúncies importants.					
4.3.4	Entenc que un fill o filla pot ser diferent del que m'imaginava i que igualment he de cuidar-lo i estimar-lo.					
4.3.5	Em sento còmode/a estant amb un infant.					
4.3.6	Identifico persones de confiança que podrien ajudar-me en la cura d'un fill/a.					
4.3.7	Sé els perills de consumir drogues, alcohol o tabac durant l'embaràs.					
4.3.8	Sé que durant l'embaràs és important fer controls mèdics regulars i els perills de no fer-ho.					
4.3.9	Conec diferents opcions per cuidar un nen (família, escola bressol, cangur...) i els costos associats.					
4.3.10	Sé quines persones adultes que conec són segures per deixar-hi un nen i quines no.					
4.3.11	Sé que no s'ha de cridar ni pegar a un nen i que hi ha altres maneres d'educar.					
4.3.12	Sé on demanar ajuda en situacions relacionades amb la criança.					
4.3.13	Sé calcular els costos econòmics de cuidar un infant i valorar si puc assumir-los.					

4.3.14	Conec les ajudes econòmiques i els drets que hi ha quan tens un fill o una filla.					
4.3.15	Sé identificar quan un infant està malalt i on demanar ajuda.					
4.3.16	Entenc que, si tinc un fill o filla, hauré d'informar-me i aprendre sobre com cuidar-lo i què necessita en cada etapa.					

BLOC FINAL. TRANSICIÓ A LA VIDA ADULTA I PREPARACIÓ PER L'EMANCIPACIÓ

Codi	Ítem	Molt / Sempre	Prou / Sovint	Poc / A vegades	Gens / Mai	N/A
5.1	Entenc que passar a la vida adulta implica canvis importants, responsabilitats i aprendre a gestionar moltes coses per mi mateix/a.					
5.2	Sé que emancipar-me pot ser difícil, sobretot si no tinc suport o recursos suficients.					
5.3	Em sento preparat/da per afrontar el meu futur.					

A.2 Descripció i clarificació dels ítems que formen les Escales ACT!VA 1.0

BLOC 1. AUTONOMIA PERSONAL "JO COM A PERSONA"

1.1 Competències intrapersonals, executives i d'autodeterminació

El teu pilot intern

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
1.1.1	És capaç de definir la seva identitat personal i construir una visió del futur realista i ajustada a les seves capacitats i a la seva situació.	Sé qui soc com a persona i tinc una idea realista del futur que puc construir.	Avalua la capacitat d'ajustar expectatives futures a la realitat personal i contextual, evitant visions desconnectades de les pròpies possibilitats (Identitat personal i projecció de futur).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
1.1.2	És capaç de reconèixer les seves capacitats i limitacions i utilitzar estratègies per compensar les dificultats que pugui tenir.	Sé què se'm dona bé i què em costa, i busco maneres de compensar el que em resulta més difícil.	Avalua si la persona jove és capaç d'identificar de manera realista els seus punts forts i limitacions personals, així com d'aplicar estratègies per gestionar o compensar les dificultats detectades, mostrant autoconeixement i capacitat d'adaptació (Identitat personal i projecció de futur).	• Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
1.1.3	És capaç d'establir objectius i expectatives personals basats en els seus interessos, necessitats i desitjos.	Em poso objectius segons el que a mi m'importa.	Avalua la capacitat de la persona jove per posar-se objectius vitals i expectatives personals que concordin amb el que vol aconseguir (Identitat personal i projecció de futur).	• AIR Self-Determination Scale
1.1.4	És capaç de prendre decisions de manera autònoma i reflexiva, valorant les opcions, els riscos i les conseqüències, i evitant actuar de manera impulsiva.	Penso abans de decidir valorant les opcions i conseqüències.	Avalua si la persona jove és capaç d'exercir una presa de decisions reflexiva, autònoma i no impulsiva, integrant l'anàlisi de conseqüències, la valoració d'alternatives i la recerca d'informació suficient (Presa de decisions i autonomia).	• AIR Self-Determination Scale • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación • Executive Functioning Assessment • Josefina Sala
1.1.5	És capaç de planificar objectius personals, prendre decisions i iniciar accions amb iniciativa pròpia en diferents contextos per assolir allò que es proposa.	Planifico el que vull fer i prenc la iniciativa per començar a fer-ho pel meu compte.	Avalua si la persona jove és capaç d'organitzar-se, prendre decisions i iniciar accions de manera autònoma i proactiva, mostrant iniciativa pròpia en diferents contextos per avançar cap als seus objectius personals (Presa de decisions i autonomia).	• Evaluate Your Reputation • Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación • AIR Self-Determination Scale • P1
1.1.6	És capaç d'ajustar els seus plans i estratègies amb flexibilitat quan canvien els objectius o apareixen situacions imprevistes, adaptant-se a les noves circumstàncies.	Canvio els meus plans i m'adapto quan les coses no surten com esperava o quan hi ha canvis inesperats.	Avalua si la persona jove és capaç de mostrar flexibilitat cognitiva i conductual, adaptant els seus plans, estratègies i objectius davant de dificultats o canvis imprevistos, i ajustant la seva actuació a les noves circumstàncies de manera adequada (Flexibilitat i adaptació).	• AIR Self-Determination Scale • Executive Functioning Assessment
1.1.7	És capaç d'organitzar tasques, prioritzar-les i gestionar el temps de manera eficaç.	Sé què he de fer primer i m'organitzo segons el temps disponible.	Avalua la planificació operativa, la priorització i la gestió temporal de tasques (Organització i funcions executives).	• Executive Functioning Assessment • Josefina Sala • J2
1.1.8	És capaç d'organitzar les seves tasques utilitzant eines com calendaris o agendes.	Utilitzo agenda o calendari per organitzar-me.	Avalua si la persona jove utilitza eines o estratègies per organitzar les seves tasques i responsabilitats (Organització i funcions executives).	• Executive Functioning Assessment • Josefina Sala • J2

1.1.9	És capaç de completar tasques de manera ordenada fins i tot quan no són atractives.	Acabo el que he de fer encara que no m'agradi o no em vingui de gust.	Avalua si la persona jove és capaç de completar responsabilitats o tasques encara que li resultin poc motivadores (Organització i funcions executives).	• Executive Functioning Assessment • J2
1.1.10	És capaç de mantenir la motivació, l'esforç i la perseverança davant dificultats.	Segueixo intentant-ho i afronto els reptes encara que em costin.	Avalua si la persona jove manté l'esforç i la constància quan es troba amb dificultats o obstacles (Motivació i perseverança).	• Evaluate Your Reputation • Josefina Sala
1.1.11	És capaç d'avaluar els resultats de les seves accions i recollir informació sobre la seva eficàcia usant el feedback per millorar el seu rendiment.	Reflexiono sobre si el que faig funciona i faig servir els consells per millorar.	Avalua si la persona jove posa usa estratègies de reflexió orientades a la millora de les seves accions i identifica què funciona i què no usant comentaris, orientacions o recomanacions per millorar (Avaluació i aprenentatge).	• AIR Self-Determination Scale • P1
1.1.12	És capaç de comprendre que les seves accions i decisions influeixen en el seu futur	Sé que el que faig ara influeix en el meu futur	Avalua si la persona jove percep la capacitat d'influència sobre el seu futur vital (Consciència del propi impacte).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

1.2 Regulació emocional i salut mental

Entendre'm per dins

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
1.2.1	És capaç de tenir una percepció positiva de si mateix/a i acceptar-se com a persona.	M'agrado i confio en mi mateix/a.	Avalua l'autoestima i la valoració global positiva de la pròpia identitat (autoconcepte i autoestima).	• Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
1.2.2	És capaç d'establir i comunicar els propis de manera adequada.	Puc posar límits o dir que "no".	Avalua si la persona jove és capaç d'expressar els seus propis límits de manera assertiva (Relacions interpersonals i assertivitat).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado.
1.2.3	És capaç d'acceptar crítiques o correccions i gestionar adequadament la ira o la frustració, regulant la seva resposta emocional sense reaccionar de manera impulsiva o agressiva ni causar danys.	Puc acceptar crítiques i controlar el meu enuig sense enfadar-me ni fer mal a ningú ni trencar res.	Avalua si la persona jove és capaç de regular les seves emocions davant de crítiques, indicacions o situacions frustrants, gestionant la ira de manera adequada i segura, sense respostes impulsives, agressives o destructives. (regulació emocional i conducta).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • P1
1.2.4	És capaç de recuperar-se i continuar funcionant després de situacions difícils o adverses.	Sé recuperar-me quan em passen coses dolentes.	Avalua la capacitat de la persona jove per afrontar dificultats i recuperar-se emocionalment després d'experiències negatives (Regulació emocional i conducta).	• Executive Functioning Assessment
1.2.5	És capaç d'esperar quan cal, regulant de manera adequada i proporcional la frustració, el nerviosisme o la impaciència, sense que això interfereixi negativament en la seva conducta.	Puc esperar encara que em posi nerviós/a o impacient, i normalment ho gestiono bé sense perdre el control.	Avalua la capacitat de retardar la gratificació mantenint una regulació emocional adaptativa durant l'espera, acceptant emocions com frustració o impaciència però gestionant-les de manera proporcional i funcional (Regulació emocional i conducta)	• Josefina Sala • J1
1.2.6	És capaç de parlar dels seus problemes o preocupacions en comptes d'evitar-los o ocultar-los.	Enfronto els meus problemes en lloc d'amagar-los o ignorar-los.	Avalua si la persona jove expressa dificultats o preocupacions en lloc d'evitar-les o ignorar-les (Regulació emocional i conducta).	• Life Skills Checklist
1.2.7	És capaç de reconèixer signes d'estrès, ansietat o malestar emocional i demanar ajuda quan ho necessita.	Sé quan no estic bé emocionalment i demano ajuda si ho necessito.	Avalua si la persona jove identifica signes de malestar emocional i busca suport o ajuda quan és necessari (Salut mental i demanda d'ajuda).	• Life Skills Checklist • Independent Living Skills: A checklist for young people in care

1.2.8	És capaç d'identificar, seleccionar i contactar recursos de salut mental (telefònics o presencials) adequats davant situacions de crisi o necessitat emocional, sabent on i com accedir-hi tant en contextos urgents com de suport general.	Sé a quins serveis o recursos de salut mental puc recórrer quan necessito ajuda i com contactar-hi, tant en situacions difícils com en moments de crisi.	Avalua si la persona jove coneix diferents recursos de suport emocional, social o d'intervenció (formals i especialitzats) i és capaç d'identificar quin és l'adequat segons la situació, així com d'accedir-hi i contactar-hi de manera autònoma tant en contextos de necessitat general de suport com en situacions de crisi (Salut mental i demanda d'ajuda + Drets, protecció i suport).	• Independent Living Skills: A checklist for young people in care • Josefina Sala.

1.3 Salut física, higiene i cura personal

Cuidar-me per dins i per fora

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
1.3.1	És capaç de mantenir una rutina d'higiene personal adequada i consistent utilitzant correctament productes d'higiene.	Mantinc una bona higiene i cura personal (rentar-me les dents, les mans, dutxar-me, posar-me desodorant...)	Avalua si la persona jove aplica de manera estable hàbits d'higiene personal en la seva vida quotidiana (Hàbits, d'autocura, higiene i salut).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent living skills checklist • P1
1.3.2	És capaç d'adaptar la seva vestimenta a l'activitat, el clima i el context social.	Em vesteixo segons el que faré, el temps i el lloc on vaig (la feina, l'institut, amb amics...)	Avalua si la persona jove selecciona la roba de manera adequada segons el context i la situació (Hàbits, d'autocura, higiene i salut).	• Independent living skills checklist • Adolescent Autonomy Checklist
1.3.3	És capaç d'aplicar hàbits saludables relacionats amb l'alimentació, l'activitat física i el descans.	Intento menjar bé, fer exercici i dormir les hores que necessito.	Avalua si la persona jove manté hàbits saludables de vida quotidiana (Hàbits, d'autocura, higiene i salut).	• Life Skills Checklist • Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist. • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent living skills checklist
1.3.4	És capaç de conèixer i comprendre la seva història de salut personal i familiar, incloent condicions mèdiques pròpies i antecedents familiars rellevants.	Conec les meves condicions de salut, la meva història mèdica i els antecedents mèdics de la meva família que poden afectar-me.	Avalua el grau de coneixement del propi estat de salut i dels antecedents familiars rellevants per a la salut. (Autocura sanitària).	• Adolescent Autonomy Checklist • FosterClub's Trasition Toolkit • Ansell-Casey Life Skills Assessment
1.3.5	És capaç de gestionar de manera responsable la informació i presa de medicació prescrita.	Sé quins medicaments prenc, per a què serveixen, com i quan prendre'ls i soc responsable a l'hora de fer-ho.	Avalua si la persona jove coneix i gestiona correctament la seva medicació prescrita (Autocura sanitària).	• Adolescent Autonomy Checklist • Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist.
1.3.6	És capaç de gestionar de manera segura la medicació, seguint les instruccions dels prospectes, emmagatzemant-la correctament i eliminant-la als punts habilitats quan cal.	Sé com entendre i seguir les instruccions dels prospectes dels medicaments, guardar-los a un lloc segur i llençar-los on toca.	Avalua si la persona jove coneix i aplica correctament les pautes d'ús, conservació i eliminació segura de la medicació, garantint la seguretat personal i el compliment dels procediments establerts de seguretat farmacològica i ambiental (Autocura sanitària).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist
1.3.7	És capaç d'expressar de manera clara els seus símptomes, comprendre la informació sanitària que rep i formular preguntes per	Puc explicar què em passa quan vaig al metge, entendre el que	Avalua la capacitat de la persona jove per comunicar-se de manera activa en contextos sanitaris, entendre les	• –

	assegurar-se que entén les indicacions del professional de salut.	m'expliquen i fer preguntes si no ho entenc.	explicacions mèdiques i fer preguntes quan ho necessita (Autocura sanitària).	
1.3.8	És capaç d'identificar i actuar davant malalties comunes i lesions lleus usant de manera correcta medicaments sense recepta.	Sé què fer quan tinc un tall, febre o em trobo malament i faig servir medicaments sense recepta correctament si cal.	Avalua si la persona jove reconeix símptomes bàsics i sap actuar davant situacions lleus de salut usant de manera responsable i adequada medicaments sense recepta (Autocura sanitària).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación • Independent Living Skills • Independent Living Skills: A checklist for young people in care
1.3.9	És capaç de prendre decisions adequades sobre quan i on rebre atenció mèdica, evitant tant la demora innecessària com l'ús inadequat dels serveis d'urgència.	Sé quan he d'anar al metge o a urgències i no ho posposo innecessàriament.	Avalua la presa de decisions sobre la recerca d'atenció sanitària i la discriminació entre urgències i atenció primària (Coneixement del sistema sanitari).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent living skills checklist
1.3.10	És capaç d'accedir al sistema sanitari per gestionar cites mèdiques i dentals de manera autònoma i responsable.	Demano i gestiono les meves cites mèdiques i dentals i sé que he d'anul·lar-les o reprogramar-les si no hi puc anar.	Avalua si la persona jove pot gestionar cites sanitàries de manera autònoma i responsable (Coneixement del sistema sanitari + Tràmits i gestions).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Adolescent Autonomy Checklist • Fina Sala • J2
1.3.11	És capaç de gestionar amb responsabilitat la seva documentació sanitària personal, incloent la targeta sanitària i els informes mèdics, mantenint-la accessible, ordenada i disponible quan la necessita.	Tinc cura de la meva targeta sanitària i dels meus informes mèdics i els mantinc ordenats i a mà quan els necessito.	Avalua la responsabilitat en la gestió i conservació de la documentació sanitària personal, incloent la capacitat d'organització, custòdia i disponibilitat dels documents de salut (Coneixement del sistema sanitari + Tràmits i gestions).	• Independent Living Skills: A checklist for young people in care • Adolescent Autonomy Checklist
1.3.12	És capaç de comprendre la importància de les vacunes i de mantenir el seu calendari vacunal actualitzat.	Entenc per què són importants les vacunes i sé com consultar si les tinc al dia.	Avalua si la persona jove entén el valor preventiu de les vacunes i la necessitat de seguiment del calendari vacunal (Autocura sanitària).	• Life Skills Checklist
1.3.13	És capaç de preparar una farmaciola bàsica per a l'autocura domèstica.	Sé preparar una farmaciola per casa amb coses bàsiques.	Avalua si la persona jove pot organitzar materials bàsics de primers auxilis a la llar (Autocura sanitària).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.
1.3.14	És capaç de buscar i utilitzar recursos d'informació fiable i suport en salut, inclòs el 061.	Sé on buscar informació fiable o demanar ajuda sobre salut (metge, farmàcia, 061...).	Avalua si la persona jove coneix fonts fiables i recursos de suport sanitari i sap quan i com utilitzar serveis d'atenció telefònica (Coneixement del sistema sanitari).	• Independent Living Skills: A checklist for young people in care • Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist.
1.3.15	És capaç de comprendre els riscos associats al consum de substàncies i de la seva mescla (drogues, alcohol tabac i cigarretes electròniques) i les seves conseqüències per a la salut.	Conec les conseqüències de l'alcohol, les drogues, el tabac, els vàpers i la mescla de substàncies sobre la meva salut i la dels altres.	Avalua si la persona jove és conscient dels riscos del consum de substàncies (Consum de substàncies i addicions).	• FosterClub's Trasition Toolkit • Josefina Sala

1.3.16	És capaç de gestionar la pressió social relacionada amb el consum de substàncies i mantenir alternatives saludables d'oci.	Sé que em puc divertir sense consumir drogues o alcohol i dic que no si em pressionen per fer-ho.	Avalua si la persona jove pot resistir pressions socials relacionades amb substàncies i si incorpora alternatives d'oci saludables (Consum de substàncies i addicions).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist • Josefina Sala
1.3.17	Identifica senyals d'addicció i sap derivar o indicar recursos d'ajuda especialitzada.	Conec els símptomes d'una addicció (a l'alcohol, les drogues, el mòbil, el joc...) i sé on puc demanar ajuda.	Avalua si la persona jove identifica signes d'addicció i coneix recursos de suport per demanar ajuda (Consum de substàncies i addicions).	• –
1.3.18	És capaç de comptar amb una xarxa de suport adequada en situacions mèdiques complexes o d'hospitalització.	Tinc adults de confiança que em poden ajudar en situacions mèdiques importants.	Avalua si la persona jove compta amb una xarxa de suport en situacions sanitàries complexes (xarxa de suport).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

1.4 Seguretat personal, domèstica i digital

Evitar embolics (i saber desenredar-los)

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
1.4.1	És capaç de conèixer els números d'emergència i contactar adequadament amb els serveis d'emergència segons la situació.	Conec els números d'emergència (112 i altres) i sé quan els he de fer servir.	Avalua si la persona jove coneix els recursos d'emergència i sap activar-los de manera adequada en situacions de risc (Resposta a emergències).	• Adolescent Autonomy Checklist • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • P1
1.4.2	És capaç de memoritzar i utilitzar els números de contacte dels seus referents d'emergència en situacions de necessitat.	Sé de memòria els números de telèfon de les meves persones de confiança per emergències.	Avalua si la persona jove coneix i pot utilitzar els contactes d'emergència sense suport extern en situacions de risc (Resposta a emergències + xarxa de suport).	• –
1.4.3	És capaç d'identificar causes habituals d'incendis domèstics i aplicar mesures bàsiques de prevenció i resposta adequades al tipus d'incendi.	Sé què pot provocar un incendi a casa, com evitar-lo i què fer si hi ha un incendi.	Avalua si la persona jove reconeix riscos d'incendi domèstic i coneix mesures bàsiques de prevenció i actuació (Seguretat domèstica).	• Adolescent Autonomy Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Life Skills Checklist
1.4.4	És capaç d'identificar riscos d'electrocució en l'entorn domèstic, actuar de manera preventiva i aplicar una resposta adequada.	Sé quines situacions poden provocar una descàrrega elèctrica a casa, com evitar-les i que fer si passa (per exemple, utilitzar un aparell elèctric prop de l'aigua).	Avalua si la persona jove reconeix situacions de risc elèctric i aplica mesures preventives i de resposta (Seguretat domèstica).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care
1.4.5	És capaç de gestionar de manera segura materials domèstics perillosos.	Sé com guardar productes perillosos (per exemple, de neteja) i quins no s'han de barrejar.	Avalua si la persona jove coneix normes bàsiques d'emmagatzematge segur ús de productes químics (Seguretat domèstica).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Life Skills Checklist
1.4.6	És capaç de manipular de manera segura instal·lacions de gas domèstic i aplicar els protocols d'actuació davant possibles fuites.	Sé fer servir el gas de casa de manera segura i què fer si detecto olor a gas.	Avalua si la persona jove utilitza correctament instal·lacions de gas domèstic i coneix les actuacions bàsiques de seguretat davant una possible fuita (Seguretat domèstica).	• –

1.4.7	És capaç de protegir adequadament la seva informació personal i bancària.	Sé que les meves dades personals i bancàries són importants i tinc cura amb elles.	Avalua si la persona jove gestiona de manera segura la seva informació sensible (Seguretat digital i protecció personal).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent Living Skills (ILS) Checklist
1.4.8	És capaç de gestionar de manera segura les seves contrasenyes i credencials personals.	Recordo o apunto en un lloc segur les meves contrasenyes.	Avalua si la persona jove protegeix les seves credencials (Seguretat digital i protecció personal).	• –
1.4.9	És capaç de reconèixer riscos associats a relacions iniciades en línia i actuar amb prudència.	Sé que parlar o trobar-me amb algú que he conegut per internet pot ser perillós i vaig amb compte.	Avalua si la persona jove identifica riscos de contactes online i actua de manera preventiva (Seguretat digital i protecció personal).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Josefina Sala
1.4.10	És capaç d'utilitzar les xarxes socials de manera segura, regulant la informació que comparteix i gestionant la seva privacitat.	Penso abans de penjar coses a les xarxes socials i controlo qui pot veure el que publico.	Avalua l'ús responsable de la privacitat i la gestió de continguts a xarxes socials (Tecnologia i xarxes socials + Competència digital crítica).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment
1.4.11	És capaç d'interpretar críticament la informació que rep a les xarxes socials, identificant continguts poc fiables o enganyosos.	Sé que no tot el que veig a xarxes és veritat i ho reviso críticament.	Avalua el pensament crític davant la informació digital (Competència digital crítica).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment
1.4.12	És capaç de gestionar de manera adequada les interaccions en línia, identificant i responent a situacions de risc o discriminació.	Sé què fer si algú em tracta malament o veig comportaments discriminadors a xarxes.	Avalua la gestió de situacions socials problemàtiques en entorns digitals (Tecnologia i xarxes socials + Competència digital crítica).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Josefina Sala
1.4.13	És capaç de reconèixer situacions de manipulació, frau o pressió comercial i respondre-hi de manera assertiva.	Sé detectar estafes i dir que no si em volen enganyar o em pressionen.	Avalua si la persona jove identifica riscos socials i comercials i actua de manera assertiva (Protecció davant riscos externs).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Josefina Sala
1.4.14	És capaç de comprendre el funcionament i la finalitat de les assegurances i prendre decisions informades sobre la seva contractació.	Entenc per a que serveixen les assegurances (de la llar, de viatge, de salut...) i puc valorar si en necessito una.	Avalua si la persona jove entén el sistema d'assegurances i pot fer eleccions bàsiques informades (Protecció davant riscos externs).	• Adolescent Autonomy Checklist

1.5 Autonomia en la mobilitat i ús de recursos de desplaçament

Voltar pel món

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
1.5.1	És capaç d'adoptar conductes segures en els desplaçaments i utilitzar cívicament els sistemes de transport.	Em moc de manera segura: porto cinturó o casc, respecto els semàfors, miro abans de creuar, valido els bitllets...	Avalua si la persona jove aplica normes bàsiques de seguretat i convivència en els desplaçaments i mitjans de transport (Seguretat i convivència en la mobilitat).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado.
1.5.2	És capaç d'entendre i utilitzar adreces per orientar-se i localitzar destinacions.	Entenc les adreces i sé trobar llocs a partir d'una direcció.	Avalua si la persona jove comprèn sistemes d'adreçament i pot orientar-se a partir d'aquests (Orientació i autonomia espacial).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist
1.5.3	És capaç d'utilitzar diferents mitjans de transport públic i seleccionar el bitllet o opció més adequada segons el desplaçament.	Sé utilitzar els diversos tipus de transport públic i comprar el bitllet que em va millor.	Avalua si la persona jove coneix i utilitza adequadament el transport públic i pren decisions bàsiques de compra de bitllets (Gestió de recursos de mobilitat).	• Adolescent Autonomy Checklist
1.5.4	És capaç de planificar i realitzar desplaçaments complexos utilitzant transport públic i eines d'orientació.	Sé arribar als llocs inclús fent múltiples transbords (preguntant les direccions, usant aplicacions de mapes...)	Avalua si la persona jove pot desplaçar-se de manera autònoma en trajectes complexos utilitzant recursos d'orientació i planificació (Gestió de recursos de mobilitat).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Josefina Sala
1.5.5	És capaç de comprendre i utilitzar serveis de transport privat com taxis o VTC per desplaçar-se de manera autònoma.	Sé com funcionen els taxis o Uber, quan costen, com demanar-los i com donar la direcció.	Avalua si la persona jove pot utilitzar serveis de transport privat i comunicar-se adequadament amb el servei (Gestió de recursos de mobilitat).	• Independent Living Skills checklist
1.5.6	És capaç de conèixer els requisits i passos per obtenir el permís de conduir.	Sé quins passos s'han de seguir per treure'm el carnet de conduir.	Avalua si la persona jove coneix tràmits de mobilitat (Autonomia administrativa en mobilitat + Tràmits i gestions).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • P1

BLOC 2. AUTONOMIA DOMÈSTICA "JO AL DIA A DIA"

2.1 Gestió econòmica personal i administració de recursos

Sobreviure amb diners (i no morir en l'intent)

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
2.1.1	És capaç de diferenciar entre necessitats bàsiques i desitjos o luxes en la presa de decisions econòmiques.	Entenc la diferència entre el que necessito i el que és un luxe o un desig.	Avalua si la persona jove distingeix entre necessitats i luxes en el consum i la gestió de recursos (Consum responsable i estalvi).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Independent living skills checklist
2.1.2	És capaç d'aplicar estratègies d'estalvi i consum responsable en la vida quotidiana.	Conec maneres d'estalviar com comparar preus, estalviar energia i aigua o reduir despeses.	Avalua si la persona jove utilitza estratègies per reduir despeses i consumir de manera eficient (Consum responsable i estalvi).	• Independent living skills checklist • Josefina Sala • J2
2.1.3	És capaç de comprendre i estimar els costos associats a l'habitatge i a la vida	Entenc quant costa viure sol/a (el pis, la llum, l'aigua, el menjar, el	Avalua si la persona jove coneix els principals costos de la vida independent i pot fer-se una idea realista de les	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

	independent, incloent subministraments bàsics, alimentació i transport.	transport...) i la importància d'estalviar.	despeses bàsiques necessàries (Planificació econòmica personal + Gestió econòmica de l'habitatge).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.1.4	És capaç de planificar i gestionar les seves despeses personals mitjançant un pressupost ajustat als seus ingressos i necessitats, incorporant criteris de previsió i estalvi.	Sé fer un pressupost adequat a les meves necessitats i planificar les meves despeses per no quedar-me sense diners i intentar estalviar.	Avalua si la persona jove pot organitzar ingressos i despeses en un pressupost realista i utilitzar-lo per planificar les seves despeses amb previsió d'estalvi (Planificació econòmica personal).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Ansell-Casey Life Skills Assessment • FosterClub's Trasition Toolkit • Josefina Sala • P1
2.1.5	És capaç de fer un seguiment del seu pressupost i registrar els seus ingressos i despeses personals.	Apunto el que guanyo i gasto i reviso si segueixo el pressupost.	Avalua si la persona jove fa seguiment dels seus diners de manera sistemàtica (Planificació econòmica personal).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
2.1.6	És capaç de comprendre el funcionament bàsic dels productes bancaris i financers com les targetes de crèdit, les de dèbit, els comptes bancaris o les factures.	Entenc com funcionen els comptes bancaris, les targetes de dèbit i crèdit i els diversos tipus de factures.	Avalua si la persona jove coneix productes bancaris bàsics i el seu funcionament (Alfabetització financera i bancària).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Josefina Sala
2.1.7	És capaç de realitzar tràmits bàsics bancaris com l'obertura d'un compte.	Sé on he d'anar per obrir un compte bancari i què he de tenir en compte al fer-ho.	Avalua si la persona jove pot iniciar relacions amb entitats bancàries (Alfabetització financera i bancària + Tràmits i gestions).	• Adolescent Autonomy Checklist • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.
2.1.8	És capaç de comprendre els components i funcionament d'una nòmina i diferenciar entre salari brut i net.	Entenc una nòmina i la diferència entre el que guanyo i el que rebo.	Avalua si la persona jove entén informació bàsica sobre salaris i ingressos laborals (Alfabetització laboral i fiscal + Tràmits i gestions).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent living skills checklist
2.1.9	És capaç d'entendre el funcionament de la Seguretat Social i les prestacions associades (atur, ajudes), així com el procediment per sol·licitar-les i les implicacions del treball no declarat.	Entenc com funciona la Seguretat Social, l'atur i què implica treballar sense contracte.	Avalua si la persona jove comprèn el sistema de protecció social, les prestacions disponibles i les conseqüències legals i econòmiques del treball no declarat (Alfabetització laboral i fiscal + Consciència legal i responsabilitat ciutadana + Coneixement del món laboral).	• –
2.1.10	És capaç de conèixer i analitzar les diferents opcions d'obtenció de diners (família, amistats, préstecs bancaris, préstecs ràpids, cases d'empenyorament, compres a termini etc.), valorant-ne els riscos, avantatges i desavantatges.	Entenc les diferents maneres de demanar diners (amics, família, cases d'empenyorament, préstecs bancaris, préstecs ràpids, etc.) i els riscos de cadascuna.	Avalua si la persona jove entén diverses vies d'accés a diners i és capaç de valorar-ne implicacions, riscos i beneficis (Alfabetització financera i bancària).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Josefina Sala
2.1.11	És capaç de conèixer les obligacions fiscals bàsiques (impostos i declaracions), comprendre'n la importància i identificar les conseqüències de no complir-les.	Sé quins impostos o declaracions he de fer i entenc què pot passar si no ho faig correctament.	Avalua si la persona jove coneix les obligacions fiscals bàsiques i comprèn les implicacions de no complir-les (Alfabetització laboral i fiscal + Consciència legal i responsabilitat ciutadana + Coneixement del món laboral + Tràmits i gestions).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent living skills checklist • FosterClub's Trasition toolkit

2.1.12	És capaç d'identificar, valorar i accedir a recursos de suport econòmic i assessorament davant dificultats financeres, com ara pagament de subministraments bàsics, factures o tràmits administratius, i d'avaluar si compleix els requisits per accedir-hi.	Sé on demanar ajuda si tinc problemes econòmics necessito ajuda per fer tràmits o demanar ajudes (per pagar la llum, l'aigua, el lloguer, aliments...)	Avalua si la persona jove coneix i sap activar recursos de suport econòmic i social davant situacions de dificultat, incloent-hi ajudes per a subministraments bàsics, gestió de deutes o impagaments i suport en tràmits administratius, així com la capacitat de valorar la seva elegibilitat per accedir-hi (Accés a recursos i suport econòmic + Drets, protecció i suport).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
2.1.13	És capaç d'identificar els principals serveis i subministraments de la llar (llum, aigua, gas, internet, etc.), comprendre com es contracten i gestionen, conèixer la seva periodicitat de pagament i les conseqüències de no fer-ho.	Conec com es gestionen i contracten els serveis de casa (llum, aigua, internet, gas, etc.) i què passa si no pago les factures a temps.	Avalua si la persona jove reconeix els principals serveis domèstics i comprèn com es contracten, com es gestionen i amb quina periodicitat s'han de pagar així com les conseqüències associades si no es paguen (Gestió de recursos domèstics).	• Adolescent Autonomy Checklist • P1

2.2 Accés, manteniment i autonomia en l'habitatge

Buscant el meu niu

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
2.2.1	És capaç de conèixer i comparar diferents opcions d'habitatge (pis compartit, habitació, cohabitatge, pis independent o habitatge amb suport) i valorar-ne l'adequació segons necessitats personals i capacitat econòmica.	Conec diferents tipus d'habitatge (pis compartit, habitació, cohabitatge, pis independent o habitatge amb suport...) i sé quins s'ajusten millor al que necessito i al meu pressupost.	Avalua si la persona jove identifica i compara opcions d'habitatge en funció de les seves necessitats i recursos econòmics (Recerca i accés a l'habitatge).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Life Skills Checklist • J1 • Josefina Sala • P1
2.2.2	És capaç de cercar habitatge utilitzant diferents canals i recursos disponibles.	Sé buscar habitatge utilitzant internet, anuncis o altres opcions.	Avalua si la persona jove sap utilitzar recursos diversos per localitzar habitatge disponible (Recerca i accés a l'habitatge).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.2.3	És capaç d'avaluar les condicions bàsiques d'un habitatge en relació amb la seguretat, l'estat i la ubicació, i d'entendre com aquests factors influeixen en el seu preu i accessibilitat.	Quan busco pis miro si és segur, està bé i on és, i entenc com això afecta el preu.	Avalua si la persona jove pot valorar la qualitat i adequació d'un habitatge i comprèn la relació entre característiques de l'habitatge i el seu cost (Recerca i accés a l'habitatge).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.2.4	És capaç d'entendre conceptes bàsics relacionats amb l'habitatge com la fiança, el contracte i el lloguer, així com identificar-ne les principals modalitats (temporal, indefinit, etc.).	Entenc què són la fiança, el contracte i el lloguer, i conec els diferents tipus que poden existir (temporal, indefinit...)	Avalua si la persona jove comprèn conceptes bàsics i documents legals relacionats amb l'habitatge (Gestió administrativa i legal de l'habitatge + Tràmits i gestions).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • J1
2.2.5	És capaç de completar formularis i documentació vinculada a l'habitatge.	Sé omplir papers o formularis per llogar un pis o fer tràmits relacionats amb l'habitatge.	Avalua si la persona jove pot gestionar tràmits bàsics relacionats amb l'habitatge (Tràmits i gestions + Gestió administrativa i legal de l'habitatge).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care

2.2.6	És capaç d'elaborar i gestionar un pressupost relacionat amb l'habitatge incloent-hi calcular els costos inicials necessaris per establir-se en un habitatge.	Sé calcular quant costa viure en un pis i els diners que necessito per començar-hi a viure (lloguer, fiança, mobles...)	Avalua si la persona jove planifica despeses vinculades a l'habitatge i si comprèn els costos inicials de la vida independent (Planificació econòmica personal + Gestió econòmica de l'habitatge).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Ansell-Casey Life Skills Assessment
2.2.7	És capaç d'entendre i assumir les responsabilitats i obligacions associades a viure en un habitatge de lloguer o compartit, incloent el respecte a les normes de convivència, als companys de pis i al veïnat, i la gestió adequada dels conflictes quotidians.	Entenc les responsabilitats i obligacions si visc en un pis i sé conviure amb altres persones, respectant les normes, els companys i els veïns.	Avalua si la persona jove coneix els drets i deures en l'habitatge i és capaç de mantenir una convivència respectuosa amb altres residents i amb el veïnat (Convivència residencial + Comunicació i habilitats socials + Consciència legal i responsabilitat ciutadana).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Life Skills Checklist • Josefina Sala
2.2.8	És capaç d'entendre les conseqüències de no complir un contracte de lloguer.	Sé què passa si no compleixo el contracte d'un pis o no pago a temps.	Avalua si la persona jove coneix implicacions legals de l'incompliment contractual (Gestió administrativa i legal de l'habitatge).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.2.9	És capaç d'identificar els elements bàsics necessaris per viure de manera independent.	Sé quines coses necessito per viure sol/a, com mobles, utensilis de cuina, productes de neteja, roba de llit...	Avalua si la persona jove coneix els recursos materials bàsics per a la vida independent (Vida quotidiana).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.2.10	És capaç d'identificar i planificar opcions reals d'allotjament i suport un cop finalitzada la tutela, incloent recursos residencials, xarxes de suport i itineraris d'emancipació.	Sé on podré viure i quines opcions reals tinc quan faci 18 anys.	Avalua si la persona jove té identificades i planificades opcions d'habitatge i suport per a la transició a la vida adulta un cop finalitzada la tutela (Planificació residencial i emancipació).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
2.2.11	És capaç d'identificar opcions d'habitatge a curt termini i persones de suport en cas de necessitat.	Sé on podria viure o amb qui podria quedar-me temporalment si ho necessités.	Avalua si la persona jove disposa de recursos alternatius d'allotjament i xarxa de suport (Planificació residencial i emancipació).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)

2.3 Gestió de la llar i habilitats de vida domèstica

Mantenir el niu net i la panxa plena

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
2.3.1	És capaç de planificar una alimentació equilibrada i assequible, incloent la gestió de la compra dins d'un pressupost.	Sé organitzar una alimentació que sigui equilibrada, saludable i econòmica.	Avalua si la persona jove planifica la seva alimentació tenint en compte criteris nutricionals i econòmics (Alimentació i cuina + Hàbits, d'autocura, higiene i salut + Consum responsable i estalvi).	• Independent Living Skills A checklist for young people in care • Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Independent living skills checklist • Josefina Sala.
2.3.2	És capaç de preparar àpats variats, equilibrats i assequibles, amb o sense recepta.	Cuino plats variats, equilibrats i assequibles, amb o sense recepta.	Avalua si la persona jove té habilitats bàsiques de cuina i pot preparar aliments diversos de manera autònoma (Alimentació i cuina).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.

				• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent living skills checklist • Adolescent Autonomy Checklist • P1 • J2
2.3.3	És capaç de conservar i emmagatzemar aliments de manera segura, evitant el malbaratament i identificant aliments en mal estat o caducats.	Guardo els aliments correctament i sé detectar quan ja no són segurs per menjar.	Avalua si la persona jove gestiona correctament la conservació dels aliments i evita riscos alimentaris (Alimentació i cuina + Seguretat domèstica).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist • Independent living skills checklist
2.3.4	És capaç de netejar els estris i superfícies de cuina després de preparar aliments, deixant l'espai en condicions d'higiene adequades.	Rento els plats, utensilis i netejo la cuina després de cuinar.	Avalua si la persona jove manté la higiene de l'espai de cuina després de l'ús, incloent estris i superfícies (Alimentació i cuina).	• –
2.3.5	És capaç d'utilitzar normes bàsiques de comportament a taula en contextos socials i quotidians.	Em comporto adequadament a taula (fer servir coberts, mastegar amb la boca tancada, buidar la boca per parlar...)	Avalua si la persona jove aplica normes bàsiques de conducta a taula en situacions socials (Alimentació i cuina + Comunicació i habilitats socials).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist • Independent living skills checklist
2.3.6	És capaç d'utilitzar de manera segura i adequada estris i electrodomèstics de cuina habituals, aplicant mesures bàsiques de prevenció de riscos.	Faig servir estris i aparells de cuina de manera segura (ganivet, fogons, forn, microones...).	Avalua si la persona jove utilitza correctament i amb seguretat els instruments i electrodomèstics de cuina en activitats quotidianes (Alimentació i cuina + Seguretat domèstica).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills Checklist
2.3.7	És capaç de rentar, assecar, planxar i gestionar la roba de manera adequada i autònoma.	Rento, asseco, plego i guardo la meva roba quan toca.	Avalua si la persona jove gestiona correctament la bugada i els electrodomèstics associats (cura de la roba).	• Adolescent Autonomy Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • P1 • J1
2.3.8	És capaç d'eliminar taques de la roba utilitzant tècniques i productes adequats.	Trec taques de la meva roba amb els productes adequats.	Avalua si la persona jove sap tractar taques i mantenir la roba en bon estat (Cura de la roba).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist
2.3.9	És capaç de mantenir el seu espai vital net, ordenat i en condicions adequades d'higiene.	Mantinc el meu espai net i endreçat.	Avalua si la persona jove manté l'ordre i la higiene del seu entorn personal (Organització i higiene de la llar).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación
2.3.10	És capaç de fer el llit, canviar la roba de llit de manera periòdica i adaptar-la necessitats i clima.	Faig el llit, rento la roba de llit quan toca i la canvio si fa més o menys fred.	Avalua si la persona jove manté l'ordre i la higiene de l'espai de descans (Organització i higiene de la llar).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care
2.3.11	És capaç de netejar i mantenir els espais de la llar en condicions adequades d'higiene.	Sé com netejar els diversos espais de la casa (bany, cuina...), amb quins	Avalua si la persona jove realitza tasques bàsiques de neteja domèstica distribuint-les i planificant-les en el temps (Organització i higiene de la llar).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de

		productes de neteja i cada quant ho he de fer per mantenir-la neta.		jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Independent living skills checklist • J1 • J2
2.3.12	És capaç de gestionar adequadament els residus domèstics i reciclar correctament.	Separo bé les escombraries per reciclar-les.	Avalua si la persona jove gestiona correctament els residus domèstics (Organització i higiene de la llar).	• Adolescent Autonomy Checklist
2.3.13	És capaç de preparar els materials necessaris per a activitats quotidianes.	Recordo preparar el que necessito per al dia a dia.	Avalua si la persona jove planifica i prepara recursos necessaris per a activitats diàries (Organització personal i autonomia quotidiana).	• Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado.
2.3.14	És capaç d'utilitzar de manera segura i eficient els equips, instal·lacions i subministraments bàsics de la llar (aigua, electricitat, climatització, etc.) i actuar adequadament davant incidències senzilles.	Sé fer servir la llum, l'aigua i la calefacció i què fer si hi ha algun problema (tancar l'aigua, pujar o baixar els ploms...)	Avalua si la persona jove utilitza correctament els recursos bàsics de la llar i coneix actuacions bàsiques davant incidències domèstiques (Seguretat domèstica + Gestió i manteniment de la llar).	• Independent living skills checklist • Independent Living Skills (ILS) Checklist
2.3.15	És capaç de realitzar petites reparacions domèstiques bàsiques i saber quan cal demanar ajuda professional.	Sé fer petites reparacions (com canviar una bombeta, desembussar un vàter o cosir un botó) o sé a qui avisar si no ho puc arreglar jo.	Avalua si la persona jove resol incidències domèstiques bàsiques i identifica recursos de suport (Seguretat domèstica + Gestió i manteniment de la llar).	• Adolescent Autonomy Checklist • Life Skills Inventory Independent Living Skills Assessment Tool • Independent living skills checklist
2.3.16	És capaç d'identificar i actuar davant plagues o infestacions domèstiques.	Sé què pot causar plagues a casa i com evitar-les o eliminar-les.	Avalua si la persona jove reconeix riscos d'higiene domèstica i sap actuar davant infestacions (Seguretat domèstica + Gestió i manteniment de la llar).	• Independent living skills checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care

BLOC 3. AUTONOMIA SOCIAL, COMUNITÀRIA I CIUTADANA "JO AMB ELS ALTRES"

3.1 Competències socio-relacionals i xarxa de suport social

El meu cercle

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
3.1.1	És capaç d'identificar figures adultes accessibles i fiables en el seu entorn a les quals pot recórrer en situacions de necessitat o emergència.	Identifico almenys una persona adulta de confiança a qui puc trucar si tinc un problema o una emergència.	Avalua si la persona jove identifica adults de suport disponibles i hi pot recórrer en situacions de necessitat (Seguretat en les relacions socials + Xarxa de suport i vincles).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

3.1.2	És capaç d'identificar adults amb qui manté una relació de suport, seguiment o vincle positiu i significatiu.	Identifico adults de confiança que es preocupen per mi i amb qui mantinc una relació de suport i contacte.	Avalua si la persona jove reconeix relacions adultes de suport continuat (Xarxa de suport i vincles).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
3.1.3	És capaç d'identificar i reconèixer una xarxa diversa de persones de suport en diferents àmbits de la seva vida (educatiu, laboral, familiar, comunitari o d'oci) i distingir a qui pot recórrer segons la situació.	Identifico a quines persones puc demanar ajuda segons la situació (escola, família, amics...).	Avalua si la persona jove disposa i identifica una xarxa de suport diversificada i funcional en diferents contextos vitals (Xarxa de suport i vincles).	• –
3.1.4	És capaç d'identificar persones amb qui pot compartir moments socials significatius (festivitats, celebracions o esdeveniments importants).	Identifico persones amb qui compartir celebracions o moments importants.	Avalua si la persona jove disposa de vincles socials en contextos significatius i positius (Xarxa de suport i vincles).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
3.1.5	És capaç d'identificar relacions d'amistat que contribueixen al seu benestar emocional i sentit de pertinença.	Tinc amistats amb qui em sento valorat/da i segur/a.	Avalua si la persona jove disposa de relacions d'amistat positives i segures (Xarxa de suport i vincles).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
3.1.6	És capaç d'identificar relacions que poden ser perjudicials, coercitives o insegures i establir-hi límits o distància.	Poso límits i/o m'allunyo de persones que em fan mal, em pressionen o tenen comportaments perjudicials per a mi.	Avalua si la persona jove reconeix relacions de risc i aplica estratègies de protecció personal (Seguretat en les relacions socials).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Josefina Sala • P1
3.1.7	És capaç de respectar els límits, negatives i desacords dels altres de manera adequada.	Respecto quan una persona em diu que "no" o pensa diferent de mi.	Avalua si la persona jove accepta els límits aliens i el consentiment i com ho gestiona (Comunicació i habilitats socials).	• Life Skills Checklist
3.1.8	És capaç d'expressar de manera clara, respectuosa i assertiva les seves opinions, necessitats, decisions i qualsevol malestar o desacord davant situacions que li generen incomoditat o dany.	Explico el que penso, el que necessito i quan alguna cosa em fa mal o no m'agrada, de manera clara i respectuosa.	Avalua si la persona jove és capaç de comunicar-se de manera assertiva, expressant opinions, necessitats i decisions, així com de manifestar malestar o desacord davant situacions incòmodes o perjudicials, establint límits personals de forma adequada i respectuosa (Comunicació i habilitats socials).	• AIR Self-Determination Scale • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
3.1.9	És capaç d'expressar conductes de cura, afecte i consideració cap a les persones significatives del seu entorn.	Demostro a les persones que m'importen que em preocupo per elles.	Avalua si la persona jove expressa afecte i reciprocitat en les relacions (Comunicació i habilitats socials).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Evaluate Your Reputation
3.1.10	És capaç de mantenir interaccions socials adequades i de comprendre i considerar perspectives diferents de la pròpia en situacions socials, utilitzant comunicació verbal i no verbal de manera ajustada al context.	Puc mantenir converses i relacionar-me amb altres persones encara que no pensin com jo.	Avalua si la persona jove és capaç d'establir i mantenir interaccions socials bàsiques de manera adequada, utilitzant habilitats de comunicació verbal i no verbal (com el contacte visual, l'escolta i la conversa), i si alhora mostra capacitat d'empatia cognitiva i presa de perspectiva, comprenent i considerant punts de vista diferents del propi en situacions socials (Comunicació i habilitats socials).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care
3.1.11	És capaç d'ajustar la seva comunicació, llenguatge i conducta segons el context social o professional.	Adapto com em comporto i com parlo segons la situació i les persones.	Avalua si la persona jove adapta la seva conducta a diferents contextos socials (Comunicació i habilitats socials).	• Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals.

				• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado.
3.1.12	És capaç de col·laborar amb altres persones en activitats compartides o objectius comuns.	Sé treballar i col·laborar amb altres persones.	Avalua si la persona jove participa adequadament en dinàmiques de cooperació (Comunicació i habilitats socials).	• Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals.
3.1.13	És capaç d'aplicar mecanismes efectius de resolució de conflictes.	Mantinc la calma i parlo per resoldre problemes amb altres persones.	Avalua si la persona jove utilitza estratègies de gestió de conflictes (Comunicació i habilitats socials).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care
3.1.14	És capaç d'expressar-se de manera assertiva en interaccions socials i identificar estils de comunicació passiva i agressiva en ell/a i en els altres.	Sé parlar de manera assertiva i identificar quan algú o jo mateix/a ho faig de manera passiva o agressiva.	Avalua si la persona jove utilitza la comunicació assertiva i identifica diferents estils comunicatius (Comunicació i habilitats socials).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • P1
3.1.15	És capaç de mantenir actituds de respecte en les interaccions socials quotidianes.	Tracto les persones amb respecte i educació (saludar, acomiadar-me, donar les gràcies, demanar sisplau, demanar perdó...)	Avalua si la persona jove manté conductes socials respectuoses (Comunicació i habilitats socials).	• Evaluate Your Reputation • J2
3.1.16	És capaç d'analitzar les relacions familiars amb una certa distància i objectivitat, identificant impactes positius i negatius en el seu benestar.	Puc veure les coses bones i dolentes de la meva família i com m'afecten.	Avalua si la persona jove reflexiona sobre l'impacte emocional de les relacions familiars amb una aproximació relativament objectiva (Relacions familiars i consciència relacional).	• Josefina Sala • P1
3.1.17	És capaç d'ajustar expectatives sobre el suport familiar de manera realista.	Conec què em poden oferir i què no les diferents persones del meu entorn familiar i ajusto les meves expectatives de manera realista.	Avalua si la persona jove té expectatives realistes sobre el suport familiar (Relacions familiars i consciència relacional).	• Josefina Sala • P1

3.2 Participació en activitats d'oci, lleure i vida comunitària

Desconnectar i viure la vida

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
3.2.1	És capaç d'ocupar el seu temps lliure amb activitats saludables i significatives que li generen satisfacció.	Ocupo el meu temps lliure amb activitats que m'agraden i em fan sentir bé.	Avalua si la persona jove utilitza el temps lliure de manera activa i saludable (Gestió saludable del temps lliure).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
3.2.2	És capaç d'organitzar el seu temps lliure de manera equilibrada amb les seves responsabilitats quotidianes.	Combino el meu temps lliure amb les obligacions del dia a dia.	Avalua si la persona jove gestiona el temps de manera equilibrada, compatibilitzant activitats d'oci amb	• –

			responsabilitats personals, acadèmiques, laborals o domèstiques (Gestió saludable del temps lliure).	
3.2.3	És capaç d'identificar patrons d'ús del temps lliure potencialment poc saludables o desequilibrats i integrar-los de manera equilibrada dins d'una rutina d'oci variada i beneficiosa per al benestar.	Sé reconèixer quan una activitat no és massa saludable (com passar molta estona a les xarxes) i puc equilibrar-ho amb altres activitats que em fan bé.	Avalua si la persona jove identifica usos del temps lliure que poden ser desequilibrats i mostra capacitat per regular-los sense eliminar-los necessàriament, sinó integrant-los de manera saludable dins d'un conjunt d'activitats diverses (Gestió saludable del temps lliure).	• –
3.2.4	És capaç de comprendre els beneficis personals, socials i comunitaris de la participació en activitats de voluntariat i altres activitats de vinculació i participació comunitària.	Entenc què aporta participar en voluntariat o en activitats de la comunitat, tant per a mi com per a la gent del meu entorn.	Avalua si la persona jove reconeix el valor de la participació en activitats comunitàries (voluntariat i implicació comunitària) en dimensions personals, socials i col·lectives (Participació comunitària).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

3.3 Competència cívica i participació ciutadana

El meu lloc al món

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
3.3.1	És capaç de conèixer el seu estatus de ciutadania i entendre els drets i limitacions associats.	Conec la meva situació legal i què em permet i què no.	Avalua si la persona jove entén la seva situació legal i els drets associats a la ciutadania (Identitat legal i documentació).	• Adolescent Autonomy Checklist
3.3.2	És capaç de conèixer els documents personals bàsics, entendre'n la funció i gestionar-ne la vigència i renovació.	Sé quins documents són importants (DNI/NIE, targeta sanitària, passaport...), per a què serveixen i com renovar-los quan caduquen.	Avalua si la persona jove identifica els principals documents personals, entén la seva funció i manté una gestió bàsica de la seva vigència i renovació (Identitat legal i documentació + Tràmits i gestions).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • J1 • J2
3.3.3	És capaç de conèixer els tràmits i gestions administratives necessaris en cas de canvi de domicili, incloent empadronament i altres serveis bàsics vinculats.	Sé quins tràmits he de fer quan canvio de domicili.	Avalua si la persona jove identifica i pot gestionar els principals tràmits associats a un canvi de domicili (Gestió administrativa i institucional + Tràmits i gestions).	• P1
3.3.4	És capaç de conèixer els principals límits d'edat legals i les responsabilitats associades en diferents àmbits de la vida quotidiana.	Conec els principals límits d'edat legals (per exemple: edat de consentiment, comprar alcohol o tabac, treballar, votar...).	Conec els principals límits d'edat legals (per exemple: edat de consentiment, comprar alcohol o tabac, treballar, votar...) (Consciència legal i responsabilitat ciutadana).	• Independent Living Skills – A checklist for young people in care • Life Skills Checklist
3.3.5	És capaç de tenir una comprensió general de les conseqüències legals associades a conductes delictives o infraccions habituals.	Tinc una idea general de les sancions per: comprar o vendre drogues, robatori, agressions, conduir sense carnet, etc.	Avalua si la persona jove coneix conseqüències legals bàsiques de conductes il·legals (consciència legal preventiva) (Consciència legal i responsabilitat ciutadana).	• Independent Living Skills • Life Skills Checklist
3.3.6	És capaç de conèixer els seus drets i les pautes bàsiques d'actuació davant situacions policials o judicials.	Sé quins són els meus drets si em para la policia o si tinc un problema legal i com he d'actuar.	Avalua si la persona jove coneix els drets fonamentals i les pautes bàsiques d'interacció amb forces de seguretat i sistema judicial (protecció legal i interacció institucional) (Consciència legal i responsabilitat ciutadana).	• Life Skills Checklist • Independent Living Skills

3.3.7	És capaç de comprendre el sistema democràtic i la participació electoral.	Sé perquè és important votar, com informar-me sobre les opcions polítiques i com exercir el meu dret a vot.	Avalua si la persona jove entén el sentit del vot i la participació democràtica (Participació ciutadana i pensament crític).	• Adolescent Autonomy Checklist • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.
3.3.8	És capaç de conèixer de manera general les obligacions cíviques especials en la vida adulta.	Sé que algun dia puc ser convocat/da a una mesa electoral o jurat popular, entre d'altres, i què implica no anar-hi.	Avalua si la persona jove coneix obligacions cíviques específiques (Participació ciutadana i pensament crític).	• —
3.3.9	És capaç d'identificar informació fiable i diferenciar-la de la desinformació.	Sé diferenciar les notícies falses de les reals.	Avalua si la persona jove desenvolupa pensament crític davant la informació (Participació ciutadana i pensament crític).	• Adolescent Autonomy Checklist
3.3.10	És capaç d'identificar situacions de vulneració de drets o risc i conèixer canals de denúncia i recursos de suport.	Sé què puc denunciar (assetjament, violència, fraus...) i on demanar ajuda o com fer una denúncia.	És capaç d'identificar situacions de vulneració de drets o risc i conèixer canals de denúncia i recursos de suport (Drets, protecció i suport).	• Adolescent Autonomy Checklist • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Independent Living Skills – A checklist for young people in care
3.3.11	És capaç de mantenir contacte amb els seus plans i recursos de seguiment després de la tutela.	Sé que puc continuar rebent suport després de sortir del sistema de protecció.	Avalua si la persona jove manté connexió amb recursos de transició a la vida adulta (Drets, protecció i suport).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills
3.3.12	És capaç de conèixer recursos de suport i acompanyament després de la sortida del sistema de protecció.	Sé que hi ha serveis i entitats que em poden ajudar i com contactar-hi (per orientació laboral, suport educatiu, situacions de racisme, de violència de gènere, suport legal...)	Avalua si la persona jove identifica xarxes de suport post-tutela (Drets, protecció i suport).	• Adolescent Autonomy Checklist • Josefina Sala • P1
3.3.13	És capaç de conèixer els mecanismes de consulta de la seva història o expedients personals de protecció.	Sé com accedir als meus informes i documents del meu expedient de tutela un cop n'he sortit.	Avalua si la persona jove coneix el dret d'accés a la seva informació personal (Drets, protecció i suport).	• Independent Living Skills: A checklist for young people in care • Ansell-Casey Life Skills Assessment
3.3.14	És capaç de conèixer els drets de les persones amb discapacitat i el seu reconeixement legal i conèixer i sol·licitar adaptacions o suports individualitzats quan els necessita	Conec els drets de les persones amb discapacitat i com demanar adaptacions individualitzades a l'escola o a la feina si les necessito.	Avalua si la persona jove coneix el marc de drets en discapacitat i és capaç de defensar els seus propis drets (Drets, protecció i suport).	• Transition to Adult Living in Pennsylvania • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist.
3.3.15	És capaç de comprendre els drets del consumidor i gestionar devolucions o garanties.	Sé què fer si vull retornar una producte o demanar reparacions sota garantia.	Avalua si la persona jove coneix drets bàsics de consum (Drets, protecció i suport).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.

3.3.16	És capaç de comprendre els drets dels animals i les responsabilitats associades a la seva cura, així com els costos econòmics i organitzatius derivats de la seva tinença.	Conec els drets dels animals, què implica tenir-ne un i els costos que comporten (temps, diners, responsabilitat...)	Avalua si la persona jove entén les responsabilitats, implicacions ètiques i costos associats a la tinença d'animals (Consciència legal i responsabilitat ciutadana).	• —

BLOC 4. PROJECTE VITAL "JO COM A ADULT"

4.1 Trajectòria formativa i laboral

Cap on vaig?

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
4.1.1	És capaç de reconèixer el valor de l'esforç acadèmic com a factor clau per a l'accés a oportunitats formatives i laborals futures.	Sé que esforçar-me en els estudis m'ajuda a tenir més opcions de feina i futur.	Avalua si la persona jove entén la relació entre esforç acadèmic i oportunitats futures (Importància de l'educació i la feina).	• Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
4.1.2	És capaç de mantenir hàbits bàsics de responsabilitat escolar o formativa de manera consistent.	Faig els deures, els reviso i els entrego a temps.	Avalua si la persona jove compleix les tasques acadèmiques amb regularitat (responsabilitat acadèmica).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
4.1.3	És capaç d'organitzar-se i utilitzar estratègies bàsiques per preparar exàmens i presentacions acadèmiques o formatives.	Em preparo amb temps per als exàmens i presentacions.	Avalua si la persona jove aplica estratègies de preparació i planificació per afrontar exàmens o exposicions (Responsabilitat acadèmica i laboral).	• Independent Living Skills A checklist for young people in care • Ansell-Casey Life Skills Assessment
4.1.4	És capaç de mantenir l'assistència i la puntualitat en contextos educatius o formatius, seguint criteris de responsabilitat.	Vaig a classe amb regularitat i només falto si és necessari (metge, visites familiars, tràmits...).	Avalua si la persona jove manté assistència regular i justificada (compromís formatiu).	• Independent living skills checklist
4.1.5	És capaç de conèixer i utilitzar recursos de suport educatiu i d'orientació acadèmica i laboral.	Sé on demanar ajuda per estudiar i on rebre orientació sobre estudis i feina.	Avalua si la persona jove identifica recursos de suport educatiu i orientació vocacional (Orientació acadèmica i vocacional + Drets, protecció i suport).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills
4.1.6	És capaç de conèixer els tipus de formació disponibles i les seves condicions d'accés.	Entenc les opcions d'estudis (ESO, PFI, batxillerat, graus...), què permeten i què es necessita per accedir-hi.	Avalua si la persona jove entén el sistema formatiu (Orientació acadèmica i vocacional).	• —
4.1.7	És capaç de valorar opcions educatives i laborals en funció d'interessos i capacitats personals.	Valoro què puc estudiar o fer segons el que m'agrada i les meves habilitats.	Avalua si la persona jove entén l'impacte de l'educació en el futur (consciència Avalua si la persona jove relaciona interessos, capacitats i opcions formatives/laborals (Orientació acadèmica i vocacional).	• Life Skills Checklist • Life Skills Checklist Independent Living Skills A checklist for young people in care
4.1.8	És capaç de definir objectius personals a curt i llarg termini en relació amb el seu futur educatiu i professional.	Tinc objectius de futur (educatius i laborals) i sé quins passos he de seguir per aconseguir-los.	Avalua si la persona jove planifica el seu futur (Projecte laboral i formatiu).	• Adolescent Autonomy Checklist • QuickBook Of Transition Assessments • Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)
4.1.9	És capaç de conèixer el sistema de beques i ajudes educatives.	Sé que hi ha beques per a seguir estudiant i com demanar-les.	Avalua si la persona jove coneix ajudes econòmiques per estudiar (Orientació acadèmica i vocacional).	• Adolescent Autonomy Checklist • ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de

				jóvenes con experiencia en el sistema de protección.
4.1.10	És capaç de comprendre els beneficis i la necessitat del treball en la vida adulta.	Entenc que treballar és important per ser independent.	Avalua si la persona jove entén el valor del treball (Importància de l'educació i la feina).	• Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist.
4.1.11	És capaç de conèixer els drets laborals bàsics, les condicions de treball i les principals modalitats d'ocupació (pública, privada, temporal, indefinida, a temps complet o parcial, amb suport).	Conec les diverses modalitats de feina que hi ha (pública, privada, temporal, fixe, a temps complert, a temps parcial., amb suport..).	Avalua si la persona jove coneix el marc bàsic del món laboral, incloent-hi els drets laborals i les condicions de treball, així com les principals tipologies de contractació i modalitats d'ocupació, mostrant comprensió de les estructures bàsiques del mercat laboral (Coneixement del món laboral + Drets, protecció i suport).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.
4.1.12	És capaç de conèixer i comprendre els drets laborals bàsics, les condicions de treball i els mecanismes de reclamació o actuació davant possibles vulneracions o conflictes laborals.	Sé quins són els meus drets a la feina i què puc fer si tinc problemes o no es compleixen.	Avalua si la persona jove coneix el marc bàsic de drets i deures laborals, entén les condicions essencials d'un contracte o relació laboral i és capaç d'identificar i utilitzar els mecanismes de reclamació o suport davant situacions de conflicte o vulneració de drets, mostrant consciència de protecció laboral (Drets, protecció i suport + Coneixement del món laboral).	• ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección. • Independent living skills checklist • Independent Living Skills A checklist for young people in care • Josefina Sala.
4.1.13	És capaç de conèixer els motius de baixa o absència laboral i els procediments associats.	Sé per quins motius puc faltar a classe o a la feina i com ho he de demanar o comunicar. Sé què pot passar si no tinc motius o no aviso correctament.	Avalua si la persona jove coneix normes d'assistència laboral i educativa (Responsabilitat acadèmica i laboral).	• Independent living skills checklist • Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals. • Josefina Sala.
4.1.14	És capaç de comprendre la importància del comportament i les referències en el món laboral.	Sé que el meu comportament afecta les meves oportunitats laborals i per quins motius em poden acomiadar.	Coneixement del món laboral	• Independent living skills checklist • Independent Living Skills A checklist for young people in care
4.1.15	És capaç de mantenir hàbits bàsics de responsabilitat i comportament adequat en contextos educatius o laborals, complint els deures laborals i acadèmics (puntualitat, realització de tasques, acceptació de correccions i responsabilitat personal).	Tinc bons hàbits laborals i acadèmics: soc puntual, faig les tasques a temps, accepto correccions, compleixo amb les meves responsabilitats...	Avalua si la persona jove manté hàbits de responsabilitat bàsica en entorns formatius o laborals, incloent-hi el compliment dels deures laborals i acadèmics, la puntualitat, la realització de tasques assignades, la capacitat d'acceptar correccions i la responsabilitat sobre les pròpies accions, mostrant competències d'ocupabilitat i conducta responsable (Responsabilitat acadèmica i laboral).	• Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals. • Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado. • Josefina Sala
4.1.16	És capaç de preparar documents bàsics de recerca de feina (CV i carta).	Sé fer un bon currículum i una carta de presentació.	Avalua si la persona jove sap presentar-se laboralment (autopresentació).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills A checklist for young people in care
4.1.17	És capaç de preparar-se adequadament per a una entrevista de feina.	Sé com afrontar una entrevista de feina.	Avalua si la persona jove sap afrontar entrevistes (Competències d'ocupabilitat).	• Independent living skills checklist
4.1.18	És capaç de comunicar-se adequadament en entorns formals, incloent l'ús del correu electrònic.	Sé fer servir el correu electrònic i escriure correus formals.	Avalua si la persona jove té competència digital comunicativa (Competències d'ocupabilitat + Tecnologia i xarxes socials).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

4.1.19	És capaç de gestionar documentació bàsica necessària per treballar.	Sé quins documents necessito per treballar i on obtenir-los.	Avalua si la persona jove coneix requisits administratius laborals (Competències d'ocupabilitat + Tràmits i gestions).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
4.1.20	És capaç de comprendre la importància de les referències i contactes laborals.	Entenc que els contactes personal i les referències poden ajudar-me a trobar feina.	Avalua si la persona jove coneix el valor del networking (Xarxa de suport i vincle + Competències d'ocupabilitat).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills A checklist for young people in care
4.1.21	És capaç d'identificar diferents canals i recursos per a la recerca de feina, incloent serveis públics, plataformes digitals, empreses i xarxes personals.	Conec diferents opcions on trobar feina (internet, oficines d'ocupació, empreses, contactes...).	Avalua si la persona jove coneix i utilitza diferents vies per accedir a ofertes de feina (Drets, protecció i suport + Coneixement del món laboral).	• P1

4.2 Relacions afectives i salut sexual

Relacions i embolics emocionals

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
4.2.1	És capaç de comprendre conceptes bàsics d'identitat, diversitat i expressió sexual i de gènere.	Entenc la diferència entre identitat de gènere, expressió de gènere i orientació sexual.	Avalua si la persona jove distingeix conceptes bàsics d'identitat de gènere i orientació sexual (Identitat, diversitat i autoconeixement).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
4.2.2	És capaç de reflexionar sobre la pròpia orientació sexual i identitat o expressió de gènere de manera oberta, respectant el propi procés d'exploració i sense pressions externes per definir-se.	Puc pensar i entendre com em sento respecte a la meva orientació sexual i identitat de gènere sense pressa ni pressió per etiquetar-me.	Avalua si la persona jove mostra capacitat d'autoreflexió sobre la pròpia identitat i orientació, reconeix la possible evolució d'aquests processos i manté una actitud lliure de pressió social o autoexigència de definició immediata (Identitat, diversitat i autoconeixement).	• —
4.2.3	És capaç de gestionar de manera adequada la seva salut menstrual i conèixer els diferents productes menstruals disponibles, així com els recursos necessaris associats.	Sé gestionar la menstruació i conec els diferents productes que es poden utilitzar.	Avalua si la persona jove coneix i gestiona la menstruació de manera adequada, incloent-hi la identificació i ús de diferents productes menstruals (per exemple, compreses, tampons, copa menstrual, roba menstrual i altres alternatives), així com els recursos associats a l'autocura i la salut reproductiva (Autocura sanitària + Salut sexual i reproductiva).	• Life Skills Checklist
4.2.4	És capaç de conèixer, valorar i utilitzar mètodes anticonceptius de prevenció d'embaràs i planificació familiar.	Conec diferents mètodes anticonceptius, els punts forts i febles de cada un i quan s'han d'utilitzar.	Avalua si la persona jove coneix i entén els mètodes anticonceptius i la seva aplicació (Autocura sanitària + Salut sexual i reproductiva).	• Adolescent Autonomy Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills (ILS) Checklist • J1
4.2.5	És capaç d'entendre què són les malalties de transmissió sexual (ETS), els seus riscos, les formes de prevenció i les actuacions bàsiques en cas de sospita o infecció.	Entenc què són les malalties de transmissió sexual (ETS), els seus perills, com es poden evitar i què fer si crec que en puc tenir una.	Avalua si la persona jove coneix les ETS, els riscos associats, mesures de prevenció i quan i com buscar atenció sanitària (Autocura sanitària + Salut sexual i reproductiva).	• Adolescent Autonomy Checklist • Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills
4.2.6	És capaç d'assumir responsabilitat en les seves conductes afectives i sexuals, aplicant mesures de prevenció per evitar embarassos	Actuo de manera responsable en les meves relacions sexuals per evitar embarassos no desitjats i infeccions	Avalua si la persona jove integra la responsabilitat en la conducta sexual, incloent l'ús de mètodes de protecció i la presa de decisions informades per prevenir embarassos	• J1

	no desitjats i infeccions de transmissió sexual.	(per exemple, utilitzo preservatiu i prenc decisions segures).	no desitjats i ETS (Autocura sanitària + Salut sexual i reproductiva).	
4.2.7	És capaç de comprendre la masturbació com una pràctica de coneixement corporal i expressió de la sexualitat individual, gestionant-la de manera privada, segura i respectuosa amb un mateix.	Entenc que la masturbació és una manera normal de conèixer el meu cos i la meva sexualitat, que puc decidir si fer servir o no, i la visc de manera privada i segura.	Avalua si la persona jove normalitza la masturbació com a part de la sexualitat, entén la seva funció en l'autoconeixement corporal i la gestiona de manera adequada en termes de privacitat, seguretat i benestar personal (Identitat, diversitat i autoconeixement).	• —
4.2.8	És capaç de conèixer què és l'avortament, els seus marcs legals i els recursos sanitaris disponibles, i de reflexionar de manera informada i sense judicis sobre aquest procés dins de la salut sexual i reproductiva.	Entenc què és l'avortament, conec les opcions disponibles i on puc obtenir informació fiable i assessorament, i soc conscient que es tracta d'una decisió personal que requereix informació i reflexió.	Avalua si la persona jove té coneixement bàsic sobre l'avortament, comprèn el marc d'accés al sistema sanitari i és capaç de reflexionar-hi des d'una perspectiva informada, responsable i no estigmatitzadora (Autocura sanitària + Salut sexual i reproductiva).	• —
4.2.9	És capaç de comprendre els drets i responsabilitats dins de les relacions afectives i sexuals i d'identificar característiques de relacions saludables, basades en el respecte mutu i la igualtat.	Entenc com ha de ser una relació sana i reconec quan no ho és.	És capaç de comprendre els drets i responsabilitats dins de les relacions afectives i sexuals i d'identificar característiques de relacions saludables, basades en el respecte mutu i la igualtat (Relacions afectives i sexuals saludables).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills (ILS) Checklist • Life Skills Checklist
4.2.10	És capaç d'assumir responsabilitat en les relacions afectives i sexuals, considerant també el benestar de l'altra persona i les conseqüències de les pròpies accions.	Sé que les meves accions en una relació afecten l'altra persona i actuo amb respecte i responsabilitat.	Relacions afectives i sexuals saludables	• —
4.2.11	És capaç de diferenciar entre vincle afectiu i conducta sexual i de reconèixer de manera conscient les pròpies intencions i les de l'altra persona en una relació.	Sé diferenciar si el que sento o el que busca l'altra persona és afecte, sexe o totes dues coses, i penso en què vull jo en cada relació.	Avalua si la persona jove és capaç de distingir entre dimensió afectiva i sexual de les relacions, i de reflexionar de manera conscient sobre les pròpies intencions i les de l'altra persona, afavorint la claredat relacional i la presa de decisions informada (Relacions afectives i sexuals saludables).	• Josefina Sala
4.2.12	És capaç de reconèixer els propis desitjos i límits en les relacions afectives i sexuals i comunicar-los de manera clara, respectuosa i assertiva, actuant d'acord amb el consentiment i mantenint-los davant situacions de pressió, insistència o coerció.	Sé què vull fer i què no, expressar-ho i no fer res que no vulgui fer encara que em pressionin per fer-ho.	Avalua si la persona jove és capaç d'expressar de manera assertiva els seus desitjos, necessitats i límits en el context de les relacions afectives i sexuals, així com de comprendre i aplicar el consentiment, incloent la capacitat de rebutjar conductes no desitjades i mantenir els propis límits davant situacions de pressió, insistència o coerció, mostrant habilitats de comunicació, negociació i autoprotecció (Relacions afectives i sexuals saludables).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Life Skills Checklist
4.2.13	És capaç de comunicar, negociar i acordar de manera respectuosa amb la parella els límits, desitjos i decisions en les relacions afectives i sexuals.	Puc parlar i posar-me d'acord amb l'altra persona sobre el que volem i el que no volem en la relació.	Avalua si la persona jove desenvolupa habilitats de negociació i acord mutu en les relacions afectives i sexuals, incloent límits, desitjos i consentiment continuat (Relacions afectives i sexuals saludables).	• —
4.2.14	És capaç de reconèixer la pressió social vinculada a tenir o no tenir relacions afectives o sexuals i mantenir una decisió pròpia no condicionada per la necessitat d'acceptació social.	No em sento pressionat/da per tenir relacions afectives o sexuals per sentir-me acceptat/da o "normal".	Avalua si la persona jove identifica i resisteix la pressió social o de grup relacionada amb la necessitat de tenir relacions afectives o sexuals per encaixar o sentir-se validat/da socialment (Autonomia i protecció personal).	• —

4.2.15	És capaç de reconèixer el plaer, el benestar i el confort com a elements legítims en les relacions afectives i sexuals, juntament amb la seguretat i el respecte.	Sé que en les relacions també és important sentir-me bé i còmode, no només evitar riscos.	Avalua si la persona jove integra la dimensió positiva del benestar i el plaer en les relacions afectives i sexuals, més enllà de la prevenció de riscos (Relacions afectives i sexuals saludables).	• —
4.2.16	És capaç de reconèixer i gestionar les possibles conseqüències emocionals de les relacions afectives i sexuals.	Sé que les relacions poden afectar-me emocionalment i penso en com em puc sentir abans i després.	Avalua si la persona jove anticipa i reflexiona sobre les conseqüències emocionals de les relacions (vincles, ruptura, gelosia, dependència emocional), afavorint una presa de decisions conscient (Relacions afectives i sexuals saludables).	• —
4.2.17	És capaç de reconèixer senyals de relacions no saludables i utilitzar estratègies de protecció o sortida segura.	Sé quan una relació no em fa bé i què puc fer per allunyar-me o demanar ajuda.	Avalua detecció de relacions de risc i estratègies de seguretat personal (Autonomia i protecció personal).	• —
4.2.18	És capaç de reconèixer i analitzar la presència del masclisme i dels estereotips de gènere en les relacions, incorporant també la reflexió sobre els propis comportaments i els dels altres.	Entenc que hi ha estereotips i actituds masclistes que poden influir en les relacions i penso en com afecten les meves relacions i les dels altres.	Avalua si la persona jove identifica desigualtats de gènere i estereotips i és capaç de reflexionar sobre la pròpia conducta i la dels altres en les relacions (Perspectiva crítica i igualtat de gènere).	• —
4.2.19	És capaç de distingir entre la realitat de les relacions sexuals i afectives i les representacions idealitzades o irreals que poden aparèixer en la pornografia i les xarxes socials.	Entenc que el porno i el que es veu a les xarxes no reflecteix la realitat de les relacions ni del sexe.	Avalua si la persona jove identifica possibles distorsions o idealitzacions de la pornografia i les xarxes socials i les contrasta amb la realitat relacional i sexual (Perspectiva crítica i igualtat de gènere).	• —
4.2.20	És capaç de conèixer i utilitzar recursos i serveis de salut sexual i reproductiva per obtenir informació, assessorament o ajuda quan sigui necessari.	Sé on anar o a qui demanar ajuda o informació sobre sexualitat, embaràs o salut sexual.	Sé on anar o a qui demanar ajuda o informació sobre sexualitat, embaràs o salut sexual (Salut sexual i reproductiva + Drets, protecció i suport).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment • Independent Living Skills
4.2.21	És capaç de conèixer recursos d'ajuda i suport davant situacions de violència o relacions abusives.	Sé on demanar ajuda si jo o algú del meu entorn pateix violència o una relació abusiva.	Avalua si la persona jove coneix serveis de suport davant violència o abús (Drets, protecció i suport + Autonomia i protecció personal).	• Independent Living Skills (ILS) Checklist 1. Josefina Sala

4.3 Competències de parentalitat i cura infantil

Cuidar a algú petit

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
4.3.1	És capaç de reflexionar sobre si vol tenir fills i valorar si podria oferir un entorn segur i estable per a la seva criança.	He pensat si vull tenir fills/es i si puc donar-los una infància adequada.	Avalua si la persona jove té una reflexió inicial sobre la parentalitat i la capacitat de cura (Projecte parental i consciència de la criança).	• Independent Living Skills checklist
4.3.2	És capaç de construir una identitat parental responsable, assumint el rol de cuidador/a amb consciència educativa i emocional.	Entenc que ser pare o mare implica un rol de responsabilitat i cura constant.	Avalua la construcció de la identitat parental i la consciència del rol educatiu i afectiu (Projecte parental i consciència de la criança).	• P1
4.3.3	És capaç de comprendre l'impacte emocional, social i personal que té la	Sé que tenir un fill canvia la meva vida i que implica responsabilitats i renúncies importants.	Avalua si la persona jove integra una visió realista de l'impacte de la parentalitat en el projecte de vida (Projecte parental i consciència de la criança).	• —

	maternitat o paternitat en la vida quotidiana i en el projecte vital.			
4.3.4	És capaç d'entendre i assumir la responsabilitat de vincular-se i tenir cura d'un infant independentment de les seves característiques individuals, necessitats o circumstàncies.	Entenc que un fill o filla pot ser diferent del que m'imaginava i que igualment he de cuidar-lo i estimar-lo.	Avalua si la persona jove mostra una actitud d'acceptació i responsabilitat envers la diversitat de característiques i necessitats dels infants, incloent la capacitat d'establir vincle i cura independentment de les expectatives prèvies (Projecte parental i consciència de la criança).	• —
4.3.5	És capaç de gestionar situacions bàsiques de cura infantil amb autonomia supervisada.	Em sento còmode/a estant amb un infant.	Avalua si la persona jove se sent capaç d'assumir responsabilitats bàsiques de cura (Cura i atenció infantil).	• Independent Living Skills checklist
4.3.6	És capaç de conèixer figures de suport familiar o social que podrien implicar-se en la criança d'un fill.	Identifico persones de confiança que podrien ajudar-me en la cura d'un fill/a.	Avalua si la persona jove identifica possibles suports informals en la criança (Xarxa de suport i vincles + Xarxa de suport i recursos parentals).	• Ansell-Casey Life Skills Assessment
4.3.7	És capaç de conèixer els riscos del consum de substàncies durant l'embaràs.	Sé els perills de consumir drogues, alcohol o tabac durant l'embaràs.	Avalua si la persona jove coneix riscos per a la salut fetal associats a substàncies (Salut, embaràs i criança + Salut prenatal i prevenció).	• Independent Living Skills checklist
4.3.8	És capaç de comprendre què implica l'atenció prenatal i la seva importància per al desenvolupament del nadó.	Sé que durant l'embaràs és important fer controls mèdics regulars i els perills de no fer-ho.	Avalua si la persona jove entén el seguiment mèdic durant l'embaràs (Salut, embaràs i criança + Salut prenatal i prevenció).	• Independent Living Skills checklist
4.3.9	És capaç de conèixer opcions de cura infantil i el seu funcionament bàsic.	Conec diferents opcions per cuidar un nen (família, escola bressol, cangur...) i els costos associats.	Avalua si la persona jove coneix recursos de cura infantil (Cura i atenció infantil).	• Independent Living Skills checklist
4.3.10	És capaç de seleccionar persones adequades per a la cura d'un infant.	Sé quines persones adultes que conec són segures per deixar-hi un nen i quines no.	Avalua si la persona jove pot identificar cuidadors segurs (Xarxa de suport i vincles + Cura i atenció infantil).	• Independent Living Skills checklist
4.3.11	És capaç d'aplicar formes de disciplina adequades i no violentes en la criança.	Sé que no s'ha de cridar ni pegar a un nen i que hi ha altres maneres d'educar.	Avalua si la persona jove coneix pràctiques de disciplina positiva (Cura i atenció infantil).	• Independent Living Skills checklist • Josefina Sala
4.3.12	És capaç de saber on buscar suport en situacions relacionades amb la criança.	Sé on demanar ajuda en situacions relacionades amb la criança.	Avalua si la persona jove coneix recursos de suport a la parentalitat (Xarxa de suport i recursos parentals + Drets, protecció i suport).	• Independent Living Skills checklist
4.3.13	És capaç de calcular els costos econòmics de la criança en relació a la seva situació econòmica.	Sé calcular els costos econòmics de cuidar un infant i valorar si puc assumir-los.	Avalua si la persona jove té consciència econòmica de la criança (Planificació econòmica de la criança).	• Independent Living Skills checklist
4.3.14	És capaç de conèixer les ajudes econòmiques i els drets associats a la maternitat/paternitat i la cura d'un infant.	Conec les ajudes econòmiques i els drets que hi ha quan tens un fill o una filla.	Avalua si la persona jove identifica suports econòmics i drets relacionats amb la criança (Xarxa de suport i recursos parentals + Drets, protecció i suport).	• Independent Living Skills checklist
4.3.15	És capaç de reconèixer situacions de salut infantil i saber quan buscar ajuda.	Sé identificar quan un infant està malalt i on demanar ajuda.	Avalua si la persona jove identifica situacions de salut infantil i recursos sanitaris (Salut, embaràs i criança + Cura i atenció infantil).	• Independent Living Skills checklist
4.3.16	És capaç de reconèixer la necessitat d'informar-se i formar-se de manera activa sobre la criança i les necessitats d'un fill o filla abans i durant la parentalitat.	Entenc que, si tinc un fill o filla, hauré d'informar-me i aprendre sobre com cuidar-lo i què necessita en cada etapa.	Avalua si la persona jove identifica la criança com un procés que requereix aprenentatge continu i cerca activa d'informació i suport (Projecte parental i consciència de la criança).	• —

BLOC FINAL. TRANSICIÓ A LA VIDA ADULTA I PREPARACIÓ PER A L'EMANCIPACIÓ

Codi	Ítem per als professionals	Ítem per al jovent	Descripció de l'ítem	Font de l'ítem
5.1	És capaç de situar la seva vida dins del procés de transició a la vida adulta, comprenent els canvis, responsabilitats i aprenentatges que implica aquesta etapa.	Entenc que passar a la vida adulta implica canvis importants, responsabilitats i aprendre a gestionar moltes coses per mi mateix/a.	Avalua la comprensió global del procés de transició a la vida adulta com a etapa de desenvolupament progressiu i multidimensional.	• —
5.2	És capaç de reconèixer de manera realista les dificultats específiques que poden afrontar els joves en procés d'emancipació, especialment aquells amb menys suport familiar o social.	Sé que emancipar-me pot ser difícil, sobretot si no tinc suport o recursos suficients.	Avalua consciència realista de les barreres estructurals, econòmiques i socials en la transició a la vida adulta, especialment en joves amb menys xarxa de suport.	• —
5.3	És capaç de sentir-se preparat/da per afrontar el seu futur.	Em sento preparat/da per afrontar el meu futur.	Avalua si la persona jove percep control i preparació per afrontar-lo.	• Ansell-Casey Life Skills Assessment

A.3 Àmbits, dimensions, subdimensions i indicadors de l'autonomia

Àmbit	Dimensió	Subdimensió	Indicador	Codi
1.1 Competències intrapersonals, executives i d'autodeterminació	Identitat personal i projecció de futur	Construcció de la identitat i visió de futur realista	Ajust d'identitat personal i futur a capacitats i context	1.1.1
		Autoconeixement de capacitats i limitacions	Identificació de punts forts, febles i estratègies de compensació	1.1.2
		Establiment d'objectius personals	Definició d'objectius basats en interessos i necessitats pròpies	1.1.3
	Presa de decisions i autonomia	Presa de decisions reflexiva i autònoma	Valoració d'opcions, riscos i conseqüències abans d'actuar	1.1.4
		Planificació i iniciativa personal	Organització d'objectius i inici d'accions de manera autònoma	1.1.5
	Flexibilitat i adaptació	Adaptació de plans i estratègies	Ajust de plans davant canvis o situacions imprevistes	1.1.6
	Organització i funcions executives	Planificació, priorització i gestió del temps	Organització eficaç de tasques segons importància i temps disponible	1.1.7
		Ús d'eines d'organització	Utilització de calendaris i agendes per gestionar tasques	1.1.8
		Persistència en la realització de tasques	Finalització de tasques encara que siguin poc motivadores	1.1.9
	Motivació i perseverança	Esforç i constància	Manteniment de la motivació davant dificultats i reptes	1.1.10
	Avaluació i aprenentatge	Reflexió i ús del feedback	Valoració de resultats i incorporació de feedback per millorar	1.1.11
	Consciència del propi impacte	Relació entre accions i futur	Comprensió de la influència de les pròpies decisions en el futur	1.1.12
1.2 Regulació emocional i salut mental	Autoconcepte i autoestima	Percepció positiva d'un mateix	Autoestima i autoconcepte positius	1.2.1

	Regulació emocional i conducta	Gestió de la ira i frustració	Acceptació de crítiques i regulació de respostes emocionals impulsives o agressives	1.2.3
		Tolerància a l'espera i autocontrol	Capacitat d'esperar i gestionar la frustració o la impaciència de manera adaptativa	1.2.5
		Resiliència i afrontament emocional	Recuperació emocional i continuïtat funcional després de situacions adverses	1.2.4
		Expressió i afrontament dels problemes	Capacitat d'afrontar i verbalitzar preocupacions en lloc d'evitar-les	1.2.6
	Relacions interpersonals i assertivitat	Expressió de límits personals	Capacitat de posar límits i comunicar-los de manera assertiva	1.2.2
	Salut mental i demanda d'ajuda	Identificació del malestar emocional	Reconeixement de signes d'estrès, ansietat o malestar i demanda d'ajuda	1.2.7
		Coneixement de recursos de suport	Identificació i contacte de recursos de salut mental i suport especialitzat (ÍTEM DOBLE)	1.2.8
1.3 Salut física, higiene i cura personal	Hàbits, d'autocura, higiene i salut	Higiene i cura personal	Manteniment d'hàbits d'higiene personal adequats i consistents	1.3.1
		Estil de vida saludable	Hàbits saludables relacionats amb alimentació, exercici i descans	1.3.3
		Planificació alimentària	Planificació d'una alimentació equilibrada i assequible dins d'un pressupost (ÍTEM DOBLE)	2.3.1
		Adequació de la vestimenta	Adaptació de la vestimenta segons activitat, clima i context	1.3.2
	Coneixement del sistema sanitari	Alfabetització en salut	Cerca i ús de recursos fiables d'informació sanitària	1.3.14
		Gestió administrativa de salut	Organització i custòdia de la documentació sanitària (ÍTEM DOBLE)	1.3.11
		Accés al sistema sanitari	Gestió autònoma de cites mèdiques i dentals (ÍTEM DOBLE)	1.3.10
		Adequació del recurs de salut	Identificació del recurs sanitari adequat segons la necessitat	1.3.9
	Autocura sanitària	Autocura i primers auxilis	Actuació adequada davant malalties comunes i lesions lleus	1.3.8
		Coneixement de salut personal	Comprensió de la pròpia història mèdica i antecedents familiars	1.3.4
		Gestió de medicació	Coneixement i seguiment responsable de la medicació prescrita	1.3.5
		Seguretat farmacològica	Ús, conservació i eliminació segura dels medicaments	1.3.6
		Prevenció en salut	Comprensió de la importància de les vacunes i seguiment vacunal	1.3.12
		Autocura domèstica	Preparació d'una farmaciola bàsica per a l'autocura	1.3.13
		Comunicació en salut	Expressió de símptomes i comprensió d'indicacions mèdiques	1.3.7
		Salut menstrual i autocura	Coneixement i gestió adequada de la menstruació i dels productes menstruals (ÍTEM DOBLE)	4.2.3
		Anticoncepció i planificació reproductiva	Coneixement i ús adequat de mètodes anticonceptius (ÍTEM DOBLE)	4.2.4

		Prevenció d'ETS i salut sexual preventiva	Comprensió de les ETS, els seus riscos i les mesures de prevenció (ÍTEM DOBLE)	4.2.5
		Responsabilitat sexual i autocura	Aplicació de mesures preventives en les conductes sexuals (ÍTEM DOBLE)	4.2.6
		Avortament i presa de decisions informada	Coneixement de l'avortament, del marc legal i dels recursos sanitaris disponibles (ÍTEM DOBLE)	4.2.8
	Consum de substàncies i addicions	Prevenció de riscos en salut	Coneixement dels riscos associats al consum de substàncies	1.3.15
		Assertivitat davant pressió social	Resistència a la pressió social i promoció d'oci saludable	1.3.16
		Consciència sobre addiccions	Identificació de signes d'addicció i recursos de suport	1.3.17
	Salut, embaràs i criança	Salut infantil i resposta davant la malaltia	Capacitat de reconèixer situacions de salut infantil i saber quan buscar ajuda (ÍTEM DOBLE)	4.3.15
		Prevenció de riscos durant l'embaràs	Coneixement dels riscos del consum de substàncies durant l'embaràs (ÍTEM DOBLE)	4.3.7
		Cura prenatal	Comprensió de la importància dels controls mèdics durant l'embaràs (ÍTEM DOBLE)	4.3.8
1.4 Seguretat personal, domèstica i digital	Resposta a emergències	Recursos i contactes d'emergència	Coneixement dels números d'emergència i activació adequada dels serveis	1.4.1
		Xarxa de suport en emergències	Coneixement i ús autònom de contactes de confiança en situacions de risc (ÍTEM DOBLE)	1.4.2
	Seguretat domèstica	Prevenció d'incendis	Identificació de riscos d'incendi i aplicació de mesures preventives i de resposta	1.4.3
		Seguretat elèctrica	Reconeixement de riscos d'electrocució i aplicació de mesures preventives	1.4.3
		Gestió de materials perillosos	Emmagatzematge i ús segur de productes químics domèstics	1.4.5
		Seguretat en instal·lacions de gas	Ús segur del gas domèstic i actuació davant possibles fuites	1.4.6
		Conservació i seguretat alimentària	Conservació segura dels aliments i identificació de riscos alimentaris (ÍTEM DOBLE)	2.3.3
		Seguretat en l'ús d'electrodomèstics	Ús segur i adequat d'estris i electrodomèstics de cuina (ÍTEM DOBLE)	2.3.6
		Ús de subministraments i instal·lacions	Ús segur i eficient dels recursos i instal·lacions bàsiques de la llar (ÍTEM DOBLE)	2.3.14
		Reparacions i incidències domèstiques	Resolució de petites reparacions i identificació de suport professional (ÍTEM DOBLE)	2.3.15
		Prevenció de riscos ambientals	Identificació i actuació davant plagues o infestacions domèstiques (ÍTEM DOBLE)	2.3.16
	Seguretat digital i protecció personal	Protecció de dades personals i bancàries	Gestió segura de la informació sensible personal i financera	1.4.7
		Gestió de contrasenyes i credencials	Protecció i emmagatzematge segur de credencials personals	1.4.8
		Relacions i contactes en línia	Identificació de riscos associats a relacions iniciades a internet	1.4.9
	Seguretat en les relacions socials	Seguretat relacional	Identificació de relacions perjudicials i establiment de límits personals (ÍTEM DOBLE)	3.1.6

		Identificació d'adults de suport	Identificació d'adults accessibles i fiables (ÍTEM DOBLE)	3.1.1
	Competència digital crítica	Privacitat i ús responsable de xarxes socials	Regulació de la informació compartida i gestió de la privacitat (ÍTEM DOBLE)	1.4.10
		Gestió de conflictes i discriminació en línia	Resposta adequada davant situacions de risc o discriminació digital (ÍTEM DOBLE)	1.4.12
	Protecció davant riscos externs	Prevenció de fraus i manipulacions	Reconeixement d'estafes, manipulacions i pressions comercials	1.4.13
		Educació financera i assegurances	Comprensió bàsica del funcionament i utilitat de les assegurances	1.4.14
1.5 Autonomia en la mobilitat i ús de recursos de desplaçament	Seguretat i convivència en la mobilitat	Conductes segures en desplaçaments	Aplicació de normes bàsiques de seguretat i civisme en els desplaçaments	1.5.1
	Orientació i autonomia espacial	Comprensió d'adreces i localització	Capacitat d'interpretar adreces i orientar-se en l'entorn	1.5.2
	Gestió de recursos de mobilitat	Ús de transports i selecció de bitllets	Utilització autònoma del transport públic i elecció adequada de bitllets	1.5.3
		Planificació de trajectes complexos	Planificació i realització autònoma de trajectes amb transbords i eines d'orientació	1.5.4
		Ús de serveis de transport privat	Utilització autònoma de taxis i serveis VTC	1.5.5
	Autonomia administrativa en mobilitat	Coneixement del permís de conduir	Coneixement dels tràmits i requisits per obtenir el permís de conducció (ÍTEM DOBLE)	1.5.6
2.1 Gestió econòmica personal i administració de recursos	Consum responsable i estalvi	Diferenciació entre necessitats i desitjos	Distinció entre necessitats bàsiques i luxes en la presa de decisions econòmiques	2.1.1
		Estratègies d'estalvi i eficiència	Aplicació d'estratègies d'estalvi i consum responsable en la vida quotidiana	2.1.2
		Planificació alimentària	Planificació d'una alimentació equilibrada i assequible dins d'un pressupost (ÍTEM DOBLE)	2.3.1
	Planificació econòmica personal	Planificació de despeses residencials	Elaboració i gestió d'un pressupost relacionat amb l'habitatge i els costos inicials d'emancipació (ÍTEM DOBLE)	2.2.6
			Comprensió dels costos associats a l'habitatge i la vida autònoma (ÍTEM DOBLE)	2.1.3
		Elaboració de pressupostos	Organització de despeses i ingressos mitjançant pressupostos realistes	2.1.4
		Seguiment i control financer	Registre i revisió sistemàtica d'ingressos i despeses personals	2.1.5
	Alfabetització financera i bancària	Productes bancaris i financers	Comprensió del funcionament bàsic de comptes, targetes i factures	2.1.6
		Opcions de finançament i endeutament	Valoració de riscos i beneficis de diferents vies d'obtenció de diners	2.1.10
		Gestió bancària bàsica	Coneixement dels tràmits per obrir i gestionar un compte bancari (ÍTEM DOBLE)	2.1.7
	Alfabetització laboral i fiscal	Comprensió de nòmines	Diferenciació entre salari brut i net i interpretació d'una nòmina (ÍTEM DOBLE)	2.1.8
		Seguretat Social i prestacions	Comprensió del sistema de protecció social i implicacions del treball no declarat (ÍTEM DOBLE)	2.1.9

		Responsabilitat fiscal	Coneixement de les obligacions fiscals bàsiques i les seves conseqüències (ÍTEM DOBLE)	2.1.11
	Gestió de recursos domèstics	Serveis i subministraments de la llar	Comprensió de la contractació i gestió de subministraments domèstics	2.1.13
	Accés a recursos i suport econòmic	Recursos d'ajuda econòmica	Identificació i ús de recursos de suport davant dificultats financeres (ÍTEM DOBLE)	2.1.12
2.2 Accés, manteniment i autonomia en l'habitatge	Recerca i accés a l'habitatge	Tipologies d'habitatge i adequació	Coneixement i comparació de diferents opcions d'habitatge segons necessitats i recursos econòmics	2.2.1
		Cerca d'habitatge i recursos disponibles	Utilització de canals i recursos per cercar habitatge	2.2.2
		Valoració de les condicions de l'habitatge	Avaluació de la seguretat, estat, ubicació i relació qualitat-preu d'un habitatge	2.2.3
	Gestió administrativa i legal de l'habitatge	Conceptes bàsics de lloguer	Comprensió de conceptes com fiança, contracte, lloguer i modalitats contractuals (ÍTEM DOBLE)	2.2.4
		Tràmits i documentació residencial	Compleció de formularis i documentació vinculada a l'habitatge (ÍTEM DOBLE)	2.2.5
		Responsabilitat contractual	Coneixement de les conseqüències de l'incompliment d'un contracte de lloguer	2.2.8
	Gestió econòmica de l'habitatge	Planificació de despeses residencials	Elaboració i gestió d'un pressupost relacionat amb l'habitatge i els costos inicials d'emancipació (ÍTEM DOBLE)	2.2.6
			Comprensió dels costos associats a l'habitatge i la vida autònoma (ÍTEM DOBLE)	2.1.3
	Vida quotidiana	Recursos materials per a la vida independent	Identificació dels elements bàsics necessaris per viure de manera independent	2.2.9
	Convivència residencial	Convivència i gestió de conflictes	Comprensió de drets, deures i normes de convivència en habitatges compartits o de lloguer (ÍTEM DOBLE)	2.2.7
	Planificació residencial i emancipació	Itineraris d'emancipació i suport	Identificació i planificació d'opcions residencials i xarxes de suport en finalitzar la tutela	2.2.10
		Alternatives residencials de contingència	Identificació d'opcions d'allotjament temporal i persones de suport en situacions de necessitat	2.2.11
2.3 Gestió de la llar i habilitats de vida domèstica	Alimentació i cuina	Planificació alimentària	Planificació d'una alimentació equilibrada i assequible dins d'un pressupost (ÍTEM DOBLE)	2.3.1
		Preparació d'àpats	Elaboració autònoma d'àpats variats, equilibrats i econòmics	2.3.2
		Conservació i seguretat alimentària	Conservació segura dels aliments i identificació de riscos alimentaris (ÍTEM DOBLE)	2.3.3
		Higiene de la cuina	Neteja d'estris i superfícies després de cuinar	2.3.4
		Normes socials a taula	Aplicació de normes bàsiques de comportament a taula (ÍTEM DOBLE)	2.3.5
		Seguretat en l'ús d'electrodomèstics	Ús segur i adequat d'estris i electrodomèstics de cuina (ÍTEM DOBLE)	2.3.6
	Cura de la roba	Neteja de la roba	Rentat, assecat, plegat i organització autònoma de la roba	2.3.7
		Manteniment de la roba	Eliminació de taques i conservació adequada de la roba	2.3.8
		Organització de l'espai personal	Manteniment de l'ordre i la higiene de l'espai vital	2.3.9

	Organització i higiene de la llar	Cura de l'espai de descans (llit)	Gestió de la roba de llit i adequació a les necessitats climàtiques	2.3.10
		Neteja domèstica	Planificació i realització de tasques de neteja de la llar	2.3.11
		Gestió de residus	Separació i reciclatge correcte dels residus domèstics	2.3.12
	Organització personal i autonomia quotidiana	Preparació d'activitats quotidianes	Preparació dels materials necessaris per al dia a dia	2.3.13
	Gestió i manteniment de la llar	Ús de subministraments i instal·lacions	Ús segur i eficient dels recursos i instal·lacions bàsiques de la llar (ÍTEM DOBLE)	2.3.14
		Reparacions i incidències domèstiques	Resolució de petites reparacions i identificació de suport professional (ÍTEM DOBLE)	2.3.15
		Prevenció de riscos ambientals	Identificació i actuació davant plagues o infestacions domèstiques (ÍTEM DOBLE)	2.3.16
3.1 Competències socio-relacionals i xarxa de suport social	Xarxa de suport i vincles	Identificació d'adults de suport	Identificació d'adults accessibles i fiables (ÍTEM DOBLE)	3.1.1
		Relacions adultes significatives	Reconeixement d'adults amb qui manté relacions positives i de suport continuat	3.1.2
		Diversificació de la xarxa social	Identificació de persones de suport segons diferents contextos i necessitats	3.1.3
		Participació social significativa	Identificació de persones amb qui compartir moments socials i celebracions	3.1.4
		Qualitat de les amistats	Identificació de relacions d'amistat positives i segures	3.1.5
		Xarxa de suport en salut	Disponibilitat de persones de suport en situacions mèdiques complexes	1.3.18
		Referències i xarxes laborals	Comprensió del valor de les referències i contactes personals per trobar feina (ÍTEM DOBLE)	4.1.20
		Xarxa de suport infantil	Identificació de persones adequades i segures per a la cura d'un infant (ÍTEM DOBLE)	4.3.10
		Xarxa de suport parental	Identificació de figures de suport familiar o social implicades en la criança (ÍTEM DOBLE)	4.3.6
		Xarxa de suport en emergències	Coneixement i ús autònom de contactes de confiança en situacions de risc (ÍTEM DOBLE)	1.4.2
	Comunicació i habilitats socials	Respecte interpersonal	Respecte pels límits, negatives i desacords dels altres	3.1.7
		Expressió assertiva	Expressió clara i respectuosa d'opinions, necessitats i malestar	3.1.8
		Expressió emocional relacional	Expressió emocional relacional	3.1.9
		Interacció social i empatia	Manteniment d'interaccions socials adequades i consideració de perspectives diferents	3.1.10
		Adaptació social	Ajust de la comunicació i conducta segons el context social o professional	3.1.11
		Cooperació i treball en equip	Participació en activitats compartides i objectius comuns	3.1.12
		Resolució de conflictes	Aplicació d'estratègies efectives de gestió de conflictes	3.1.13
		Convivència i gestió de conflictes	Comprensió de drets, deures i normes de convivència en habitatges compartits o de lloguer (ÍTEM DOBLE)	2.2.7
		Assertivitat i consciència comunicativa	Identificació i ús de diferents estils de comunicació	3.1.14

		Habilitats socials bàsiques	Manteniment de conductes socials respectuoses i educades	3.1.15
		Normes socials a taula	Aplicació de normes bàsiques de comportament a taula (ÍTEM DOBLE)	2.3.5
	Seguretat en les relacions socials	Seguretat relacional	Identificació de relacions perjudicials i establiment de límits personals (ÍTEM DOBLE)	3.1.6
	Relacions familiars i consciència relacional	Anàlisi de les relacions familiars	Reflexió sobre els impactes positius i negatius de les relacions familiars	3.1.16
		Expectatives sobre el suport familiar	Ajust realista de les expectatives sobre el suport familiar disponible	3.1.17
3.2 Participació en activitats d'oci, lleure i vida comunitària	Gestió saludable del temps lliure	Participació en activitats significatives	Participació en activitats d'oci saludables i satisfactòries	3.2.1
		Equilibri entre oci i responsabilitats	Organització equilibrada del temps lliure amb les responsabilitats quotidianes	3.2.2
		Autoregulació del temps lliure	Identificació i regulació d'usos del temps lliure potencialment desequilibrats	3.2.3
	Participació comunitària	Implicació social i comunitària	Comprensió dels beneficis personals i socials de la participació comunitària i el voluntariat	3.2.4
3.3 Competència cívica i participació ciutadana	Identitat legal i documentació	Situació legal i ciutadania	Coneixement de la pròpia situació legal i dels drets i limitacions associats	3.3.1
		Gestió documental	Coneixement i gestió de documents personals bàsics, vigència i renovació (ÍTEM DOBLE)	3.3.2
	Gestió administrativa i institucional	Tràmits de canvi de domicili	Coneixement dels tràmits vinculats al canvi de domicili i continuïtat de serveis (ÍTEM DOBLE)	3.3.3
	Consciència legal i responsabilitat ciutadana	Límits d'edat i responsabilitats legals	Coneixement dels principals límits d'edat legals i responsabilitats associades	3.3.4
		Conseqüències legals de conductes de risc	Comprensió general de conseqüències legals associades a conductes delictives o infraccions	3.3.5
		Interacció amb institucions policials i judicials	Coneixement dels drets i pautes bàsiques d'actuació davant situacions policials o judicials	3.3.6
		Seguretat Social i prestacions	Comprensió del sistema de protecció social i implicacions del treball no declarat (ÍTEM DOBLE)	2.1.9
		Responsabilitat fiscal	Coneixement de les obligacions fiscals bàsiques i les seves conseqüències (ÍTEM DOBLE)	2.1.11
		Drets I deures en l'entorn residencial	Comprensió de drets, deures i normes de convivència en habitatges compartits o de lloguer (ÍTEM DOBLE)	2.2.7
		Cura responsable dels animals	Comprensió de les responsabilitats, drets i costos associats a la tinença d'animals	3.3.16
	Participació ciutadana i pensament crític	Participació democràtica	Comprensió del sistema democràtic i de la participació electoral	3.3.7
		Obligacions cíviques	Coneixement de les obligacions cíviques especials en la vida adulta	3.3.8
		Alfabetització mediàtica	Identificació d'informació fiable i diferenciació de la desinformació	3.3.9
	Drets, protecció i suport	Seguiment post-tutela	Manteniment del contacte amb plans i recursos de seguiment després de la tutela	3.3.11

		Recursos de suport i acompanyament	Coneixement de recursos i serveis de suport després de la sortida del sistema de protecció	3.3.12
		Accés a informació personal	Coneixement dels mecanismes de consulta de la història o expedients personals	3.3.13
		Drets de les persones amb discapacitat	Coneixement dels drets en discapacitat i capacitat de sol·licitar adaptacions i suports	3.3.14
		Coneixement de recursos de suport	Identificació i contacte de recursos de salut mental i suport especialitzat (ÍTEM DOBLE)	1.2.8
		Recursos d'ajuda econòmica	Identificació i ús de recursos de suport davant dificultats financeres (ÍTEM DOBLE)	2.1.12
		Modalitats d'ocupació i condicions laborals	Coneixement de les principals modalitats de feina i condicions laborals bàsiques (ÍTEM DOBLE)	4.1.11
		Drets laborals i mecanismes de reclamació	Comprensió dels drets laborals i actuació davant conflictes o vulneracions (ÍTEM DOBLE)	4.1.12
		Recursos educatius i orientació	Identificació i ús de recursos de suport educatiu i orientació acadèmica/laboral (ÍTEM DOBLE)	4.1.5
		Canals i recursos de recerca de feina	Identificació de diferents vies i recursos per accedir a ofertes laborals (ÍTEM DOBLE)	4.1.21
		Recursos davant violència i abusos	Coneixement de serveis i recursos de suport davant violència o relacions abusives (ÍTEM DOBLE)	4.2.21
		Recursos i serveis de salut sexual	Coneixement i ús de recursos i serveis de salut sexual i reproductiva (ÍTEM DOBLE)	4.2.20
		Recursos i ajuda externa	Coneixement de serveis i recursos de suport relacionats amb la criança (ÍTEM DOBLE)	4.3.12
		Protecció social i drets parentals	Coneixement de les ajudes econòmiques i drets associats a la maternitat/paternitat (ÍTEM DOBLE)	4.3.14
		Drets del consumidor	Comprensió dels drets de consum i de la gestió de devolucions o garanties	3.3.15
4.1 Trajectòria formativa i laboral	Importància de l'educació i la feina	Valor de l'esforç acadèmic	Comprensió de la relació entre esforç acadèmic i oportunitats futures	4.1.1
		Valor del treball i autonomia futura	Comprensió de la importància del treball per a la independència i la vida adulta	4.1.10
	Projecte laboral i formatiu	Definició d'objectius educatius i professionals	Establiment d'objectius personals a curt i llarg termini en relació amb el futur educatiu i laboral	4.1.8
	Responsabilitat acadèmica i laboral	Hàbits escolars i compliment de tasques	Compliment regular de tasques acadèmiques i lliuraments	4.1.2 4.1.15
		Assistència i puntualitat	Assistència regular i puntualitat en contextos educatius o laborals	4.1.4 4.1.15
		Gestió d'absències i justificacions	Coneixement dels motius de baixa o absència i dels procediments associats	4.1.13
		Preparació d'exàmens i presentacions	Aplicació d'estratègies bàsiques d'organització i preparació acadèmica	4.1.3
	Orientació acadèmica i vocacional	Recursos educatius i orientació	Identificació i ús de recursos de suport educatiu i orientació acadèmica/laboral (ÍTEM DOBLE)	4.1.5
		Coneixement del sistema formatiu	Comprensió de les opcions educatives i requisits d'accés	4.1.6

		Relació entre interessos i opcions formatives	Valoració d'opcions educatives i laborals segons interessos i capacitats personals	4.1.7
		Beques i ajudes educatives	Coneixement de recursos econòmics i ajudes per continuar estudiant	4.1.9
	Coneixement del món laboral	Modalitats d'ocupació i condicions laborals	Coneixement de les principals modalitats de feina i condicions laborals bàsiques (ÍTEM DOBLE)	4.1.11
		Drets laborals i mecanismes de reclamació	Comprensió dels drets laborals i actuació davant conflictes o vulneracions (ÍTEM DOBLE)	4.1.12
		Comportament laboral i referències	Comprensió de l'impacte del comportament en les oportunitats laborals	4.1.14
		Canals i recursos de recerca de feina	Identificació de diferents vies i recursos per accedir a ofertes laborals (ÍTEM DOBLE)	4.1.21
		Seguretat Social i prestacions	Comprensió del sistema de protecció social i implicacions del treball no declarat (ÍTEM DOBLE)	2.1.9
		Responsabilitat fiscal	Coneixement de les obligacions fiscals bàsiques i les seves conseqüències (ÍTEM DOBLE)	2.1.11
		Comprensió de nòmines	Diferenciació entre salari brut i net i interpretació d'una nòmina (ÍTEM DOBLE)	2.1.8
	Competències d'ocupabilitat	Elaboració de documents de recerca de feina	Preparació de CV i carta de presentació	4.1.16
		Preparació per a entrevistes	Capacitat d'afrontar adequadament una entrevista laboral	4.1.17
		Comunicació formal digital	Ús adequat del correu electrònic i comunicació formal (ÍTEM DOBLE)	4.1.18
		Gestió documental laboral	Coneixement dels documents necessaris per treballar i com obtenir-los (ÍTEM DOBLE)	4.1.19
		Referències i xarxes laborals	Comprensió del valor de les referències i contactes personals per trobar feina (ÍTEM DOBLE)	4.1.20
4.2 Relacions afectives i salut sexual	Identitat, diversitat i autoconeixement	Identitat de gènere, expressió i orientació sexual	Comprensió dels conceptes bàsics d'identitat, expressió de gènere i orientació sexual	4.2.1
		Exploració identitària i benestar psicològic	Reflexió oberta sobre la pròpia identitat i orientació sexual sense pressions externes	4.2.2
		Autoconeixement corporal i sexualitat individual	Comprensió de la masturbació com a pràctica de coneixement corporal i gestió privada i segura	4.2.7
	Salut sexual i reproductiva	Salut menstrual i autocura	Coneixement i gestió adequada de la menstruació i dels productes menstruals (ÍTEM DOBLE)	4.2.3
		Anticoncepció i planificació reproductiva	Coneixement i ús adequat de mètodes anticonceptius (ÍTEM DOBLE)	4.2.4
		Prevenció d'ETS i salut sexual preventiva	Comprensió de les ETS, els seus riscos i les mesures de prevenció (ÍTEM DOBLE)	4.2.5
		Responsabilitat sexual i autocura	Aplicació de mesures preventives en les conductes sexuals (ÍTEM DOBLE)	4.2.6
		Avortament i presa de decisions informada	Coneixement de l'avortament, del marc legal i dels recursos sanitaris disponibles (ÍTEM DOBLE)	4.2.8
		Recursos i serveis de salut sexual	Coneixement i ús de recursos i serveis de salut sexual i reproductiva (ÍTEM DOBLE)	4.2.20

	Relacions afectives i sexuals saludables	Relacions afectives segures	Identificació de relacions saludables basades en el respecte i la igualtat	4.2.9
		Responsabilitat relacional	Consideració del benestar mutu i de les conseqüències de les pròpies accions	4.2.10
		Consciència relacional i comunicació sexual-afectiva	Diferenciació entre vincle afectiu i conducta sexual i reflexió sobre les pròpies intencions	4.2.11
		Consentiment, límits i assertivitat	Expressió clara dels propis límits i aplicació del consentiment davant pressions o coerció	4.2.12
		Comunicació i negociació relacional	Capacitat de negociar i acordar límits i decisions amb la parella	4.2.13
		Benestar sexual	Reconeixement del plaer, el confort i el benestar com a elements legítims de les relacions	4.2.15
		Consciència emocional relacional	Reflexió sobre les conseqüències emocionals de les relacions afectives i sexuals	4.2.16
	Autonomia i protecció personal	Pressió social i autonomia afectivosexual	Capacitat de mantenir decisions pròpies no condicionades per la pressió social	4.2.14
		Detecció de relacions de risc i autoprotecció	Reconeixement de relacions no saludables i ús d'estratègies de protecció o sortida segura	4.2.17
		Recursos davant violència i abusos	Coneixement de serveis i recursos de suport davant violència o relacions abusives (ÍTEM DOBLE)	4.2.21
	Perspectiva crítica i igualtat de gènere	Estereotips i desigualtats de gènere	Identificació del masclisme i reflexió crítica sobre les relacions	4.2.18
		Alfabetització sexual crítica	Diferenciació entre la realitat afectivosexual i les representacions irreals de pornografia i xarxes socials	4.2.19
4.3 Competències de parentalitat i cura infantil	Projecte parental i consciència de la criança	Reflexió sobre la maternitat/paternitat	Valoració de la voluntat de tenir fills i de la capacitat d'oferir un entorn segur i estable	4.3.1
		Identitat parental i rol de cura	Construcció d'una identitat parental responsable i consciència educativa i emocional	4.3.2
		Impacte de la parentalitat en el projecte vital	Comprensió de les implicacions emocionals, socials i personals de tenir fills	4.3.3
		Acceptació i vinculació parental	Capacitat d'assumir la cura i vinculació amb un infant independentment de les seves característiques o necessitats	4.3.4
		Aprenentatge i responsabilitat parental	Reconeixement de la necessitat d'informar-se i formar-se activament sobre la criança	4.3.16
	Cura i atenció infantil	Confiança en la cura infantil	Capacitat percebuda per assumir situacions bàsiques de cura infantil	4.3.5
		Organització de la cura	Coneixement de diferents opcions de cura infantil i del seu funcionament	4.3.9
		Xarxa de suport infantil	Identificació de persones adequades i segures per a la cura d'un infant (ÍTEM DOBLE)	4.3.10
		Criança positiva i no violenta	Coneixement de formes de disciplina adequades i no violentes	4.3.11
		Salut infantil i resposta davant la malaltia	Capacitat de reconèixer situacions de salut infantil i saber quan buscar ajuda (ÍTEM DOBLE)	4.3.15

	Salut prenatal i prevenció	Prevenció de riscos durant l'embaràs	Coneixement dels riscos del consum de substàncies durant l'embaràs (ÍTEM DOBLE)	4.3.7
		Cura prenatal	Comprensió de la importància dels controls mèdics durant l'embaràs (ÍTEM DOBLE)	4.3.8
	Xarxa de suport i recursos parentals	Xarxa de suport parental	Identificació de figures de suport familiar o social implicades en la criança (ÍTEM DOBLE)	4.3.6
		Recursos i ajuda externa	Coneixement de serveis i recursos de suport relacionats amb la criança (ÍTEM DOBLE)	4.3.12
		Protecció social i drets parentals	Coneixement de les ajudes econòmiques i drets associats a la maternitat/paternitat (ÍTEM DOBLE)	4.3.14
	Planificació econòmica de la criança	Costos econòmics de la criança	Capacitat de calcular i valorar els costos econòmics associats a tenir cura d'un infant	4.3.13
(Àmbits d el'autonomia identificats i validats però repartits de manera funcional en altres àmbits)	Tecnologia i xarxes socials	Privacitat i ús responsable de xarxes socials	Regulació de la informació compartida i gestió de la privacitat (ÍTEM DOBLE)	1.4.10
		Pensament crític digital	Identificació de continguts digitals poc fiables o enganyosos.	1.4.11
		Comunicació formal digital	Ús adequat del correu electrònic i comunicació formal (ÍTEM DOBLE)	4.1.18
		Gestió de conflictes i discriminació en línia	Resposta adequada davant situacions de risc o discriminació digital (ÍTEM DOBLE)	1.4.12
	Tràmits i gestions	Coneixement del permís de conduir	Coneixement dels tràmits i requisits per obtenir el permís de conducció (ÍTEM DOBLE)	1.5.6
		Gestió administrativa de salut	Organització i custòdia de la documentació sanitària (ÍTEM DOBLE)	1.3.11
		Accés al sistema sanitari	Gestió autònoma de cites mèdiques i dentals (ÍTEM DOBLE)	1.3.10
		Gestió bancària bàsica	Coneixement dels tràmits per obrir i gestionar un compte bancari (ÍTEM DOBLE)	2.1.7
		Responsabilitat fiscal	Coneixement de les obligacions fiscals bàsiques i les seves conseqüències (ÍTEM DOBLE)	2.1.11
		Conceptes bàsics de lloguer	Comprensió de conceptes com fiança, contracte, lloguer i modalitats contractuals (ÍTEM DOBLE)	2.2.4
		Tràmits i documentació residencial	Compleció de formularis i documentació vinculada a l'habitatge (ÍTEM DOBLE)	2.2.5
		Gestió documental	Coneixement i gestió de documents personals bàsics, vigència i renovació (ÍTEM DOBLE)	3.3.2
		Tràmits de canvi de domicili	Coneixement dels tràmits vinculats al canvi de domicili i continuïtat de serveis (ÍTEM DOBLE)	3.3.3
		Gestió documental laboral	Coneixement dels documents necessaris per treballar i com obtenir-los (ÍTEM DOBLE)	4.1.19

A.4 Taula resum de les eines diagnòstiques identificades

N.º	Autors	Any	Títol	País	Col·lectiu al que s'adreça	Metodologia d'aplicació	Inclou puntuació final	Accés a l' habitatge	Àmbit educatiu	Àmbit laboral	Competències intrapersonals	Discapacitat i suports	Educació sexual	Economia	Higiene i cura personal	Mobilitat funcional	Salut física	Salut mental i gestió emocional	Seguretat i emergències	Socialització i xarxes de suport	Tasques domèstiques	Temps lliure i oci	Tràmits administratius i gestions	Tecnologia i xarxes socials	Altres
1	A day in our shoes	2022	Independent living skills checklist	EUA	Joventut amb discapacitat.	No especificada.	No.	X	X	X	X		X	X	X	X	X		X		X		X	X	X
2	American Institute for Research i Teachers College of Columbia University,	1994	AIR Self-Determination Scale	EUA	Jovent i jovent amb discapacitat.	Administrat per professionals o autoadministrat.	Sí.		X		X														X
3	Arc	1995	Arc's Self-Determination Scale (Adolescent Version)	EUA	Adolescència amb discapacitat cognitiva.	Autoadministrat.	Sí.	X	X	X	X				X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
4	Autism Speaks i Virginia Commonwealth University Rehabilitation Research and Training Center	2014	Evaluación de habilitades basadas en la comunidad (CSA):Desarrollo de un plan de transición personalizado.	EUA	Adolescència i jovent (12–22 anys) amb trastorn de l'espectre autista i persones graduades que busquen accés a estudis postsecundaris o ocupació,	Avaluació externa mitjançant observació planificada multicontextual i entrevistes amb diversos agents.	Sí.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X
5	Casey Family Programs	2022	Ansell-Casey Life Skills Assessment	EUA	Jovent (14–21 anys) i jovent que ha passat per al sistema de protecció (*foster care*).	Autoadministrat o administrat per professionals.	No.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
6	Cline et al.	2005	QuickBook Of Transition Assessments	EUA	Joventut amb discapacitat.	Multiples.	En algunes.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X	X		X
7	Desconegut	s.d.	Evaluate Your Reputation	Desconegut	No especificat.	No especificada.	Sí.		X		X				X					X		X			

N.º	Autors	Any	Títol	País	Col·lectiu al que s'adreça	Metodologia d'aplicació	Inclou puntuació final	Accés a l'habitatge	Àmbit educatiu	Àmbit laboral	Competències intrapersonals	Discapacitat i suports	Educació sexual	Economia	Higiene i cura personal	Mobilitat funcional	Salut física	Salut mental i gestió emocional	Seguretat i emergències	Socialització i xarxes de suport	Tasques domèstiques	Temps lliure i oci	Tràmits administratius i gestions	Tecnologia i xarxes socials	Altres
8	FosterClub i FosteringConnections	2010	FosterClub's Trasition toolkit	EUA	Jovent en el sistema d'acolliment (*foster care*).	Autoadministrat	Sí.	X	X	X			X	X		X	X	X		X	X		X		
9	García-Alba, L. i Del Valle, J.F.	2022	ESCALAS PLANEA: Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección.	Espanya	Jovent provinent del sistema de protecció.	Autoadministrat i/o administrat per professionals.	Sí.	X	X	X			X	X	X	X	X		X	X	X	X	X		
10	Life Skills Advocate	s.d.	Executive Functioning Assessment	EUA	Adolescència, jovent i població adulta.	Autoadministrat o administrat per professionals.	Sí.				X							X							
11	Michigan Department of Education	2018	Independent Living Skills (ILS) Checklist	EUA	Infància i adolescència (3–18 anys)	No especificada.	No.		X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X		X	X	X
12	New South Wales Government	2025	Independent Living Skills: A checklist for young people in care	Austràlia	Jovent en el sistema de protecció.	Autoadministrat	No.	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X
13	Parent Educational Advocacy Training Center	s.d.	Life Skills Checklist	EUA	Adolescència i joventut (14–22 anys) amb o sense discapacitat	No especificada.	No.				X		X	X	X	X	X		X	X	X		X	X	X
14	Pennsylvania Department of Health	2012	Transition to Adult Living in Pennsylvania: Transition Health Care Checklist.	EUA	Jovent a partir de 14 anys amb necessitats educatives específiques	Avauació col·laborativa.	No.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X

N.º	Autors	Any	Títol	País	Col·lectiu al que s'adreça	Metodologia d'aplicació	Inclou puntuació final	Accés a l' habitatge	Àmbit educatiu	Àmbit laboral	Competències intrapersonals	Discapacitat i suports	Educació sexual	Economia	Higiene i cura personal	Mobilitat funcional	Salut física	Salut mental i gestió emocional	Seguretat i emergències	Socialització i xarxes de suport	Tasques domèstiques	Temps lliure i oci	Tràmits administratius i gestions	Tecnologia i xarxes socials	Altres
					derivades de discapacitat,																				
15	Verdugo Alonso et al.	2014	Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación	Espanya	Adolescència i joventut (11–19 anys) amb discapacitat intel·lectual, del desenvolupament o dificultats significatives d'aprenentatge.	Autoadministrat o administrat mitjançant entrevista.	Sí.		X	X	X			X	X	X	X			X	X	X		X	X
16	Washington State Department of Social and Health Services.	2022	Life Skills Inventory Independent Living Skills Assessment Tool	EUA	Adolescència (15–16 anys).	Avaluació externa mitjançant observació i entrevista amb participació de professionals i família.	Sí.	X	X	X	X		X	X	X	X	X		X	X	X				X
17	Weaver, R. i DeLuca, J.R.	s.d.	Employability/Life Skills Assessment (ELSA): Format for Transition Team Professionals.	EUA	Infància, joventut i població adulta amb o sense discapacitat	Autoadministrat o administrat per una persona de referència.	Sí.			X	X				X	X			X	X					
18	Youth in Transition Project	1987	Adolescent Autonomy Checklist	EUA	Adolescència.	No especificada.	No.	X		X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X		

Nota. Elaboració pròpia.

Annexos B

B.1 Models de consentiment informat i assentiment de menors 102
B.2 Models d'entrevista 102
B.2.1 Model d'entrevista per al jovent 102
B.2.2 Model d'entrevista per als professionals 103
B.2.3 Model d'entrevista per als experts 104
B.3 Transcripció de les entrevistes 105
B.4 Descripció narrativa del tractament dels diferents àmbits a les escales identificades 105

B.1 Models de consentiment informat i assentiment de menors

- Model CER023-00 de consentiment informat per a majors de 18 anys (amb anonimat)
- Model CER023-00 de consentiment informat per a majors de 18 anys (amb la possibilitat de decidir si es vol o no es vol l'anonimat)
- Model CER025-00 de consentiment informat per a pares o tutors legals de participants menors d'edat
- Model CER024-00 d'assentiment de menors

B.2 Models d'entrevista

B.2.1 Model d'entrevista per al jovent

Bloc 1. Trajectòria

1. Quants anys tens?
2. Quant temps has estat sota tutela?
3. En quin tipus de centres has viscut (per exemple: CRAE, pis d'autonomia, altres)?

Bloc 2. Estudis

4. Què estudies actualment o què has estudiat?
5. Tens la intenció o ganes de continuar estudiant?

Bloc 3. Trajectòria laboral

6. Has treballat en algun lloc?
7. Com vas accedir a aquesta feina?
8. Has rebut suport del centre per accedir a aquesta feina?

Bloc 4. Concepció de i vivència de l'autonomia

9. Què és per a tu "fer-te autònom/a" o "ser independent"?
10. Per tu, què hauria de saber fer una persona autònoma o independent?
11. Et sents preparat/a per ser autònom/a?
12. Com et fa sentir el procés de fer-te autònom/a?
13. Hi ha alguna cosa que et preocupi especialment de fer-te adult/a?

Bloc 5. Experiència amb el Projecte d'Autonomia

14. Tens un Projecte Personal d'Autonomia?
15. Has participat en la construcció del teu projecte d'autonomia?
16. Com valores el teu nivell de participació en aquest projecte?

17. Quines activitats has realitzat dins del projecte d'autonomia?
18. Consideres que el projecte t'ha ajudat a preparar-te per a la vida autònoma?

Bloc 6. Competències i aprenentatges

19. Quines habilitats creus que ja tens i que t'ajuden a ser autònom/a?
20. On has après aquestes habilitats?
21. Quines activitats del centre t'han ajudat més a aprendre a ser autònom/a?
22. Quines actuacions dels professionals t'han resultat més útils per aprendre a ser autònom/a?
23. Quines habilitats creus que encara necessites aprendre per ser autònom/a?
24. Hi ha alguna activitat o tipus de suport que t'agradaria tenir o practicar per ser més autònom/a i que ara no tens o no pots fer al centre?

Bloc 7. Suport social

25. Tens alguna persona de confiança a qui puguis recórrer quan tens un problema?
26. Et sents escoltat/ada quan expresses les teves necessitats?

Bloc 8. Millora i tancament

27. Si hi hagués una eina o escala per mesurar com d'autònom/a ets, què creus que seria important que tingués o avalués?
28. Com t'agradaria que fos el suport que reps per preparar-te per a la vida autònoma?
29. Hi ha algun comentari o recomanació que voldries donar per ajudar els centres a millorar el suport perquè els joves siguin més autònoms?

B.2.2 Model d'entrevista per als professionals

Bloc 1. Trajectòria

1. Ens podria descriure breument el seu perfil professional?
2. Quina ha estat la seva experiència treballant amb joves tutelats o extutelats?
3. En quins tipus de centres residencials ha treballat i quins són els principals perfils de joves amb què ha tingut contacte?

Bloc 2. Organització del treball d'autonomia als centres

4. Els centres on ha treballat disposaven d'un pla o d'orientacions compartides per treballar l'autonomia, o depenien principalment dels criteris i iniciatives de les figures tutores?
5. Quines competències es treballaven més habitualment per preparar els joves per a la transició a la vida adulta?
6. Quines activitats, estratègies o metodologies s'utilitzaven per treballar aquestes competències?
7. Com valora el treballat i els mètodes per fer-ho?

Bloc 3. Reptes en la transició a la vida adulta

8. Quins factors creu que faciliten que els joves desenvolupin autonomia real dins del centre?
9. I quins factors creu que dificulten aquest desenvolupament de l'autonomia?
10. Segons la seva experiència, quins són els principals reptes que els joves afronten en el procés de transició a la vida adulta i que es poden treballar des dels centres residencials?

Bloc 4. Concepció de l'autonomia

11. Què entén vostè per "autonomia" i per "transició a la vida adulta"?
12. Creu que hi ha uns mínims competencials que s'haurien d'assolir abans de començar a treballar l'autonomia i/o la transició a la vida adulta?

Bloc 5. Competències i actituds clau

13. Quines habilitats i competències considera més importants perquè els joves desenvolupin afrontin la transició amb èxit?
14. Considera que hi ha competències o habilitats especialment difícils de treballar en un centre residencial?
15. Quines actituds personals i socials considera clau en aquest procés?

Bloc 6. Validació de dimensions

16. Disposem d'una proposta d'àmbits d'autonomia identificats. Ens agradaria comentar-los breument per valorar quins aspectes considera més rellevants en cadascun d'ells.
17. Considera que hi ha algun àmbit que no és necessari?
18. Creu que falta algun àmbit rellevant que caldria incorporar?

Bloc 7. Disseny i aplicació de l'eina

19. Considera que seria més adequat establir condicions clares per a l'aplicació d'una eina d'avaluació de l'autonomia (moments, agents implicats, processos), o creu que seria més beneficiós oferir diverses opcions i deixar que cada centre adapti l'eina segons les seves necessitats?
20. Quins criteris considera més útils perquè una eina d'avaluació sigui pràctica i justa per al seu centre?
21. Quins riscos o biaixos creu que poden aparèixer en l'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat per tal de tenir-ho en compte en la seva construcció?

Bloc 8. Millora i tancament

22. Creu que hi ha algun aspecte que sovint es passa per alt en el procés de transició a la vida adulta i que seria important incloure en una eina d'avaluació?
23. Voldria afegir algun comentari o recomanació sobre com millorar el treball socioeducatiu per fomentar l'autonomia del jovent tutelat?

B.2.3 Model d'entrevista per als experts

Bloc 1. Trajectòria

1. Ens podria descriure breument la seva trajectòria professional, acadèmica i de recerca en l'àmbit de la joventut tutelada i extutelada?

Bloc 2. Reptes en la transició a la vida adulta

2. Quins factors creu que faciliten que els joves desenvolupin autonomia real dins del centre?
3. I quins factors creu que dificulten aquest desenvolupament de l'autonomia?
4. Segons la seva experiència i coneixement, quins són els principals reptes en el procés de transició a la vida adulta del jovent tutelat sobre els quals s'hauria d'incidir des dels centres residencials.

Bloc 3. Competències i actituds clau

5. Quines habilitats o competències considera que tot jovent tutelat hauria d'assolir per avançar cap a una autonomia real?
6. Considera que hi ha competències o habilitats especialment difícils de treballar en un centre residencial?
7. Quines actituds personals i socials considera clau en aquest procés?

Bloc 4. Validació de dimensions

8. Si li sembla bé, disposem d'una proposta d'àmbits d'autonomia identificats. Ens agradaria comentar-los breument amb vostè per valorar quins aspectes considera més rellevants en cadascun d'ells.

9. Considera que hi ha algun àmbit que no és necessari?
10. Creu que manca algun àmbit rellevant que caldria incorporar?

Bloc 5. Disseny i aplicació de l'eina

11. En relació amb el disseny d'un marc de referència compartit per avaluar l'autonomia del jovent tutelat, quins criteris considera fonamentals per garantir que l'eina sigui equitativa i aplicable a diferents centres i contextos?
12. Quins riscos o biaixos creu que poden aparèixer en l'avaluació de l'autonomia del jovent tutelat per tal de tenir-ho en compte en la seva construcció?
13. Considera que seria més adequat establir amb claredat les condicions d'aplicació de l'escala (com els moments del procés i els agents implicats), o creu que seria més beneficiós oferir diverses propostes i deixar que cada centre decideixi quina aplicar segons les seves necessitats?
14. Quines recomanacions faria per tal de dissenyar una escala que sigui útil, justa i aplicable en la pràctica professional?

Bloc 7. Millora i tancament

15. Creu que hi ha algun aspecte que sovint es passa per alt en el procés de transició a la vida adulta i que seria important incloure en una eina d'avaluació?
16. Voldria afegir algun comentari o recomanació sobre com millorar el treball socioeducatiu per fomentar l'autonomia del jovent tutelat?

B.3 Transcripció de les entrevistes

- Transcripció de l'entrevista Jove 1
- Transcripció de l'entrevista Jove 2
- Transcripció de l'entrevista Professional 1
- Transcripció de l'entrevista Expert (Josefina Sala Roca)

B.4 Descripció narrativa del tractament dels diferents àmbits a les escales identificades

A continuació es presenta un breu resum de com es tractaven les diferents temàtiques i àmbits al conjunt de les escales identificades, indicant els aspectes més rellevants per a cada àmbit.

- **Competències intrapersonals**. Aquest àmbit engloba un ampli conjunt d'habilitats relacionades amb l'autoregulació, l'autoconeixement i la presa de decisions. Inclou la capacitat d'identificar els propis punts forts i febles, establir metes i expectatives de futur, anticipar conseqüències i actuar de manera coherent amb els objectius personals. També incorpora habilitats com la presa d'iniciativa, l'adaptació al canvi, la gestió de la incertesa, l'ús constructiu de la retroalimentació i la capacitat d'autoavaluació i reflexió.
  A més, contempla competències socials i de resolució de problemes, com saber negociar, afrontar conflictes, expressar desacord, dir que no o demanar ajuda, així com assumir responsabilitats i prendre decisions de manera autònoma. Igualment, inclou habilitats vinculades a l'organització personal i la gestió del temps, la planificació de tasques, l'establiment de rutines o la priorització d'activitats.
  Aquest àmbit també integra determinades competències bàsiques per a l'àmbit laboral, com la puntualitat, el compliment de tasques i el seguiment d'instruccions, així com aspectes relacionats amb la percepció de control sobre la pròpia vida i el

nivell de satisfacció personal. En aquest sentit, les escales d'autodeterminació resulten especialment rellevants per a aquest àmbit.

- **Higiene i cura personal.** Aquest àmbit inclou les habilitats relacionades amb el manteniment de la salut i la imatge personal. Comprèn la capacitat de mantenir una higiene adequada, tenir cura de l'aparença, vestir-se d'acord amb el context i les condicions climàtiques, així com gestionar la roba i adoptar hàbits quotidians saludables.

- **Mobilitat funcional.** Fa referència a la capacitat de desplaçar-se de manera autònoma en l'entorn, incloent l'ús del transport públic i la comprensió dels sistemes de mobilitat. També engloba aspectes vinculats a la conducció, com el coneixement dels requisits per obtenir el permís de conduir, la importància de les normes de seguretat viària (com l'ús del cinturó) i la gestió dels costos associats a l'ús d'un vehicle. Així mateix, incorpora l'ús d'eines digitals, com aplicacions de navegació i mapes, per facilitar els desplaçaments.

- **Socialització i xarxes de suport.** Aquest àmbit engloba les habilitats relacionades amb la interacció social i la construcció i manteniment de vincles significatius. Inclou la capacitat de comunicar-se de manera assertiva, mantenir converses adequades al context, interpretar emocions en els altres i participar en grups socials. També incorpora habilitats bàsiques de convivència, com l'ús del llenguatge verbal i no verbal, així com conductes de cortesia (per exemple, demanar les coses correctament o mostrar agraïment).
  A més, aquest àmbit avalua la capacitat i la disposició per establir i mantenir relacions d'amistat, treballar en equip i construir una xarxa de suport sòlida. Es considera especialment rellevant la identificació de persones de referència (com amics, familiars o adults de confiança) a qui recórrer en situacions de necessitat, així com la presència de figures de suport més enllà dels professionals assignats. També es té en compte la disponibilitat de vincles per compartir moments significatius, com festivitats o situacions personals rellevants, i la identificació d'almenys una figura adulta que pugui oferir suport en el procés de transició a la vida adulta.
  Finalment, s'inclouen aspectes vinculats a la qualitat de les relacions, com el respecte per la diversitat de creences, opinions i cultures, la capacitat d'autoafirmació i defensa dels propis interessos, així com la identificació i prevenció de relacions tòxiques. Igualment, es considera la comprensió del paper del capital social en l'accés a oportunitats, especialment en l'àmbit laboral.

- **Àmbit laboral.** Aquest àmbit acostuma a estructurar-se en dues dimensions principals: la capacitat d'accés a l'ocupació i la capacitat de manteniment del lloc de treball.
  Pel que fa a l'accés, inclou el coneixement de les oportunitats laborals disponibles i de les pròpies preferències (tipus de feina, sector, horari o treball autònom), així com aspectes clau del procés de recerca de feina, com l'elaboració d'un currículum o la preparació d'entrevistes. També incorpora el coneixement de recursos d'ocupabilitat, com els serveis d'orientació laboral, i aspectes bàsics del mercat de treball, com el salari mínim o els drets davant situacions de discriminació. En alguns casos, es recull també l'experiència laboral prèvia o la participació en pràctiques i formació professional, així com el coneixement de diferents modalitats d'ocupació, amb o sense suport.
  Pel que fa al manteniment de l'ocupació, es valora la capacitat de complir amb les responsabilitats laborals, arribar puntualment, seguir instruccions i adaptar-se a les normes del lloc de treball. Així mateix, inclou habilitats per gestionar imprevistos, mantenir una conducta adequada en l'entorn laboral i conèixer els propis drets i

deures, incloent-hi aspectes relacionats amb la promoció professional o la possibilitat de millora de les condicions laborals.

- **Salut física.** Aquest àmbit inclou els coneixements i habilitats necessaris per al manteniment de la salut i la gestió bàsica de situacions mèdiques. Comprèn la identificació dels efectes perjudicials del consum d'alcohol, tabac i altres drogues, així com l'adquisició d'hàbits de vida saludables. També incorpora la capacitat de reconèixer i descriure símptomes de malalties comunes (com refredats o dolors habituals), aplicar cures bàsiques en cas de ferides lleus i saber com actuar davant situacions de malestar.
  A més, inclou competències relacionades amb l'accés i l'ús dels serveis sanitaris, com demanar cita mèdica, distingir quan cal acudir a l'atenció primària o als serveis d'emergència, i comprendre indicacions mèdiques, receptes i prospectes farmacèutics. Igualment, es valora la capacitat de gestionar correctament la medicació. En el context nord-americà, aquest àmbit incorpora sovint el coneixement i la gestió de les assegurances mèdiques.

- **Àmbit educatiu.** Aquest àmbit inclou la capacitat de planificar el futur de manera realista, valorar les opcions educatives disponibles i comprendre'n els avantatges i inconvenients. També implica inscriure's a programes adequats, conèixer el propi rendiment i habilitats, i relacionar-los amb els nivells formatius requerits per diferents ocupacions. És fonamental saber avaluar diverses alternatives i recórrer a recursos de suport, com ajudes econòmiques o tutoratge dins del sistema educatiu. A més, cal ser conscient que nivells educatius més alts estan associats a una major estabilitat laboral i econòmica, i que el nivell educatiu assolit influeix directament en les oportunitats professionals.
  Pel que fa a l'estudi, es valora també la capacitat de preparar-se per a exàmens i presentacions, demanar tutories quan cal, revisar i corregir el treball realitzat i entregar-lo dins dels terminis establerts.

- **Economia.** Aquest àmbit inclou la comprensió dels conceptes bàsics de diners i moneda, així com la capacitat de realitzar transaccions simples, sumar ítems i calcular el canvi. També engloba habilitats com estalviar, diferenciar entre necessitats i desitjos, i prendre decisions de compra informades.
  A més, es considera important saber operar un compte d'estalvi, gestionar un fons d'emergència, ingressar i retirar diners, elaborar i seguir un pressupost familiar, i destinar recursos a l'estalvi. També implica comprendre la documentació bancària, incloses hipoteques i altres tipus de crèdit, així com la importància de pagar impostos i serveis bàsics, i entendre les diferències entre diners prestats i diners donats.
  En contextos específics, com el nord-americà, es valoren competències addicionals com saber emetre i cobrar xecs i mantenir un bon historial de crèdit.

- **Tasques domèstiques.** Aquest àmbit inclou la capacitat de gestionar de manera autònoma el menjar, des de seguir receptes de diversa complexitat fins a planificar menús setmanals i establir un pressupost adequat. També comprèn la compra d'aliments, ajustar les receptes segons el nombre de comensals, elaborar llistes de la compra, entendre les dates de caducitat i les condicions d'emmagatzematge, i planificar una dieta equilibrada segons criteris nutricionals.
  A més, inclou el manteniment de la llar, com netejar utensilis, utilitzar el rentavaixelles, fer el llit, llençar la brossa, fer la bugada, passar l'aspiradora i assegurar que els espais estiguin nets i ordenats amb els productes adequats. També abasta la capacitat de dur a terme reparacions menors, com canviar bombetes, desobstruir vàters, pujar els ploms o gestionar plagues, així com saber quan és necessari recórrer al propietari.

- **Educació sexual.** En general, els instruments que aborden aquesta temàtica ho fan de manera superficial i assistencialista, centrant-se en aspectes com conèixer les parts del cos, entendre el procés de l'embaràs, identificar els mètodes anticonceptius i el seu accés, així com prevenir malalties de transmissió sexual. En menor mesura, alguns qüestionaris inclouen la capacitat de saber on recórrer en cas d'agressió, rebutjar insinuacions sexuals no desitjades i distingir entre orientació sexual i identitat de gènere. També es valora la identificació de l'assetjament sexual i la capacitat de consultar fonts fiables d'informació sobre aquests temes. Algunes eines complementen aquest enfocament amb aspectes relacionats amb la menstruació, incloent-ne el coneixement i l'ús de productes menstruals.

- **Seguretat i emergències.** Aquest àmbit inclou la capacitat de gestionar contrasenyes de manera segura, saber a qui recórrer i a qui trucar en cas d'emergència, i assegurar les portes i finestres amb claus. També abasta nocions bàsiques de prevenció d'incendis domèstics, com operar un extintor, actuar davant d'una emergència mèdica i evitar la mescla de productes químics, entre d'altres.

- **Tràmits administratius i gestions.** Inclou la capacitat de dur a terme gestions bàsiques, com renovar el DNI o NIE, sol·licitar certificats o altra documentació, per exemple, per accedir a un lloc de treball o llogar un pis.

- **Accés a l'habitatge.** Aquest àmbit inclou la capacitat de conèixer els recursos d'habitatge disponibles i saber a qui recórrer en cas d'emergència. També implica entendre les diferents opcions d'habitatge (cases, apartaments, lloguer d'habitacions, programes d'habitatge) i el vocabulari associat al lloguer.
  A partir d'aquí, es valora la capacitat d'identificar l'habitatge més adequat segons les necessitats i el pressupost, escollir la zona de residència segons criteris personals i pràctics, calcular els costos inicials i gestionar els tràmits necessaris. Això inclou comprendre els drets i responsabilitats dels inquilins i veïns, el funcionament del dipòsit de seguretat, el rol del propietari i les conseqüències de no pagar el lloguer.
  També, es considera important saber trobar alternatives temporals en cas d'imprevist i reconèixer la importància de l'assegurança de la llar.

- **Temps lliure i oci.** Aquest àmbit, sovint tractat de manera superficial, s'ocupa de la capacitat de dedicar el temps lliure a activitats d'interès personal i de planificar-les adequadament. També inclou la participació voluntària en activitats comunitàries o escolars. En contextos nord-americans, es posa especial èmfasi en la participació en programes de voluntariat i en la comprensió dels beneficis associats a aquestes experiències.

- **Tecnologia i xarxes socials.** Aquest àmbit té un enfocament principalment funcional, centrant-se en la capacitat d'operar dispositius mòbils, contractar serveis de dades i trucades, efectuar pagaments, gestionar contrasenyes, actuar davant d'averies i utilitzar correctament les aplicacions disponibles. També inclou la gestió d'un compte de correu electrònic, la creació, emmagatzematge i impressió de documents, i la cerca d'informació necessària a Internet.
  Pel que fa a la seguretat i l'ús responsable, es valora la consciència dels riscos de relacionar-se amb persones desconegudes en línia, no enviar missatges d'odi ni ofensius, protegir informació compromesa, descarregar aplicacions de manera segura i tenir contactes d'emergència. Només alguns instruments avaluen l'ús apropiat de les xarxes socials i la capacitat de saber què fer o a qui recórrer davant de missatges amenaçadors o discriminadors.

- **Salut mental i gestió emocional.** Aquest àmbit, poc present en els instruments, se centra principalment en la capacitat de gestionar l'ansietat i la ràbia de manera no destructiva, així com en l'acceptació de la crítica constructiva, l'autopercepció i el desenvolupament de l'autoestima. Només un nombre reduït d'eines aborda la identificació dels moments en què és necessari recórrer a recursos de salut mental i la manera d'accedir-hi.

- **Discapacitat i suports.** Aquest àmbit, estretament lligat a les escales dissenyades per a persones amb discapacitat, inclou la consciència i el coneixement que la persona té sobre la seva discapacitat, així com la capacitat d'explicar-la i de reconèixer els recursos i suports necessaris. També abasta la identificació dels recursos disponibles, el coneixement de les ajudes accessibles segons els requisits específics i l'habilitat per demanar-les. A més, algunes eines valoren la capacitat d'analitzar l'accessibilitat d'un espai o lloc.

- **Altres.** Aquest àmbit inclou el coneixement dels recursos comunitaris disponibles, així com la capacitat de contactar-hi i accedir-hi. També aborda aspectes de drets ciutadans, com entendre el funcionament del sistema polític, la importància de votar, com actuar davant de discriminació o arrest, la comprensió de la llei i les conseqüències d'actes delictius, així com la gestió de contactes rellevants en situacions legals.
  Algunes eines inclouen continguts sobre embaràs, criança i cura infantil, incloent la consciència dels riscos de substàncies durant l'embaràs, l'accés a cures prenatals i les habilitats necessàries per criar un infant: entorn segur, supervisió adequada, establiment de límits no agressius, seguiment mèdic, coneixement de les fites evolutives i conscienciació dels costos associats...
  També, es recullen aspectes relacionats amb hàbits correctes a taula, el coneixement de l'edat de consentiment o els canvis legals que es produeixen en arribar als 18 anys, entre d'altres.