
Guía de cohousing inclusivo:

Una alternativa para la desinstitucionalización
de Personas sin Hogar



Guía de cohousing: claves para la nueva Estrategia Nacional

Noviembre, 2024.

Asociación Realidades para la integración Social.

Redacción y elaboración: Maider Moreno García

Ilustraciones: Luis Alberto Sevilla Acha

Coordinación del Proyecto y de la Guía de Cohousing Inclusivo:

Raúl Izquierdo Izquierdo – Asociación Realidades

Dirección del Proyecto y de la Guía de Cohousing Inclusivo:

Gloria García Lalinde – Asociación Realidades

ISBN 978-84-09-68080-1

Financiado por el Ministerio de Derechos sociales, Consumo y Agenda 2030



ALGUNOS DERECHOS RESERVADOS

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

Esta obra está bajo licencia Creative Commons, Atribución–NoComercial–CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY–NC–SA 4.0). Se permite copiar, distribuir y comunicar libremente esta obra siempre y cuando se reconozca la autoría y no se use para fines comerciales. Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.

Con la financiación de:





Agradecimientos

Queríamos empezar por agradecer la labor de las personas que forman y acompañan este proyecto de Cohousing Inclusivo. En este sentido no podemos dejar de nombrar a Raúl y Esther, por su tenacidad y agudeza a la hora de plantear los contenidos y ejecutarlos de manera magistral.

El modelo de Cohousing Inclusivo que aquí se presenta es el resultado de las vivencias que, con gran generosidad, nos han compartido sus protagonistas. Gracias a Luis, Alberto, Antonio, Jesús, Isabel, Carmen, Geraldo, Artur y Deady, por vuestra disposición y cariño. Gracias también a todas las personas que confían en Realidades y han dado el paso de participar en este proyecto.

Gracias a las personas que han releído esta guía para mejorar su calidad en cuanto a forma y contenidos: Raúl, Esther, Gloria, Amaia y Diana.

Finalmente, el proyecto de Cohousing Inclusivo no podría haberse llevado a cabo sin la colaboración de los proveedores de vivienda social Techô y Lumvra, por ello aprovechamos esta ocasión para agradecer encarecidamente la labor que realizáis.

Índice

- **Introducción** | pág. 9
 - Mapeo de las estrategias actuales para combatir el sinhogarismo en España | pág. 9
- **El cohousing. Una vida más autónoma y desinstitucionalizada** | pág. 15
 - Algunas experiencias de Cohousing | pág. 15
 - Tipología y objetivos | pág. 17
 - Beneficios y límites del modelo | pág. 18
 - Cohousing con personas sin hogar | pág. 20
- **Guía de Cohousing Inclusivo** | pág. 22
 - Fases del proceso | pág. 22
 - Perfil de profesionales | pág. 28
 - Apoyos comunitarios | pág. 29
 - Desarrollo de las sesiones de unidades convivenciales | pág. 30
- **Experiencias y relatos de participantes** | pág. 37
 - Itinerarios y recursos dentro del circuito del sinhogarismo | pág. 38
 - Ser parte de los talleres de unidades convivenciales | pág. 45
 - Una vida en común. Mirar por sí misma/o, mirar por las/os demás | pág. 48
- **Conclusiones y recomendaciones** | pág. 52
 - Desinstitucionalización y autonomía como punto de partida | pág. 52
- **Bibliografía** | pág. 54
- **Anexos** | pág. 57
 - Anexo A. Guía de entrevistas | pág. 57
 - Anexo B. Materiales de las sesiones de formación | pág. 59
- **Índice de tablas**
 - Tabla nº1. Número de centros según su actividad principal | pág. 12
 - Tabla nº2. Tipos de Cohousing existentes en la actualidad | pág. 17
 - Tabla nº3. Cuadro-resumen proyecto Cohousing Inclusivo de la asociación Realidades | pág. 21
 - Tabla nº4. Grandes líneas de las fases del proceso | pág. 24
 - Tabla nº5. Personas entrevistadas | pág. 37



Prólogo

El modelo habitacional de Cohousing nació en Dinamarca y Holanda, en la década de los setenta, como solución a las necesidades de las familias jóvenes. En España, se ha venido empleado con personas mayores con la construcción de viviendas colaborativas. Nuestro proyecto parte de la experiencia con mayores y desarrolla este modelo para el caso de personas sin hogar. La experiencia de las entidades sociales que trabajan con personas sin hogar –y especialmente la asociación Realidades– es que muchas personas que han completado con éxito procesos de recuperación y que han conseguido tener ingresos –pequeños– estables (PNC, IMV, RMI, empleo estable, etc.) no logran dar el paso hacia una vivienda autónoma y por consiguiente siguen en el circuito de programas para personas sin hogar. La razón de esta situación es estructural: la escasez de ingresos y un mercado de la vivienda de alquiler inaccesible económicamente y muy competitivo. Frente a esta situación, las soluciones empleadas en los últimos años pasan por la proporción de pisos a personas sin hogar, a través de contratos públicos, modelo que no carece de incertidumbre, ya que su continuidad depende de la financiación pública y/o la voluntad política y de aquellos

requisitos impuestos por los fondos públicos nacionales o europeos.

Si existe un amplio perfil de personas sin hogar que no tiene acceso a ingresos estables y/o que por otras circunstancias necesita de las Administraciones para poder ejercer su derecho a una vivienda, particularmente con la provisión de pisos gratuitos a través de la financiación pública, encontramos otro perfil de personas sin hogar que podría acceder por sus propios medios a una vivienda si se dan algunas condiciones necesarias. Ello requiere de un programa de identificación de estos perfiles y la sistematización de procesos que hay que poner en marcha para la salida exitosa al mercado libre de alquiler, unido a un desarrollo comunitario e implementación de apoyos necesarios para una vida autónoma.

En el año 2021 se inician las primeras acciones dirigidas a la formación y acompañamiento de grupos de Cohousing Inclusivo con personas sin hogar en Madrid. Posteriormente, en 2024, el proyecto se implantó en Sevilla, Córdoba y Cádiz. Las unidades convivenciales (o de Cohousing) se basan en un programa estructurado y sistemático que facilita la salida al mercado libre de alquiler, este a su vez bebe de los más de 30 años de experiencia de la asociación Realidades en el acompañamiento a personas sin hogar. La ejecución de este proyecto requiere:

- Conocimiento del mercado de vivienda en alquiler y de otras opciones, como vivienda social e iniciativas privadas de inversión con impacto social;
- Identificación del perfil de personas sin hogar para el que esta opción es viable;
- Identificación de las necesidades específicas de las personas sin hogar y de la provisión de apoyos y cuidados necesarios para una vida en comunidad;
- Creación de grupos orientados a la constitución de unidades convivenciales voluntarias viables –de tres personas como media– orientadas a optar conjuntamente a una vivienda compartida;
- Un programa de entrenamiento para la vida autónoma en comunidad.

Guía de cohousing inclusivo:

Una alternativa para la desinstitucionalización de Personas sin Hogar

Las unidades convivenciales están formadas por un grupo de dos, tres o cuatro personas que después de un periodo de reflexión, aprendizaje y conocimiento mutuo, deciden dar el paso hacia una vivienda en alquiler. Aunando los ingresos de cada persona, sus saberes, habilidades y potencialidades, se realiza un consenso en torno a las preferencias en la convivencia, con un proyecto de vida a largo plazo, es decir de formación de un hogar.

En la práctica, el primer grupo convivencial apoyado por la asociación Realidades se formó por mujeres con prestaciones económicas y sociales. El 1 de marzo de 2021, se firmó el primer contrato de arrendamiento de una vivienda de cuatro habitaciones en Madrid. Dicha vivienda sigue funcionando a día de hoy. En 2022, 2023 y 2024, se han realizado formaciones para la creación de nuevos grupos de convivencia para el Cohousing Inclusivo, lo que ha dado lugar a dos viviendas en Madrid y dos en Sevilla, gracias a una colaboración con el proyecto Techô, a partir de enero de 2023. En ese mismo año, se puso en marcha un piso en Cádiz (mercado libre) y otros dos en Córdoba (AVRA). En total y hasta el momento, se cuentan 7 viviendas autogestionadas y en diferentes puntos del proceso de desinstitucionalización.

El Cohousing representa una alternativa de vida autónoma para personas sin hogar. Sin embargo, no se dispone a día de hoy de una metodología estructurada y testada, dicho modelo no tiene apenas implantación en el Estado Español, ni existe un estudio de viabilidad de esta estrategia. Es por lo tanto necesario una estructura de intervención para que sea una experiencia de éxito y no un fracaso más para las personas sin hogar.

La Encuesta de personas sin hogar del INE (2022)

asegura que 28.552 personas sin hogar son atendidas en centro asistenciales, de las cuales un 32,6% son beneficiarias de prestaciones públicas (RMI, IMV, Prestación por desempleo, pensiones contributivas y no contributivas y otros tipos de prestaciones). **Estos datos arrojan que alrededor de 9.000 personas podrían acceder a una vivienda de mercado libre, si participan en un proyecto de Cohousing Inclusivo.** Ello hace eco con las palabras de Abreu: “(...) existe una bolsa de personas muy grande que tienen ingresos mínimos y para las que se tienen que dar más alternativas. No solo vale con darles una ayuda al alquiler porque son bastante limitadas y dependen de presupuestos públicos que, cuando se agotan, ya no pueden dar más dinero. Las personas tienen derecho a tener una estabilidad de una vivienda, no pueden depender de cuestiones políticas y presupuestos limitados” (2022, p.64).

Las unidades de convivencia se definen por ser un espacio autónomo, donde las personas convivientes escogen a sus compañeras/os, con el fin de crear un proyecto de vida compartido. Además, se trata de que cada quien aporte una parte de ingresos para el alquiler y el mantenimiento de la vivienda. Algunos de los requisitos que se han establecido para el éxito de la propuesta de Cohousing Inclusivo son los siguientes:

- Personas mayores de edad, que se encuentren o hayan estado en algún tipo de recurso de la red pública o privada dirigida a personas sin hogar. Se incluyen personas que hayan pasado por este tipo de recursos y ya no estén, por haber salido a soluciones habitacionales inestables.
- Personas que cuenten con unos ingresos económicos estables pero insuficientes para



Personas sin hogar son atendidas en centro asistenciales

El **32,6 %**

Son beneficiarias de prestaciones públicas

9.000

Personas podrían acceder a una vivienda de mercado libre, si participan en un proyecto de Cohousing Inclusivo

poder acceder de forma individual a una vivienda segura, con un mínimo equivalente a las prestaciones básicas como el IMV, pensiones contributivas o no, o similares.

- Tener autonomía personal para la realización de las actividades de la vida diaria.
- Capacidad y motivación para afrontar un proyecto de convivencia a largo plazo entre iguales.

Por otro lado, este proyecto parte de la participación de sus protagonistas, como premisa básica para su funcionamiento. “Los mejores resultados en las estrategias se han conseguido cuando estas son capaces de avivar y dar cauce a la participación de las personas sin hogar, no sólo en sus propios procesos sino en la mejora de los servicios y proyectos” (Asociación Realidades, 2022, p.9). Para Realidades cualquier política pública, proyecto o intervención dirigida a personas que se encuentran en situación de sinhogarismo, debería de contar con la propia voz de sus protagonistas.

En un primer momento “la participación” se define como la implicación en actividades que proporcionan interacción social con otros en el seno de la comunidad o la sociedad (Levasseur et al, 2015). La literatura vincula una “historia de la participación” con la evolución de los movimientos sociales y la sociedad civil en términos generales. Si nos enfocamos en la participación y el sinhogarismo el aspecto esencial es entender la participación como derecho, buscando el reconocimiento de la agencia (o capacidad de acción) de toda persona para resolver y decidir sobre su propia vida. Existe una tipología que categoriza la participación diferenciando: la social, la política, la comunitaria y la ciudadana. Nos interesa particularmente la participación comunitaria, que se define como una “actividad dirigida a la mejora de las condiciones de vida en la comunidad y la búsqueda de soluciones a sus necesidades específicas” (Asociación Realidades, 2022, p.13). A modo de ejemplos, esta implica la afiliación a una Asociación de Vecinas/os o a la participación en el AMPA.

La participación tiene que estar presente en las diferentes fases de los procesos. Por ejemplo, en la elaboración de una Estrategia Nacional para personas sin hogar, esta tiene que estar activa en el planteamiento, seguimiento e implementación. Además, es necesario que no se instrumentalice su uso, como sugiere la escalera de Hart¹.

“En la mayoría de los testimonios recogidos se demuestra que apostar por la participación a la hora de trazar procesos de intervención individuales no es sólo una cuestión de principios, sino que resulta en beneficios para todas las partes. Para las profesionales, porque facilita su tarea y sienten que la realizan mejor y con más profundidad; y para las propias personas sin hogar, porque les permite recuperar el rol activo y el ejercicio de autonomía” (Asociación Realidades, 2022, pp.39–40). Además, “incorporar enfoques y prácticas participativas puede responder a intereses muy diversos que van desde lo terapéutico, la llamada ‘normalización’ a través del ocio y el tiempo libre, o dimensiones más amplias relacionadas con el ejercicio de ciudadanía y el empoderamiento” (idem, p.45).

Todo lo anterior desemboca en una definición integral de la participación de personas en situación de sinhogarismo, esta hace referencia: **“a su implicación activa, no solo en sus itinerarios de inclusión, sino también en el funcionamiento de sus centros de atención y servicios, así como en las dinámicas sociales y políticas que les afectan”** (Asociación Realidades, 2022, p.70). Siguiendo esta definición, la participación hace alusión a al menos tres dimensiones: la dimensión individual. Se relaciona con los itinerarios individuales consensuados en los que se fomenta el poder de decisión de la persona, implicando actividades grupales de carácter terapéutico, ocupacional o de ocio saludable para la ‘normalización’. La participación en esta dimensión, genera empoderamiento personal, autonomía y afianzamiento a la hora de decidir y de escoger. Además, en esta dimensión se contemplan también los sistemas de mejora de los servicios y centros de atención a través de evaluaciones, asambleas, o buzones de sugerencias.

¹. La escalera de Hart es una herramienta de análisis que “identifica cómo la participación atraviesa una serie de fases en las que los intereses no siempre son honestos. Cuando la población es manipulada, usada como decoración, o participa simbólicamente, realmente no estamos hablando de participación” (Asociación Realidades, 2022, p.15).

La dimensión social, que se concreta en talleres para la creación de contenidos artísticos o de comunicación social, orientados a la sensibilización. Cuenta con el protagonismo de personas sin hogar en jornadas, acciones, eventos, fiestas del entorno comunitario, encuentros y congresos que reconocen la voz experta de las personas sin hogar. Son imprescindibles los testimonios en medios de comunicación en los que no solo se da cabida a las historias de vida, sino también a las opiniones y propuestas para la solución del sinhogarismo. Finalmente, la dimensión política, que implica la participación en movilizaciones y activismo político, en las estructuras de gobernanza, y en la elaboración de políticas públicas.

Introducción

Mapeo de las estrategias actuales para combatir el sinhogarismo en España

El sinhogarismo es una de las expresiones más extremas en que se manifiesta la pobreza, es el resultado de una problemática multicausal, multifactorial, multidimensional, heterogénea y cambiante. Se trata de una realidad compleja que ha estado invisibilizada y en la que el factor de mayor peso es el estructural (educación, salud, protección y servicios sociales, vivienda, etc.) y limita el pleno ejercicio de los Derechos Humanos. Según los datos del INE de 2022, se comprueba que hay tres grandes factores que ponen a la gente a la intemperie en España: los que derivan de procesos migratorios (34%), la situación de la vivienda (32%) y la crisis del empleo (27%). En muchos de estos casos, la pérdida de alojamiento va asociada a crisis en las relaciones de pareja (21%). Y en menor medida estarían las adicciones de uno u otro tipo (13%), los problemas de salud (11%) y la salida de instituciones (10%) como la prisión o los centros de menores. Es interesante comprobar cómo las razones del sinhogarismo son estadísticamente muy diferentes si consideramos separadamente a varones y mujeres. Mientras que a los varones en general les afectan mucho más los problemas de paro, migración, adicciones y salida en falso de instituciones, en la raíz del sinhogarismo de las mujeres encontramos en mayor medida la crisis de la vivienda, unida a las rupturas de pareja y a la violencia de género (Cabrera, 2023).

3 grandes factores que ponen a la gente a la intemperie en España:



El sinhogarismo incluye a personas que pernoctan en la calle, personas que viven en centros residenciales públicos e instituciones, hasta las personas que viven en viviendas inadecuadas e inseguras (Área de Familia, Igualdad, Bienestar Social. Ayuntamiento de Madrid, 2022), así como lo indica la tipología ETHOS (European Typology on Homelessness and Housing Exclusion) elaborada por la Federación Europea de Asociaciones Nacionales que trabajan con personas sin hogar (FEANTSA).

Tradicionalmente, el estudio de esta problemática se ha realizado desde la perspectiva de los hombres. De hecho “los recursos de la red de atención están fuertemente masculinizados, en su diseño y por tanto en sus posibles usos, con lo que las mujeres en general, incluso como víctimas de violencia de género, no cuentan con espacios adaptados, amigables y respetuosos con sus necesidades y deseos. Así, los recursos mixtos son en realidad espacios diseñados para hombres donde se permite la entrada de las mujeres” (Proyecto EDI, 2023, p.24). Pese a lo anterior y de manera progresiva, “se ha dado visibilidad a

las mujeres que presentan problemas y realidades distintas a las de los hombres en situación de exclusión residencial extrema” (Abreu, 2002, p.65).

El problema de la vivienda en España responde a la voluntad política en todas las escalas, a nivel estatal, de las comunidades autónomas y municipalidades: “entre 2011 y 2021 aumentaron en 393.363 las viviendas vacías, y en ese mismo período las personas sin hogar, a partir de los datos del propio INE, habrían pasado de 22.938 en 2012 a 28.552 en 2022; es decir, 5.614 personas sin hogar más, frente a casi 400.000 viviendas vacías más. En 2012, aunque hubiéramos alojado a cada persona sin hogar en una de las viviendas vacías existentes, nos habrían sobrado 3.420.427 viviendas vacías, y diez años más tarde, en 2022, nos habrían sobrado 3.808.776 viviendas que seguirían estando vacías, después de alojar a todos nuestros ‘sintecho’” (Cabrera, 2023, p.324).

En las últimas décadas se viene apuntando a la vivienda como la puerta de acceso a la inclusión social y, por lo tanto, la falta de ésta como el factor principal de la marginalidad. En este sentido, las ambiciones de la Plataforma Europea para Combatir el Sinhogarismo señalan como prioritarias: la prevención, el acceso a la vivienda y la desinstitucionalización (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023). En el marco normativo europeo para combatir el sinhogarismo encontramos el Pilar Europeo de Derechos Sociales (PEDS), quien establece que deberá proporcionarse acceso a viviendas sociales y ayudas al acceso a la vivienda a todas las personas con vulnerabilidades y sin alojamiento, ya que tienen derecho a una asistencia y una protección adecuada frente a un desalojo forzoso (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023). Asimismo, la Resolución del Parlamento Europeo, de 24 de noviembre de 2020, plantea que la carencia de hogar se considera una de las formas más graves de pobreza y privación. Por lo tanto, tienen que

promoverse estrategias de actuación basadas en “la vivienda primero” y la prevención (ídem).

A nivel nacional, nos encontramos que, a diferencia de otros países como el Reino Unido, España no tiene una legislación específica orientada a la regulación de políticas para la prevención o erradicación del sinhogarismo² (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023). Destaca la Ley 12/2023 de mayo por el derecho a la vivienda.

A continuación, en este primer apartado, se ponen de relieve los diferentes modelos de intervención social con personas en situación de sinhogarismo. Como veremos más abajo, la vivienda sigue sin representar el primer aspecto que se trata de solucionar para la mayoría de casos de personas sin hogar.

El modelo escalera (Staircase)

El aumento del precio de la vivienda y las sucesivas crisis (2008, COVID-19, Guerra en Ucrania), tienen un impacto en el incremento de las situaciones de exclusión residencial (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023). Así, el acceso a la vivienda constituye, después del empleo, uno de los factores esenciales de exclusión social (FOESSA, 2021). En este sentido Vidal señala que: “la vivienda es la causa principal del sinhogarismo. Tres cuartas partes de las víctimas de sinhogarismo dicen que se encuentran en la calle porque no pudieron pagar más su vivienda. La principal solución al sinhogarismo es el retorno inmediato a una vivienda para que desde ese hogar se recuperen de todas las pérdidas asociadas y los daños que les ha causado el tiempo de calle. La respuesta masiva ha sido dar a las personas sin hogar alojamientos colectivos temporales, los cuales no son una solución y tienen efectos secundarios contraproducentes” (2022, p.150).

2. “Al otro lado de nuestra frontera oeste, el Gobierno de un país de la UE en muchos aspectos similar a nosotros, como es Portugal, está a punto de poner en marcha un ambicioso proyecto legislativo con el nombre de Mais Habitação 3 (Más Vivienda), que acaba de pasar la fase de consulta pública e incluye entre otras medidas el alquiler forzoso de apartamentos que lleven dos años deshabitados, de manera que el municipio ofrecerá al propietario un alquiler hasta un 30% más alto que el alquiler a precio de mercado de un piso similar en la zona, actuando el Estado como garante del pago de la renta al propietario; al mismo tiempo, en caso de que el dueño se niegue, las autoridades locales podrán alquilarlo forzosamente y colocarlo así de nuevo en el mercado residencial” (Cabrera, 2023, p.325).

En este contexto, el modelo de atención a personas sin hogar más utilizado en Europa, como en los Estados Unidos, es el modelo escalera (Staircase), en el que las personas van subiendo peldaños según atraviesan los diferentes ‘obstáculos’. Se trata de atravesar diversos servicios residenciales, vinculados a la resolución de cuestiones sociales y de salud antes de ser consideradas personas aptas para ser alojadas con éxito. Este modelo instaura un estricto tutelaje, en el que van ganando ‘autonomía’ según avanza el progreso. La escalera implica que quien ‘retrocede’ o ‘no logra superar el siguiente escalón’ se ve abocado a empezar de nuevo, perdiendo todo lo recorrido hasta ese momento. Es decir, que se trata de un modelo que impone unos objetivos en tiempo y forma y su poca flexibilidad puede tener unos efectos adversos devastadores.

Este modelo nace en los Estados Unidos en la década de los 80’ y tiene relación con la atención psiquiátrica (AIRES, 2022). Vidal define este modelo “como el método básico de casi todo el sistema de atención social: el sujeto debe realizar una serie de pasos para ir mereciendo mayores beneficios (...). El sistema establece conductas u opciones inaceptables que el sujeto debe eliminar para poder acceder a los bienes esenciales que los Derechos Humanos les reconocen como fundamentales e inalienables. La víctima no puede hacerse cargo de todo el proceso, sino que le es administrado industrial, burocrática y estandarizadamente, sin ser protagonista de su propio proceso ni tener voz en el diseño del mismo” (2022, pp.21-22).

Pese a que las metodologías centradas en la vivienda hayan mostrado resultados de éxito, acotados a su extensión, podemos afirmar que “en lo que se refiere al enfoque orientado a la vivienda, la asunción del fenómeno del sinhogarismo por parte de los servicios –estatales, autonómicos o locales– de vivienda sigue siendo insuficiente, y la respuesta al sinhogarismo sigue centrándose en los centros y recursos de urgencia o

emergencia, en todo caso ubicados en el ámbito de los Servicios Sociales” (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023, p.56).

En cualquier caso, “el cambio de paradigma en el ámbito de los Servicios Sociales es aún incipiente” (Vidal, 2022, p.20). A esto se suma una desvinculación de la política social respecto de la política de vivienda, como consecuencia de haber entregado al mercado y a las leyes de la oferta y la demanda, el encargo de proveer los recursos necesarios para cubrir un derecho fundamental como es el poder contar con un techo bajo el que vivir (Cabrera, 2023). Otra dificultad es la falta de coordinación entre administraciones –estatal, autonómica y local– y servicios –vivienda, sanidad, servicios sociales, etc.– para el buen desenvolvimiento de las políticas de vivienda. Los protagonistas de atención al sinhogarismo en España son la administración municipal y el Tercer Sector. Los lugares de atención de personas sin hogar, son prioritariamente los albergues y los centros de acogida que, salvo excepciones, continúan siendo espacios estigmatizados con difícil enlace con el resto de la sociedad (Rubio Martín, 2022).

Todo lo anterior incide en que el modelo de atención en España esté “basado en la articulación de respuestas de emergencia, generalmente de baja intensidad y de corta



estancia, y en la satisfacción de las necesidades básicas para la subsistencia (alojamiento de emergencia, comedores, roperos, etc.)” (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023, p.60). En relación a cómo son las instituciones en España en lo relacionado con el sinhogarismo, “el INE en el 2022 registró un total de 1.175 centros de atención a personas en situación de sinhogarismo en todo el territorio, lo que supone un incremento de 156 centros desde 2020, de los cuales 24% son de titularidad pública y el 76% de titularidad privada” (Proyecto EDI, 2023, p.23). El mismo informe aclara que esto redundaría negativamente en la calidad de la atención.

Además, “sólo el 12% de los centros de alojamiento existentes se definen como pisos de inserción social. El resto son centros de acogida nocturna o albergues, residencias, centros de acogida, pisos de acogida inmediata y pisos de acogida temporal” (Proyecto EDI, 2023, p.23). La capacidad de poner en marcha programas de carácter preventivo está acotada a un modelo generalmente asistencialista y de emergencia. De hecho, “más del 40% de las personas en albergues, que representan la inmensa mayoría de personas sin hogar, no quieren pernoctar allí” (Vidal, 2022, p.151).

Tabla nº1: Número de centros según su actividad principal



	Centros	%
Piso/apartamento de acogida temporal	311	26,5
Casa de acogida/Centro de acogida	292	24,9
Albergue/Centro de acogida nocturno	113	9,6
Otros	102	8,7
Comedor social	99	8,4
Piso/apartamento de inserción social	97	8,3
Centro de día/Taller ocupacional	85	7,2
Piso/apartamento de acogida inmediata	42	3,6
Residencia	34	2,9
Total	1.175	100

Fuente: Proyecto EDI, 2023, p.25

“Más allá de algunas iniciativas específicas o puntuales, han tenido un escaso desarrollo en España las iniciativas orientadas a promover la participación de las propias personas sin hogar en el diseño de las políticas y los servicios que les afectan, así como su autoorganización” (Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales, 2023, p.62). La participación de las personas sin hogar está atravesada por una serie de prejuicios y estereotipos sobre la falta de habilidades y capacidades, lo que se combina con el hecho de que el sinhogarismo sea un hecho aislante que supone la ruptura de los vínculos sociales y comunitarios, que puede generar dificultades en el interior de este colectivo, lo que redundaría en su participación social.

Los recursos existentes no están, por lo tanto, orientados para dar respuestas eficaces a ciertos perfiles demográficos, destaca la falta de atención personalizada a mujeres, personas con problemas de salud

mental, personas migrantes y población LGTBI. Las características básicas de las políticas contra el sinhogarismo en España, se ven atravesadas por varias contradicciones, que a su vez reflejan los factores que conducen al sinhogarismo. Frente a esta situación hay dos cambios en el abordaje del sinhogarismo: 1- la centralidad del acceso a la vivienda y 2- la atención centrada en la persona.

Housing Led y Housing First

Tanto el Housing Led como el Housing First son modelos centrados en la vivienda. Acceder a una vivienda de larga estancia posibilita a la persona contar con una estabilidad residencial que le permite empezar a desarrollar sentimientos de arraigo, de pertenencia, de identidad y de interacción con un vecindario, un barrio, una comunidad (AIRES, 2022, p.32).

El modelo Housing Led “se centra en personas sin un marco temporal en su trayectoria previa de sinhogarismo y procedentes tanto de la calle como de recursos de atención a personas sin hogar, que pueden o no sumar otros factores de exclusión y que, a priori, precisan apoyos sociales en la vivienda para alcanzar su autonomía y desinstitucionalización en un medio plazo” (EY Insights, 2023, p.63). Este modelo que ofrece una vivienda compartida y temporal, aparece por primera vez en la UE en 2010 como un ejemplo a seguir.

En el programa de Housing Led encontramos tres tipos de recursos residenciales (AIRES, 2022).

- Vivienda asistida/dirigida. Incluye viviendas con presencia constante del personal de la entidad, con cuatro o cinco días por semana como mínimo. Es un primer espacio de trabajo para desarrollar habilidades básicas sociales, recibir asesoramiento legal, acompañamiento socio-laboral, etc.
- Vivienda con apoyo. La presencia del personal es mucho más reducida, una o dos veces por semana, para potenciar la autonomía de las personas participantes, si bien el trabajo en diferentes áreas sigue siendo bastante intenso.

- Vivienda con supervisión. La más próxima a una vivienda propia o autónoma, con visitas semanales a mensuales. El grado de tutela para cada piso se revisa de acuerdo a los objetivos y desarrollo de los programas de intervención y las personas participantes.

El modelo Housing First se dirige a personas sin hogar con necesidades de apoyo complejas, un largo historial sin vivienda, problemas de salud mental, problemas de alcoholismo y/o adicciones a otras drogas. “Parte de la base de que todo el mundo, con el apoyo adecuado, puede vivir de forma independiente. Proporciona de manera inmediata una vivienda segura, ya sea independiente o comunitaria” (Proyecto EDI, 2023, p.107). Además, el modelo garantiza la separación de la vivienda con el apoyo social, “la vivienda se ofrece al margen del compromiso de la persona con los servicios de apoyo” (ídem, p.107). Se basa en un funcionamiento proactivo, que busca “el desarrollo de las capacidades necesarias para la convivencia, trabajando habilidades cognitivas, emocionales, relacionales y éticas que hagan posible la convivencia positiva en la vivienda” (AIRES, 2022, p.34). En este sentido, el programa Housing First, en el momento de la selección de candidatas/os tiene en consideración tanto las competencias, como las habilidades sociales para la convivencia positiva y la resolución de conflictos.

El modelo Housing First fue desarrollado en la década de 1990. El Housing First nace de un grupo liderado por Sam Tsemberis bajo “la convicción de que la dimensión de hogar proporciona una seguridad ontológica a toda persona: el ser humano necesita universalmente un hogar (...). Sin un dónde que poder llamar hogar, se descompone todo el mundo relacional de la persona y la propia seguridad que sustenta su ser, quién es y con quién es. Ese despojamiento del hogar deshilacha todo el sistema de lo que es, tiene, hace y amenaza el propio estar y existencia de la persona” (Vidal, 2022, p.154).

Este modelo proclama la autorresponsabilidad y la agencia de cada ser para decidir qué camino tomar. “Cada uno es quien mayor responsabilidad tiene sobre su propia vida (...). La piedra angular es que la realización de cada persona requiere

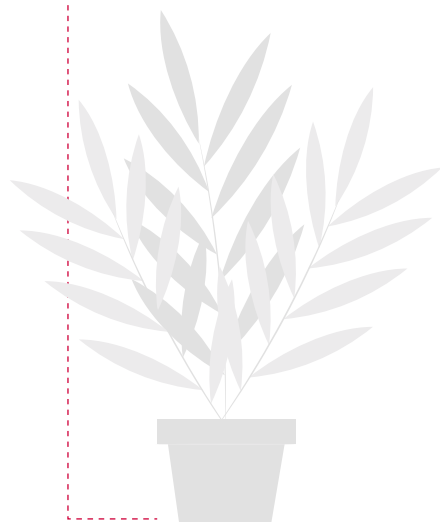
necesaria y principalmente de su acción creativa, libre y responsable desde sí mismo porque es un ser único y solamente él puede hacer lo que le corresponde” (Vidal, 2022, p.101). El paradigma del Housing First pone a disposición de la persona los derechos de los que ya es titular, se trata de que cada quien deje de ser excluido de los procesos formales para lograr su mejora. En este sentido se entiende que “la institucionalización es un modo de llamar a las políticas restrictivas del estar que recurren a la reclusión o internamiento de las personas en centros, zonas y circuitos restringidos” (Vidal, 2022, p.20). Otorgar una vivienda y que no sea temporal es el punto de partida, de ahí el nombre del programa.

En España no será hasta 2014 que HOGAR SÍ (anteriormente RAIS Fundación) pondrá en marcha un programa de Housing First. Este proporciona una vivienda estable, asequible y permanente, además de apoyo social y de salud a personas sin hogar. Se otorga una vivienda individual y un apoyo a largo plazo. Además, Housing First se define por ocho principios básicos (EY Insights, 2023):

1. La vivienda es un derecho humano
2. Elección y control de todas las personas participantes
3. Separación de vivienda y tratamiento
4. Orientado hacia la recuperación de la persona usuaria
5. Compromiso activo sin coerción
6. Reducción del daño
7. Planificación centrada en la persona
8. Apoyo flexible y disponible durante el tiempo necesario

Como vemos, la incidencia de modelos alternativos, basados en la vivienda para asegurar la integridad de las personas es sin duda un avance muy positivo en la intervención social con personas sin hogar, sin embargo, actualmente “tan sólo el 4,3% de los centros operarían bajo el paradigma Housing First y Housing Led” (INE, 2022). El modelo tradicional de atención a personas sin hogar en España sigue siendo el método escalera, un “sistema asistencialista basado en etapas que es el más extendido actualmente, no es capaz de dar respuesta a la problemática que plantea el sinhogarismo, pues no tiene como objetivo la erradicación del mismo sino el abordaje parcial de situaciones extremas” (Proyecto EDI, 2023, p.23).

Una panorámica de la situación actual en el estado español señala la falta de un proyecto de desinstitucionalización de personas sin hogar. Es urgente el establecimiento de un sistema de intervención social con personas sin hogar que garantice su autonomía y autoresponsabilización. Esta firme creencia es la que nos lleva a elaborar la propuesta de Cohousing Inclusivo para personas sin hogar que se ofrecerá más adelante.



El cohousing

Una vida más autónoma y desinstitucionalizada

Una vez hemos definido las formas de intervención social con personas sin hogar, dedicamos el siguiente apartado a concretar el modelo de Cohousing Inclusivo para personas sin hogar. Para ello, en un primer momento, se presentan las herramientas y metodologías que se han planteado en los proyectos de Cohousing a nivel nacional como internacional. Posteriormente, se señalan los beneficios y los límites de este modelo, con el fin de corregir estos últimos y de mejorar la experiencia para su posterior aplicación con personas sin hogar. Más tarde, nos concentramos precisamente en la aplicación de este programa con personas provenientes del circuito del sinhogarismo. En este apartado, se analizan los antecedentes que han servido para construir el modelo que se propone.

Algunas experiencias de Cohousing

El Cohousing hace referencia a un modelo colaborativo de vivienda que surge en las décadas de los 60' y 70', en Europa del Norte, y puede entenderse como una forma de convivencia en la que coexisten espacios privados y zonas comunes para motivar el intercambio entre convivientes (Jakobsen y Larsen, 2018). En Francia en la década de los 70' encontramos algunas de las primeras iniciativas de vivienda colaborativas autogestionadas. Estas experiencias vienen de la mano de militantes y activistas que lucharon contra el individualismo y la ausencia de lazos sociales. Este tipo de vivienda renace en la década de los 2000, debido a la crisis económica y derivado de un tejido asociativo de viviendas "participativas" (Beurthey y Costes, 2018, p.275).

Las primeras viviendas de Cohousing se plantean en espacios amplios, como barrios o en edificios enteros dedicados a la vivienda

colaborativa. Además, "un proyecto Cohousing es mucho más articulado y vivo que un edificio tradicional en el cual cada familia está limitada a su propio apartamento sin relacionarse con sus vecinos (...)" (Ergas, 2010). Las características que definen al Cohousing implican un diseño participativo, intencional del lugar, servicios comunes, gestión directa de los residentes, elección de los vecinos, comunidad sin ideologías, estructura sin jerarquías y diseño para la sociabilidad (McCamant y Durrett, 2011). Además, se adiciona un estilo de vida sostenible con una relación de los convivientes y el medioambiente, así como una coordinación en la toma de decisiones, las dinámicas sociales internas y los aspectos legales.

Siguiendo a las/os principales autoras/es que han trabajado este tipo de vivienda (García, 2017; Belk, 2006; Brenton, 2013; Castilla y Gummà, 2017; Cohousing Verde ASATA, 2017; Fernández-Cubero, 2015; Mogollón y Fernández, 2016; Villanueva y Yanes, 2017) el movimiento Cohousing presenta las siguientes características:

- Proceso voluntario y participativo. Las/os residentes están involucradas/os en el proceso desde el primer momento, significa que son ellas/os quienes buscan un grupo de personas interesadas en este estilo de vida.
- Diseña un vecindario y un estilo de vida integrado. El diseño del proyecto debe ser intencional para maximizar el contacto social entre los residentes, habitar un Cohousing es un tipo de estilo de vida, es invertir tiempo en la gestión de la comunidad y en lo común. Por ende, la disposición física y la orientación de los espacios estimulan un sentido de comunidad.
- Tamaño, escala y función de los espacios públicos y privados. El Cohousing debe proporcionar suficiente espacio privado para que los residentes tengan garantizada la privacidad. Se caracteriza por la existencia de casas privadas, o al menos habitaciones, junto con amplios espacios comunes (salas multiusos, biblioteca, lavandería, gimnasio, talleres, zonas verdes, etc.).

- Administración a cargo de los propios residentes. Mantienen la propiedad y participan en la preparación de comidas comunes o se reúnen regularmente para resolver problemas y desarrollar políticas para la comunidad. Los residentes son quienes toman las decisiones de la comunidad de manera horizontal.
- Estructura no jerárquica y democrática. Las decisiones se adoptan democráticamente por consenso y aunque los roles de liderazgo naturalmente existen en las comunidades de viviendas colectivas, nadie tiene autoridad sobre los demás.
- Ubicación urbana o semi urbana. Se trata de un movimiento que nace, en un primer momento, en la ciudad para solventar problemas de la misma.
- Vivienda no especulativa y asequible. El Cohousing nació como una alternativa al tipo de viviendas existentes cuyo valor principal es el de uso.
- Economías separadas. Cada cual mantiene su independencia económica, participando en los gastos comunes según se haya pactado.

Hasta el momento, su localización se focaliza principalmente en Europa con cerca del 70% de las experiencias, seguido de Estados Unidos con el 25% y el resto se encontraba entre el continente asiático (1,6%) y Oceanía (3,9%) (Vera y Zenoni, 2015).

En Madrid durante los últimos años han surgido varios movimientos relacionados con el cohousing. Actualmente, siguiendo a Pérez y González (2018) existen las siguientes asociaciones o colectivos con iniciativas alrededor de este concepto: Trabensol, se trata de un Cohousing en funcionamiento orientado a la tercera edad, Entrepatrios “las Carolinas” Cohousing intergeneracional, Entrepatrios “Vallekas”

Cohousing intergeneracional y, Jubilares, asociación que promueve o facilita los trámites para poner en marcha proyectos de cohousing.

Tanto en España como en el extranjero, las viviendas de Cohousing Senior representan el modelo prominente de viviendas colaborativas. Como rasgo distintivo se puede señalar que se trata de una comunidad de individuos que, bajo una fórmula cooperativa, convive en un conjunto residencial. Las corrientes feministas también tienen un papel protagonista en la instauración de estas formaciones convivenciales (Fernández-Cubero, 2015). Por su parte, los orígenes del Cohousing para mayores datan de la década de los 60', cuando se fundan en Europa del Norte diversos grupos de ecología social que trabajan para solucionar el problema de la soledad, así como el de residencia y atención a las necesidades en la tercera edad.

Son varias las experiencias de Cohousing Senior en nuestro país que, en los últimos años, han hecho realidad su proyecto e iniciado la experiencia de convivencia conjunta. Destacamos, entre otros, el ya mencionado, Centro social de convivencia para mayores “Trabensol” (Torremocha del Jarama, Madrid), proyecto pionero en nuestro país e impulsor de la iniciativa “ecohousing”; Profuturo (Valladolid); Puerto de la Luz (Málaga, Puerto de la Torre); Residencial Santa Clara. Sociedad cooperativa andaluza Los milagros, ServiMayor (Losar de la Vega, Cáceres). De igual modo, podemos señalar experiencias en curso y varios grupos en formación³: Axuntase Más que una casa (Asturias); Brisa del Cantábrico (Meruelo, Cantabria); La Muralleta (Santa Oliva, El Vendrell, Tarragona); Sostre Civic (Cataluña). En el entorno rural encontramos también el proyecto “Comunidades de cuidados” con Cohousing y redes vecinales de apoyo en la que se desarrollan estrategias de cuidados de larga duración con enfoque comunitario y Modelo de Atención Integral y Centrado en la Persona (MAICP)⁴.

³ En el portal ecohousing (<http://ecohousing.es>) se pueden visualizar diferentes proyectos a nivel nacional en desarrollo y se puede conectar con personas interesadas en proyectos de estas características.

⁴ Este proyecto cuenta con la siguiente página web: <https://comunidadesdecuidados.org>



Tipología y objetivos

Como ya hemos adelantado, encontramos distintos tipos de Cohousing para “jóvenes y adultos, o personas mayores, o colectivos (LGTB o con diversidad funcional), los intergeneracionales; y, por otro lado, los verdes o ecohousing en los que se prioriza un modelo de vivienda ecológica y eficiente energéticamente” (Tortosa y Sundström, 2022, p.314).

Tabla nº2. Tipos de Cohousing existentes en la actualidad.

Tipología	Descripción
Multigeneracional	Convivencia de varias generaciones.
LGTB/LGTB Friendly	En auge. Existe una opción específica para mayores.
De mujeres	Mujeres solteras, divorciadas y/o viudas.
Ecohousing	Respeto por vivir en equilibrio con la naturaleza.
Urbano	Filosofía Cohousing en un entorno urbano.
De mayores o “senior”	Formado por mayores de 50 años que deciden afrontar su vejez de manera autónoma.

Fuente: Elaboración propia a partir de Castilla y Gummà (2017)

El perfil de usuarios en España es prioritariamente el de personas con edad promedio entre 70 y 80 años, y que proceden de las clases medias, con formación universitaria. “Las motivaciones por las que la gente se traslada al cohousing son: combatir el aislamiento y la soledad; no ser carga para los hijos; el deseo de una vida en comunidad; y las dificultades para encontrar plaza en residencias” (Tortosa, 2022, p.314). Una multiplicidad de trabajos (Serra y Mora, 2017) destacan que la soledad es la razón principal esgrimida para decidir abandonar su vivienda habitual. En general, tanto hombres como mujeres, convergen en un punto común: la falta de redes de apoyo familiar o institucional no les permite permanecer en su vivienda.

En el caso de los cohousing, el sistema de cooperación bajo el que se encuentran constituidos, facilita que sus habitantes realicen a menudo actividades en común y que exista un mayor nivel de cooperación entre sus residentes.

Ante la resolución de problemas, se confirman las apreciaciones de Hill et al. (2016), que aseguran que en estos modelos convivenciales existe una mayor sensación de pertenencia, autoconciencia, solidaridad y sentimiento comunitario; estos serían los objetivos principales de este modelo habitacional. Se corrobora, asimismo, la afirmación de Brenton (2011) según la cual la vida activa y la independencia son puntales clave en las personas que habitan estos centros. “En el cohousing, los propios usuarios se autogestionan, organizan su día a día y, en definitiva, crean diferentes sinergias de equipo que contribuyen a que se sientan protagonistas de su propia vida. Todo ello promueve e impulsa su autodeterminación” (Serra y Mora, 2017, p.70). La mayoría de las personas que vive esta experiencia dice encontrarse mejor que antes de iniciar este proyecto lo cual refleja que este sistema habitacional aporta varios beneficios. A continuación, se presentan los principales, así como sus limitaciones.

Beneficios y límites

Abreu (2022) recoge el término de desafiación, acuñado por Robert Castel en 1997, haciendo referencia a la situación de exclusión social en la que se encuentran los individuos en función de su ausencia de participación en las actividades productivas, su aislamiento relacional e institucional y su consecuente pérdida de derechos sociales. En el mismo sentido, Rodríguez (2020) defiende que la exclusión no es un concepto estático, sino que es entendido como un proceso dinámico que, en función del lugar que ocupa el individuo en la división social del trabajo, su participación en las redes de sociabilidad y la capacidad de los sistemas de protección de actuar ante situaciones de necesidad, le colocarán en una zona u otra de la cohesión social. El Cohousing podría ser considerado como un intento de reintroducir las relaciones sociales en una realidad cada vez más impersonal (Vera y Arispe, 2021) y por lo tanto de combatir tanto la desafiación, como la exclusión social. Ello porque combate el aislamiento relacional e incentiva la participación social. Las características principales del Cohousing (McCamant y Durrett, 1998) implican esta participación con el diseño del proyecto en comunidad, los espacios e instalaciones comunes, además de la gestión de los mismos. Todo ello implica una mayor interdependencia, redes de apoyo, sociabilidad y seguridad.

Por otra parte, las ventajas de las viviendas colaborativas pueden extenderse a diversas áreas de preocupación social (Belk, 2006; Hill et al., 2016):

- a. Beneficios sociales (apoyo entre iguales, ayuda en las tareas domésticas, etc.);
- b. Beneficios económicos (aun cuando los costes iniciales pueden ser caros, se ahorra dinero a largo plazo);
- c. Beneficios ecológicos (los miembros de la comunidad generalmente tienen un mayor nivel de conciencia ambiental);
- d. Beneficios para el vecindario (a menudo están involucrados en una amplia gama de

proyectos de sostenibilidad del vecindario como la plantación de árboles, jardines comunitarios, reciclaje, etc.).

La investigación sobre el envejecimiento de Canham y otros (2022) incide en los beneficios de compartir vivienda en diferentes colectivos. Por un lado, demuestra la influencia del lugar donde viven las personas mayores sobre su capacidad para envejecer de forma óptima. En este sentido, se ha observado que en “estos alojamientos colaborativos en España (...) sabemos que existe una mayor socialización y democratización del cuidado, y que las personas mayores que participan en estos proyectos tienen más empoderamiento” (Keller y Ezquerro, 2021, en Tortosa y Sundström, 2022, p.318). Por otro lado, se apunta que el conjunto “adecuado” de ayudas sociales, sanitarias y de vivienda pueden permitir que diversos grupos de adultos mayores, incluidos los adultos mayores con ingresos limitados y/o afecciones crónicas complejas, envejezcan de manera positiva. En este mismo estudio se señaló que el restablecimiento de las conexiones sociales promueve sentimientos de valor y autoestima entre las personas sin hogar (Canham y otros, 2022).

Si hacemos un esfuerzo por aunar los beneficios del Cohousing en la siguiente lista incluiríamos: la mejora de la inclusión social; la realización de aprendizajes de distinta índole; el combate frente a la soledad no deseada, la garantía de independencia de varios colectivos, el fomento de la solidaridad, la interdependencia y los cuidados, el aumento de la confianza en las demás personas, además de en una/o misma/o y el impacto positivo en el medioambiente.

En relación con estos beneficios cabe recordar que “la mayoría de las personas sin hogar pasan el día solas (59,5%), ‘comiéndose el coco’, o con otras personas en su misma situación (46,6%), con el consiguiente peligro de encapsulamiento relacional. Los contactos cotidianos con compañeros de trabajo (4,4%), vecinos (2,4%) u otros (2,2%) son francamente reducidos y escasos” (Cabrera, 2023, p.370). Además, el Cohousing significa también construir un lugar seguro, donde escapar de la violencia estructural

que caracteriza al sinhogarismo donde “según la Encuesta a Personas sin Hogar llevada a cabo por el INE en 2022, sobre victimización, encontramos que lo más habitual es que hayan sido insultados o amenazados (34%), les hayan robado (32%), timado (19%) o hayan sido agredidos (19%). Pero quizás lo más duro sea comprobar el alto nivel de exposición a sufrir agresiones sexuales (4%)” (Cabrera, 2023, p.375). Dicha violencia es reflejo de la aporofobia u odio al pobre vigente en nuestra sociedad (Cortina, 2017).

Se añade que la vivienda es un determinante social de la salud (Carrere y otros, 2020). Aunque el conocimiento que se tiene sobre el impacto del modelo específico del Cohousing sobre la salud es limitado, existe un consenso entre diferentes autoras/es a la hora de “asociarlo positivamente con salud a través de determinantes psicosociales de la salud, como un mayor apoyo social, el sentido de comunidad y la seguridad física, emocional y económica, así como un menor aislamiento social” (Carrere y otros, 2020, p.23).

Por otro lado, varios estudios han observado un acceso desigual a los proyectos de cohousing. “Las poblaciones de clases sociales desfavorecidas parecerían tener menos oportunidades de acceder a ellos y, por tanto, menos posibilidades de beneficiarse de los posibles efectos sociales y sanitarios positivos” (Carrere y otros, 2020, p.4). La posibilidad de acceder al modelo de Cohousing es por lo tanto el primer límite reseñable. Actualmente, el nivel socioeconómico de las personas que habitan las viviendas colaborativas es medio-alto. Es necesario ampliar el espectro y que este modelo sea una alternativa real para más personas. Dicha ampliación permitiría superar la doble lógica de exclusión: con el mundo exterior y también al interior de los Cohousing evitando que se conviertan en “pequeñas islas de privilegiados” (Beurthey y Costes, 2018, p.279).

A estas dificultades habría que sumarle todas aquellas que se derivan de cualquier proyecto colaborativo que cuenta con un número importante de participantes: es decir que si no se superan las demandas individuales y no hay una fuerte implicación y cohesión entre las/os cohabitantes será difícil que el proyecto de Cohousing prospere.

Por otro lado, “podría pensarse que estamos ante proyectos públicos de viviendas, pero el mayor desarrollo de estas viviendas en España es privado y está ligado a las entidades del Tercer Sector o Economía Social y se formulan a través de diversas figuras jurídicas como las fundaciones, asociaciones, comunidades de propietarios y cooperativas” (Alguacil, Bonet y Grau, 2020, en Tortosa y Sundström, 2022, p.314). En Francia, según Beurthey y Costes (2018) las alternativas a la vivienda que reagrupan diversas iniciativas (vivienda cooperativa, autogestionada, eco-aldeas...) superan los 400 proyectos, sin embargo, muchas se han perennizado en su construcción debido a las dificultades para obtener un terreno, financiamiento y/o permisos de construcción, lo que lleva muchas veces al abandono de este tipo de proyectos. Por todo lo anterior, la implementación y mejora del modelo de cohousing requiere de manera imprescindible que las administraciones adopten esta forma convivencial como propia, al igual que en su día hicieron con los centros residenciales o, posteriormente, con las viviendas tuteladas. En este sentido, se espera que garanticen su desarrollo y ayuden a preservar y finalizar los proyectos en curso.

A lo anterior se suma el riesgo de que el modelo de Cohousing basado en la solidaridad desaparezca tras distintos formatos comerciales derivados de proyectos empresariales que han visto en este modelo convivencial un negocio. Estos tipos de Cohousing están afectados por debilidades estructurales ya que su creación responde a un interés económico y especulador. En vistas de esta tendencia comercializadora, se destaca, una vez más, la importancia del papel de la administración pública para que se implique en estos proyectos y regule los intentos especulativos al respecto de estos centros.

El Cohousing con personas sin hogar

El proyecto que aquí se presenta se basa en experiencias previas que han servido para establecer los cimientos de esta propuesta de Cohousing Inclusivo. A continuación, se resumen dos experiencias. Además, incluimos en este apartado un resumen del proyecto de Cohousing Inclusivo que la asociación Realidades ha puesto en marcha desde 2021.

Provivienda

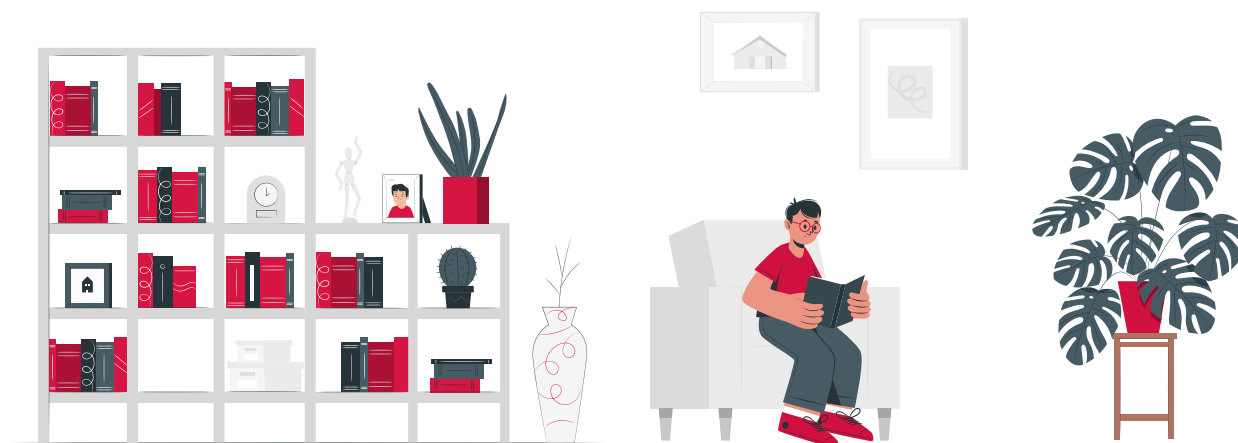
En el año 2020, Brey y Cáceres elaboraron el manual *Cuando la casa nos enferma. Redes de apoyo en tiempos de crisis*, a cargo de la asociación Provivienda. En este encontramos una propuesta de cuatro sesiones, de una hora y media cada una, para el establecimiento de viviendas colaborativas de personas sin hogar. La propuesta de Provivienda parte del contexto económico actual, donde el empobrecimiento de la población sumado a las dificultades para encontrar una vivienda en el mercado libre del alquiler –por el aumento de precios y de exigencias en la petición de garantías– establecen las bases de un mercado hostil. Ello convive con una protección social y ayudas económicas a la vivienda muy limitadas.

El objetivo general de este programa es “facilitar el acceso a una vivienda de alquiler de mercado libre a personas solas o con hijos a su cargo

e insuficientes recursos económicos creando espacios de encuentro y conocimiento mutuo” (Brey y Cáceres, 2020). Además, este proyecto está destinado a mayores de edad (sin o con menores a su cargo), que se encuentren en procesos de recuperación personal y familiar, con necesidades de alojamiento, plenas facultades intelectuales y habilidades suficientes para mantener su autonomía, cuidado personal y cuidado de los menores a cargo si los hubiese. Las cuatro sesiones se dividen en: primero, la presentación de participantes y sus expectativas; segundo, el desarrollo de habilidades personales y sociales para la convivencia; tercero, cuestiones prácticas vinculadas con el alquiler de vivienda y realización de un acuerdo de convivencia; cuarto, economía doméstica y mantenimiento de la vivienda.

Manual Inclue

El Manual Inclue, propuesto por Blanco, Kortajarena y Romero (2015), establece una metodología para la atención de personas en situación de exclusión social que es aplicable para el Cohousing Inclusivo. La propuesta se centra en facilitar las relaciones entre individuos y comunidad. Además, se trata de situar a la persona en el centro del proceso; motivar la participación partiendo de lo que la persona estima como importante a la hora de intervenir. El objetivo general es alcanzar aquello que ha surgido a petición de la persona usuaria en el plan.



Asociación Realidades

En 2021 la asociación Realidades decide dar forma a un proyecto destinado a aquellas personas que habiendo logrado encontrar un empleo, acceder a una prestación y/o salir de una situación de drogodependencia o afines se encuentran desprovistas de una vivienda. La coyuntura económica y habitacional propicia que muchas personas autónomas se vean abocadas a los circuitos del sinhogarismo, con el fin de paliar esta situación Realidades plantea un proyecto que se resume en la siguiente tabla.

Tabla nº3. Cuadro-resumen proyecto Cohousing Inclusivo de la Asociación Realidades



Modelo de Cohousing Inclusivo desarrollado por la asociación Realidades	
Objetivo	Creación de grupos convivenciales y acompañamiento de personas con perfiles afines para la vida en un alquiler compartido.
Personas beneficiarias	Personas sin hogar que han superado procesos de mejora socioeducativa en programas del circuito del sinhogarismo que no pueden encontrar soluciones habitacionales seguras a su salida de dichos programas. Se pide estar en situaciones personales estables y contar con unos ingresos económicos mínimos que les permitan desarrollar un proyecto de convivencia compartida y autónoma. Además, es indispensable que tengan la voluntad de compartir una vivienda.
Desarrollo	Se realiza una primera fase de formación y motivación a través de la participación en un taller de búsqueda de vivienda y presentación de la metodología de grupos convivenciales. Cuando se logra el acceso a una vivienda, se acompaña en la gestión del alquiler, suministros de la vivienda y acuerdos de convivencia entre las personas que van a convivir. A partir de ahí, se realiza un acompañamiento al proceso de convivencia y gestión de la vivienda.
Resultados	La fase de talleres ha sido muy bien valorada, particularmente, la formación en habilidades sociales e información sobre alquileres y bolsas de alquiler social, así como la vivienda pública. Además, varias unidades convivenciales han accedido a una vivienda, lo que supone el mayor de los éxitos.

Fuente: Elaboración propia

Guía de Cohousing Inclusivo

Guía de Cohousing Inclusivo

A continuación, desarrollamos una guía de Cohousing Inclusivo para personas sin hogar. Se presentan en detalle las diferentes fases del proceso de Cohousing, incidiendo en los requisitos para la intervención, la posible población beneficiaria, la captación de personas participantes y difusión de los talleres, así como el proceso de formación de grupos convivenciales. Se establece el listado de profesionales y de apoyos comunitarios necesarios. Se otorga un espacio para tratar las sesiones de los talleres de Cohousing Inclusivo tal y como son planteadas en la asociación Realidades.

Fases del proceso

Requisitos para la intervención

Hacemos una revisión de los requisitos para participar del proyecto de Cohousing Inclusivo, estos no tienen la vocación de restringir el colectivo beneficiario, pero sí de garantizar el correcto desarrollo del mismo. Definimos cinco líneas que ayudan a centrar las situaciones personales que hacen factible la participación en este tipo de modelo para la búsqueda de la autonomía personal.

1. Personas con la mayoría de edad legal de 18 años en España, que se encuentren en algún tipo de recurso de la red pública o privada dirigida a personas sin hogar. Se incluyen personas que han pasado por este tipo de recursos y ya no estén por haber salido a soluciones habitacionales inestables.
2. Situación de ingresos económicos: contar con unos ingresos económicos estables pero insuficientes para poder acceder a una vivienda segura, con un mínimo equivalente a las prestaciones básicas como Rentas básicas o Pensiones No contributivas.

3. Tener autonomía personal para la realización de las actividades de la vida diaria.
4. Disponer de la capacidad para afrontar un proyecto de convivencia entre iguales.
5. Estabilidad en la salud mental y adherencia a tratamientos. Adicciones en proceso de abstinencia.

Es fundamental para el éxito de este programa que la persona se encuentre en un momento de estabilidad personal y tenga acceso a ingresos económicos que le permitan afrontar un proceso de inserción social definitivo a través del acceso a una vivienda compartida y estable que se convierta en su hogar, orientada hacia su autonomía y en la que poder desarrollar su proceso vital.

Posible población beneficiaria

Datos a nivel estatal

Según la anteriormente citada encuesta a las personas sin hogar de 2022, los datos del INE indican un total de 28.552 personas sin hogar que son atendidas en centros asistenciales de alojamiento y restauración. De las cuales se contabilizan 21.900 hombres y 6.652 mujeres. Las personas sin hogar atendidas en los centros asistenciales de alojamiento y/o restauración ubicados en municipios de más de 20.000 habitantes por sexo y nacionalidad son al 77% hombres y 23% mujeres. Además, el 48% son personas de nacionalidad española, 50% de nacionalidad extranjera y apenas el 2% posee dos nacionalidades. Respecto a la edad, el 21,1% tiene menos de 29 años, el 30% entre 30 y 44, el 43% entre 45 y 65 años y un 5,5% es mayor de 65 años. Lo anterior responde a un problema estructural: España es uno de los países de la UE con menor parque público de vivienda social en alquiler. En relación con los países de la Eurozona, España destina menos gasto público a los servicios de prestaciones en materia de vivienda y exclusión social (Eurostat SEEPROS). En los últimos años se ha registrado un aumento en los establecimientos dedicados a personas sin hogar, más del 70% de los centros son de titularidad privada.

De las 28.552 personas sin hogar que son atendidas en centro asistenciales, 32,6% son beneficiarias de prestaciones públicas (RMI, IMV, Prestación por desempleo, pensiones contributivas y no contributivas y otros tipos de prestaciones). Los datos que señalamos **apuntan a un total de alrededor de 9.000 personas que podrían beneficiarse de una vivienda de Cohousing Inclusivo.**

Difusión de los grupos convivenciales

La difusión se realiza a través de tres canales: 1. los programas internos de la asociación Realidades, particularmente los programas de vivienda. 2. fruto del trabajo con otras entidades sociales con las que se trabaja en red y 3. de los Servicios Sociales municipales de proximidad. El 90% de las personas a las que se les ha propuesto participar en los grupos convivenciales ha aceptado.

Ejemplo de documento para la difusión del taller.

FECHA DE INICIO:
DÍAS Y FRECUENCIA:
HORARIO:
LUGAR DE REALIZACIÓN:
INSCRIPCIONES: contactar tlf o email
ACOGIDAS CANDIDATURAS: Abierta del X al X de X
(imprescindible hacer la entrevista de acogida antes del inicio del taller)

REQUISITOS PARA PARTICIPAR

- Tener ingresos económicos estables básicos (mínimo 400€/mes)
- Tener autonomía personal plena para el desarrollo de la vida diaria
- Estar en exclusión residencial por no poder afrontar los alquileres de vivienda
- Si se tiene problemas de salud, estar con adherencia a los tratamientos

OBJETIVOS DEL GRUPO

OBJETIVO GENERAL

Ofrecer un espacio grupal participativo en el que apoyar la búsqueda de alternativas en el alojamiento estable y seguro, con la elección libre de compañeros/as con quienes compartir viviendas de alquiler.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conocer y compartir información referida a acceso a vivienda pública, bolsas de alquiler social o de mercado inmobiliario, contrato de alquiler, etc.
2. Propiciar el aprendizaje grupal en la gestión económica de un hogar y las habilidades sociales necesarias para establecer una convivencia positiva.
3. Posibilitar la creación de grupos convivenciales que opten por una búsqueda compartida de una vivienda de alquiler estable y sostenible.



Proceso de formación de grupos convivenciales

El proceso conoce seis fases y de cada una de ellas se desprenden objetivos concretos, a continuación, se presentan las fases y se hace una sucinta descripción de las mismas.

Tabla nº4. Grandes líneas de las fases del proceso.




Fases	Breve descripción
Primera fase	Acogida de personas candidatas
Segunda fase	Formación de talleres de grupos convivenciales
Tercera fase	Creación de grupos convivenciales con sus proyectos de vida compartida
Cuarta fase	Búsqueda de viviendas de alquiler con cada grupo convivencial
Quinta fase	Acompañamiento de procesos de adaptación y gestión autónoma de la vivienda
Sexta fase	Seguimiento y evaluación de las experiencias

Fuente: Elaboración propia

1º Acogida de personas candidatas

Entrevistas de valoración de perfiles psicosociales para Cohousing Inclusivo. Consiste en entrevistas realizadas por psicólogas/os o trabajadoras/es sociales, en las que se analizan los aspectos de personalidad e inquietudes en relación a la posibilidad de participar en un grupo generador de proyectos convivenciales compartidos con otras personas beneficiarias. Con estas entrevistas se incorpora a las personas participantes a los talleres grupales de cohousing.

En esta primera fase se completa una ficha de perfil psicosocial con cada persona que incluye experiencias previas en compartir vivienda, hábitos personales, criterios de vida y experiencias negativas sobre la convivencia que la persona no aceptaría en su misma vivienda.


FECHA DE ACOGIDA PARA GRUPO DE CONVIVENCIA

DATOS PERSONALES		
NOMBRE Y APELLIDOS:	DNI-NIE:	EMPADRONAMIENTO:
_____	_____	_____
FECHA DE NACIMIENTO:	PAÍS DE ORIGEN:	EMAIL:
	NACIONALIDAD:	TFNO:
_____	_____	_____
ESTADO CIVIL: _____		
ESTUDIOS O FORMACIÓN: _____		
EXPERIENCIA PROFESIONAL: _____		
SITUACIÓN SOCIO ECONÓMICA (Ingresos, prestaciones, subsidio, etc) _____		
DATOS GENERALES		
FECHA DE ACOGIDA: _____		
SERVICIO DERIVANTE Y EN LOS QUE PARTICIPA: _____		
PROFESIONALES DE REFERENCIA EN REALIDADES O EXTERNAS: _____		
RECURSOS A LOS QUE ACUDE: _____		
ALOJAMIENTO ACTUAL (Tiempo de estancia): _____		
REDES DE APOYO: _____		

2º Formación de talleres de grupos convivenciales

La fase de formación grupal atiende a un doble objetivo, por un lado, ofrecer toda la información disponible en la Comunidad Autónoma sobre acceso a vivienda pública, bolsas de alquiler social y derechos y requisitos para el alquiler de vivienda. Por otro lado, es una fase fundamental para explicar en qué consiste la creación de un grupo convivencial, despertar la motivación hacia este tipo de proyecto habitacional compartido y generar un espacio de encuentro donde las personas candidatas puedan conocerse y plantear la búsqueda de alternativas compartidas.

De cada taller grupal podrán ir quedando personas que no hayan encontrado compañeras/os con quienes formar un grupo convivencial. Se va generando una bolsa de candidaturas que permanece en el proyecto hasta que surjan posibles unidades convivenciales futuras. En este sentido, serán los profesionales (trabajador/a social o psicóloga/o) quienes se encarguen de poner en contacto a personas de diferentes talleres para la posible creación de una unidad convivencial. Además, se invita al grupo a presentar amistades o personas conocidas con quienes puedan ya tener afinidades o relaciones de confianza y conocimiento mutuo como para iniciar esta experiencia.

3º Creación de grupos convivenciales con sus proyectos de vida compartida

Se realiza una ronda de presentación de propuestas para compartir la búsqueda de un alquiler entre las personas que han participado en los talleres. El equipo profesional que realiza las acciones grupales ayuda a conformar grupos de dos a cuatro personas en función de sus perfiles

psicosociales, situaciones económicas y criterios sobre hábitos de vida. El fin de esta fase es que las personas participantes se escojan para formar grupos convivenciales con afinidad suficiente entre sus componentes y situaciones económicas compatibles que hagan viable compartir un proyecto de alquiler de vivienda a largo plazo.

4º Búsqueda de viviendas de alquiler con cada grupo convivencial

A cada grupo convivencial se asigna una persona del equipo profesional que acompaña su proceso de formación, ayudándoles a definir las características de la futura vivienda, zonas geográficas, aspectos económicos y con quien van



DATOS PERSONALES

ACTIVIDADES COTIDIANAS Y RUTINAS:

ENTORNO, REDES DE APOYO INFORMALES (AMISTADES, FAMILIA, PAREJA):

SITUACIÓN SANITARIA (EXPRESADA U OBSERVADA POR UN PROFESIONAL)

ENFERMEDAD FÍSICA O MENTAL QUE TENGA ALGÚN IMPACTO EN SU COTIDIANIDAD

ACTUALMENTE, EXISTE ALGÚN TIPO DE CONSUMO

SITUACIÓN RESPECTO AL ALOJAMIENTO

NECESIDADES, EXPECTATIVAS Y DEMANDAS CON RESPECTO AL GRUPO Y AL ALOJAMIENTO

EXPERIENCIAS EN ALOJAMIENTOS (ACTUAL Y ANTERIORES)

DESCRIPCIÓN, DISCURSO, VIVENCIA Y NARRACIÓN DE LA PERSONA DE SU MOMENTO ACTUAL

HABILIDADES COMUNICATIVAS

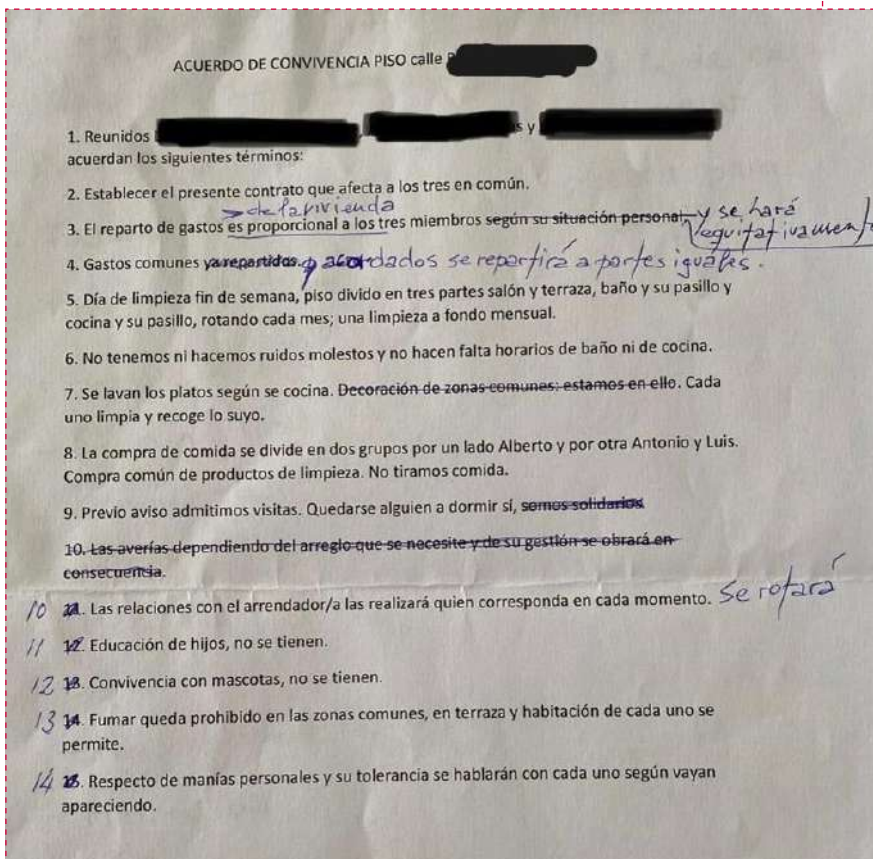
DIFICULTADES O BLOQUEOS MÁS RELEVANTES



OBSERVACIONES Y VALORACIÓN PROFESIONAL

trabajando su propio “acuerdo convivencial”, que después guiará su forma de compartir sus vidas en la vivienda. Dicho acuerdo convivencial sirve para asentar o descartar la afinidad de perfiles y ver si el grupo continúa adelante o si se necesita realizar cambios.

Ejemplo de Acuerdo de convivencia



Fuente: Cedido por un grupo de Cohousing Inclusivo de Madrid

De manera simultánea se acompaña al grupo en la búsqueda de alquileres en todas aquellas fuentes de oferta de alquiler que les resulten accesibles. Esta fase es autónoma por parte de las personas participantes, con el asesoramiento y apoyo técnico del equipo profesional. Ante la situación de alta presión de demanda en el alquiler y el consecuente aumento de precios y

requisitos, sobre todo en las grandes ciudades, resulta fundamental contar con proveedores de vivienda social⁵. Experiencias del sector privado inmobiliario con carácter social son alternativas reales que permiten que grupos convivenciales entre personas sin hogar puedan tener la oportunidad de alcanzar la vivienda de alquiler.

En cada Comunidad Autónoma y en cada municipio hay que estudiar las posibles fuentes de búsqueda de viviendas. En todo caso, se trata de viviendas del mercado privado inmobiliario principalmente, ante la falta de parque de vivienda pública en España. De manera general el acceso a las oportunidades de alquiler de vivienda pasa por capacitar a las personas para aprovechar las diferentes herramientas de búsqueda.

5º Acompañamiento de procesos de adaptación y gestión autónoma de la vivienda

Una vez que un grupo firma el acuerdo de alquiler y accede a la vivienda comienza el momento de revisar y concretar su acuerdo de convivencia, reparto de tareas en la vivienda, adaptación de

la vivienda a sus necesidades físicas, cambio de titularidad de suministros, mobiliario, mudanzas, etc. Estas primeras tareas generan un nivel importante de ansiedad y angustia en la mayoría de la ciudadanía, cuanto más en personas sin hogar que en muchos casos nunca han tenido la oportunidad de gestionar su propia vivienda. Por ello desde el equipo profesional se asesora y se apoya la resolución de todas estas acciones

⁵ En el caso de Realidades se ha colaborado con Techô y con Lumvra. Techô es un proveedor de vivienda social que busca una solución de largo plazo al sinhogarismo. Para ello crea un área de encuentro entre inversores, profesionales, entidades sociales y beneficiarios (526 personas actualmente). Este organismo cuenta con tres objetivos: 1- atender necesidades sociales, 2- proveer de alojamientos de calidad y 3- aportar valor a través de alianzas para maximizar el impacto social (Techô, 2023). Por su parte Lumvra es el primer modelo inmobiliario 100% social que opera a nivel estatal. Inspirado en las Housing Associations europeas, e impulsado por Provienda, este modelo de gestión ya funciona en 25 países de nuestro entorno (<https://lumvra.org/>).

necesarias para que la vivienda se ponga en marcha.

El objetivo final de esta metodología es potenciar la autonomía de las personas en la consecución y la gestión de su hogar compartido, por lo que la labor profesional debe respetar sus decisiones y asesorar y acompañar sus pasos hacia esa estabilidad y autonomía. Además, las/os profesionales ofrecen realizar acciones de mediación en la convivencia e intervención social individualizada a demanda de las personas de cada grupo, siempre que estas puedan ayudar para resolver situaciones que pongan en peligro la continuidad del proyecto de vivienda compartida (pérdida de ingresos económicos de alguna de las personas del grupo, conflictos vecinales o de convivencia entre el propio grupo, falta de conocimiento sobre recursos en la zona para el desarrollo personal: culturales, relacionales, de ocio, etc.).

6º Seguimiento y evaluación de las experiencias

La fase de seguimiento y evaluación se realiza con cada grupo convivencial que esté ya compartiendo una vivienda de alquiler. Se marca una serie de encuentros de valoración y recogida de experiencias y expectativas cada tres meses durante el primer año. De esta manera permite ofrecer propuestas de ajuste y mejora de la experiencia del grupo, así como aprovechar sus aportaciones al proceso global y de iniciativas concretas probadas y que pudieran ser válidas para otros grupos.

Tras el primer año se hace un análisis global de todo el proceso para obtener indicadores cuantitativos y cualitativos de resultados con los que alimentar los proyectos de este tipo y mejorar la metodología de trabajo.

En todas las fases de este tipo de proyecto se van recogiendo las evaluaciones grupales e individuales de todas las personas participantes, tanto si han logrado el objetivo final, como si han tenido que optar por otras soluciones habitacionales temporales o continúan a la espera de poder formar un grupo convivencial con personas afines.

Salir(se) del programa

El programa de Cohousing Inclusivo tiene la vocación de perdurar en el tiempo. Se trata del establecimiento de una unidad convivencial que combata la inestabilidad propia de los programas de habitabilidad para personas sin hogar. De hecho, el factor de la “estabilidad” es el que hace de este modelo, una propuesta atractiva para la mayor parte de participantes. Sin embargo, pueden producirse rupturas en las unidades convivenciales, deseadas o no por parte de las personas cohabitantes.

El primer supuesto corresponde con una salida de la unidad convivencial a petición de alguno de sus miembros. Esta situación coincide con la aparición de una posibilidad habitacional más atractiva para la persona, por ejemplo, la oportunidad de vivir con algún familiar, amiga/o, pareja. En este sentido, la solución pasaría por acompañar tanto a la persona en la transición a la nueva vivienda, como a la unidad convivencial para su reconfiguración. En caso de que esa unidad conserve a más de un conviviente puede plantearse como solución que los cohabitantes, que permanecen en la vivienda, asuman el coste suplementario en vez de iniciar la búsqueda de un/a sustituta/o. Si se trata de una vivienda que queda en manos de una sola persona o de más de una pero que requiere de un reemplazo, este puede realizarse de varias maneras. La/el nueva/o integrante puede surgir a petición de un conviviente o bien provenir de la bolsa de participantes de los talleres de unidades convivenciales. Es esencial que este procedimiento cuente con el apoyo de la trabajadora social y no ponga en riesgo la permanencia y continuidad de la vivienda de Cohousing.

La segunda posibilidad corresponde con la partida de un/a cohabitante de la unidad convivencial, debido al incumplimiento de las normas básicas o acuerdo de convivencia. Esta se produce tras el aviso de una de las partes de la unidad convivencial que señala el incumplimiento, generalmente prolongado, de las normas básicas de convivencia por parte de

uno o varios miembros de la vivienda. En este caso, es esencial la mediación de la trabajadora social y/o psicóloga para, si se llega a este punto, gestionar la ruptura de la unidad convivencial. Para ello deberá de llevarse a cabo una primera reunión con la/s persona/s que solicita ayuda para entender si existe alguna posibilidad de resolver el conflicto sin llegar a la ruptura de la unidad de convivencia. Posteriormente, se procede a dialogar con el resto de las personas cohabitantes, para conocer su punto de vista e intentar llegar a un acuerdo, lo que implicaría iniciar un trabajo de resolución del conflicto, pudiendo repercutir en el establecimiento de un nuevo acuerdo de convivencia. O bien, comprobado el incumplimiento repetido de las normas básicas, lo que significaría negociar la salida de la vivienda de la/s persona/s que ha/n faltado al acuerdo. Como en el otro caso, la partida significa probablemente la búsqueda de una persona sustituta, lo que en esta situación debe de realizarse con sumo cuidado, especialmente si se ha tratado de una ruptura traumática de la unidad convivencial.

Perfil de profesionales

Para desarrollar este tipo de metodología es necesario un equipo multidisciplinar que incluya profesionales de la Psicología, el Trabajo Social y la Integración Social. Las funciones de cada disciplina serían las siguientes.

Psicología

- Entrevista de acogida para realización de perfil psicosocial.
- Desarrollo de las sesiones de habilidades sociales y de resolución de conflictos. Acuerdos de convivencia y otras de manera conjunta con la/el trabajador/a social.
- Colaboración en la formación de grupos convivenciales con personas con mayor afinidad.
- Colaboración en los procesos de creación del acuerdo de convivencia de cada grupo.
- Apoyo en acciones de mediación en la convivencia en las viviendas.

- Atención de psicología en terapia individual con aquellas personas que presentan dificultades por la carga emocional o traumas vividos en sus procesos de sinhogarismo. Apoyo a la entrada en el sistema público de Salud mental cuando sea necesario.
- Acompañamiento de las rupturas de las unidades convivenciales.

Integración Social

- Acompañamiento de los grupos convivenciales formados en las fases de cohesión y búsqueda de alquileres.
- Apoyo y asesoramiento en las gestiones de puesta en marcha de la vivienda y adaptación de las personas a la convivencia en la misma.
- Mediación en la convivencia y mediación vecinal.
- Ofrecimiento de todas las opciones de recursos en el entorno de la vivienda para el desarrollo personal de cada participante.

Trabajo Social

- Búsqueda de acuerdos públicos y privados para acceso a alternativas de alquiler.
- Difusión del proyecto y búsqueda de personas candidatas.
- Entrevista de acogida para realización de perfil psicosocial.
- Desarrollo de las sesiones sobre la metodología de grupos convivenciales y alternativas de alquileres y otras junto con la/ el psicólogo/a.
- Colaboración en la formación de grupos convivenciales con personas con mayor afinidad.
- Intervención social individual con las personas participantes que lo requieran para gestiones de prestaciones de carácter social.
- Realización de seguimiento y evaluación con las personas participantes.
- Coordinación con servicios sociales para la tramitación de recursos necesarios (ayuda

a domicilio, prestaciones, adaptaciones en la vivienda, etc.) en el marco de acciones normalizadoras con carácter puntual o temporal y cuando sean necesarias para las personas participantes.

- Realización de seguimiento y evaluación con las personas participantes.
- Colaboración en sesiones de los talleres de formación grupal.
- Acompañamiento de las rupturas de las unidades convivenciales.

Apoyos comunitarios

Las personas que viven en la calle mueren un promedio de 20 años antes de la población en general (FEANTSA, 2013). La salud, relacionada con la vivienda, conoce al menos tres dimensiones: la salud física, mental y social. La última es quizás la más desconocida, no por ello menos relevante, se conceptualiza como “la habilidad para la adaptación y la autogestión ante los cambios y desafíos del entorno, así como la capacidad para desarrollar relaciones satisfactorias con otras personas” (Brey y Cáceres, 2020).

Se distinguen las redes de apoyo formales e informales. Las redes de apoyo formales son fundamentalmente servicios públicos, organizaciones del tercer sector y las asociaciones o plataformas de participación horizontal. Las segundas responden a familiares, amigas/os, vecinas/os, compañeras/os de trabajo, etc. En los casos en los que no existan redes sociales de apoyo, se produce una situación de aislamiento social. Las redes de apoyo formales como informales son necesarias para el buen desenvolvimiento de la vida en sociedad y para forjar la individualidad de cada persona. Como señalan Gracia y Herrero “la interacción social con los miembros y organizaciones de la comunidad constituye una potencial fuente de apoyo para las personas. A partir de estas relaciones no sólo se pueden obtener importantes recursos, información y ayuda, sino también se deriva un sentimiento de pertenencia y de integración a una comunidad

más amplia con importantes implicaciones para el bienestar individual y social” (2006, p.328). Varios estudios han demostrado la relación que existe entre salud psicológica y apoyos comunitarios (Cowen, 2000).

Una vida social saludable puede medirse en relación al nivel del desarrollo comunitario. Este concepto hace referencia al “proceso por el que los miembros de una comunidad, mediante el ejercicio de una ciudadanía activa y responsable, se unen y organizan colectivamente para generar soluciones y dar respuesta a problemas previamente identificados por la comunidad, en la búsqueda de una mejora del bienestar social y la calidad de vida de las personas que la componen” (Delgado García y Núñez, 2024, p.82). El desarrollo comunitario está fuertemente vinculado al contexto social y cultural, “en sociedades más colectivistas, frente a las más individualistas, existirían redes sociales más interdependientes y recíprocas y se esperarían mayores niveles de participación comunitaria” (Gracia y Herrero, 2006, p.338). Vivir en comunidad no significa ser parte activa de la misma, ello representa una necesidad y un derecho de todas las personas: “la participación –variable analizada dentro del apoyo social comunitario– aparece como un aspecto que debe ser contemplado no sólo como un derecho, sino como una contribución positiva” (González Casas, Ducca y García Román, 2020, p.88).

Entendemos que el modelo de Cohousing Inclusivo tiene que construirse con el respaldo de la red de apoyo formal, particularmente de las asociaciones y servicios del barrio en el que las personas van a hacer hogar, e informal. En este sentido, entre las funciones de las/os profesionales que acompañan el proceso de cohousing está el conocimiento de diferentes opciones de recursos en el entorno de la vivienda para el desarrollo social de cada participante. Creemos que el hogar no solo se hace en el interior de la vivienda, también tiene que fluir una relación positiva con el entorno que lo rodea.

Estos recursos van a ser los encargados de sostener las relaciones positivas de la persona con su entorno, así como impulsar sentimientos de pertenencia en la comunidad. “Parece que las personas más integradas en su comunidad

perciben mayor apoyo psicológico, lo que repercute beneficiosamente sobre su salud mental” (López de Rosa y Sánchez Moreno, 2001, p.21). Reconstruir estos lazos no es fácil, menos aún en el caso de personas que han pasado por situaciones de sinhogarismo y que en algún momento han perdido todo contacto con lo social o esta relación se ha caracterizado por la violencia. Tratar de reactivar estos vínculos, de manera positiva y saludable, y de hacerlos persistir es una misión más de los grupos convivenciales. El desarrollo de apoyos comunitarios informales pretende desmotivar de manera progresiva la necesidad de apoyos formales. Una persona con amistades, lazos afectivos y acceso a actividades lúdicas y culturales es una persona con más agencia para afrontar problemas de la cotidianidad y mejorar sus niveles de participación, inclusión social y calidad de vida.

Desarrollo de las sesiones de unidades convivenciales

Sesión 1

A cargo de: trabajador/a social y psicóloga/o (conjunta)

Objetivo principal: Ofrecer un espacio participativo en el que apoyar la búsqueda de alternativas en el alojamiento estable y seguro.

Objetivos secundarios:

1. Compartir toda aquella información referida a vivienda, sea de protección pública, asociativa o de mercado inmobiliario permitiendo el acceso a recursos y oportunidades para acceder a un alojamiento.
2. Propiciar el aprendizaje grupal en la gestión económica de un hogar y las habilidades sociales necesarias para establecer una convivencia positiva.
3. Posibilitar la creación de grupos convivenciales que opten por una búsqueda compartida de un hogar.

Desarrollo de la sesión

Breve introducción del taller a cargo de la

trabajador/a social y la psicóloga/o. Se especifica qué vamos a trabajar en la sesión y se reparten documentos de presentación de las unidades convivenciales (objetivo general y objetivos específicos de las sesiones). Se aclara que esta no es una propuesta para el corto plazo y en qué se diferencia el cohousing inclusivo de los programas tutelados. Se pone el acento sobre la posibilidad de escoger a los otros convivientes y la voluntad de construir un hogar.

Presentación de los profesionales

- Quiénes son.
- Qué aportarán/desde donde. Ejemplo: la psicóloga introduce su rol en los talleres, informando que aportará conocimientos psicoeducativos para trabajar la parte de habilidades sociales, resolución de conflictos y buen desarrollo de la convivencia, entre otros.

Presentación de las personas participantes del taller

- Su nombre
- Su situación habitacional (si actualmente están buscando y/o dónde residen)
- Qué prestación perciben y/o de qué recursos económicos disponen

Se puntualizan los objetivos del taller para cada sesión [ver anexo B.1].

- Se intercambia sobre los objetivos de cada una de las sesiones
- Se empiezan a verbalizar las preferencias habitacionales

Se completa una ficha de presentación

- Se orienta sobre cómo completar la ficha adecuadamente
- Se intercambia sobre las preferencias y aquellas barreras o aspectos conflictivos en experiencias pasadas durante la convivencia [ver anexo B.2].

Se revisa el calendario de las sesiones y el conjunto del grupo se compromete con la asistencia.

Fin de la sesión.

Sesión 2

A cargo de: trabajador/a social

Objetivo principal: Reflexionar sobre las dificultades encontradas para acceder a viviendas de mercado libre y conocer otras opciones habitacionales.

Objetivos secundarios:

1. Establecer las dificultades encontradas de acceso a la vivienda desde diferentes áreas (convivencial, económica y estructural).
2. Reflexionar y tomar conciencia sobre la disponibilidad económica real para costear una vivienda cuando los ingresos son bajos (de una RMI, un IMI, una PNC, una prestación o subsidio o una nómina baja).

Desarrollo de la sesión

Se hace una muy breve ronda de presentación en caso de que haya nuevos/as participantes.

[Tono de la sesión: muy participativa]

El trabajador o trabajadora social realiza una breve intervención sobre el taller y sus objetivos para las/os nuevas/os participantes. Además, se aclara que en paralelo al taller se van a hacer citas individuales para analizar las posibilidades que cada una/o tiene de presentarse a viviendas sociales. Estos encuentros son también para renovar las demandas para vivienda pública.

Se presentan los objetivos de la sesión. Se comparten las dificultades para encontrar una vivienda y las fuentes que cada quien conoce de búsqueda.

- Criterios para iniciar la búsqueda [lluvia de ideas]:
 1. Zona geográfica: ciudad de interés, alrededores, ciudades o pueblos colindantes.
 2. Convivientes (número de personas) entre una y cuatro personas.
[Objetivo: sostenibilidad –tanto económica como en la convivencia– y estabilidad]

3. Precio: Se explica el concepto de solvencia económica. Y se analiza cómo entre varios convivientes es más fácil cumplir con las exigencias del mercado de la vivienda.

4. Condiciones de la vivienda: viviendas amuebladas o no. Requisitos para su habitabilidad.

- Fuentes de búsqueda de la vivienda [[ver anexo B.3](#)]. La persona que facilite el taller desarrolla una explicación de los siguientes modelos de vivienda y sus diferencias. Además, se explicita cómo efectuar cada solicitud:

1. Solicitud de vivienda pública en el ayuntamiento;
2. Solicitud de vivienda pública de la CCAA;
3. Vivienda pública. Propiedad pública; Formatos de concesión por sorteo o por baremo;
4. Alquiler social. Propiedad privada.

Se hace hincapié en la diferencia de las bolsas de alquiler social, de entidades sociales y los proveedores de vivienda.

Fin de la sesión.



Sesión 3

A cargo de: psicóloga/o

Objetivo principal: Tomar conciencia de la importancia de elaborar acuerdos previos al alquiler, con el fin de evitar conflictos y desacuerdos posteriores, para ir generando unidades convivenciales.

Objetivos secundarios:

1. Elaborar un contrato de convivencia real en dos grupos de trabajo, como si fuesen dos unidades convivenciales.
2. Llegar a acuerdos exponiendo criterios reales.
3. Información actual de la bolsa de alquiler y real decreto de alquiler social.

Desarrollo de la sesión

- Esta sesión es conducida por la psicóloga. En ella se trabaja el acuerdo o contrato de convivencia. Antes de finalizar la sesión se realiza un simulacro de acuerdos de convivencia.
- La psicóloga explica en qué consiste el acuerdo de convivencia: se trata de establecer unas normas que rijan el hogar a partir de una negociación sobre algunos aspectos esenciales para la convivencia. Este acuerdo tiene que ser creado de forma colaborativa y firmado por todas las personas convivientes. Es importante que se trate de un acuerdo escrito, no tácito, y que pueda ser revisado anualmente o en el momento en que sea necesario. Se intercambia sobre la diferencia que existe entre crear unas normas y que sean

impuestas [en este contexto los participantes suelen intercambiar sobre la imposición de normas en los diferentes recursos del sinhogarismo y su deseo de ir hacia un camino más autónomo].

- Se intercambia con los participantes acerca de qué hace de este acuerdo un documento imprescindible:
 - Para fijar los ritmos de la convivencia
 - Distribuir tareas
 - Prevenir conflictos
 - Crear lazos y unidad entre las personas convivientes
- El acuerdo de convivencia contiene unos apartados [\[ver anexo B.4\]](#) aunque estos pueden adaptarse a la necesidad de los convivientes.
- Por grupos se completa una ficha que ayudará a crear el primer acuerdo de convivencia, esto sirve para identificar mínimos y máximos respecto a diferentes aspectos. Por ejemplo: “admito mascotas pero que no tengan cuatro patas, pueden ser peces o pájaros”. Además, al poner luego en común los resultados del acuerdo de convivencia se empiezan a establecer perfiles similares que podrían funcionar en futuras unidades convivenciales.
- Se finaliza la sesión haciendo una ronda sobre cómo se ha sentido cada participante con el ejercicio propuesto [los adjetivos más repetidos, en nuestra experiencia, son “positivismo” y “compañerismo”].

Sesiones 4 y 5

A cargo de: psicóloga/o

Objetivo principal: Reflexionar colectivamente sobre las habilidades sociales y personales y la resolución de conflictos en la convivencia.

Objetivos secundarios:

1. Construir una definición consensuada de las habilidades sociales y el conflicto
2. Detectar las expectativas con respecto a la convivencia y las heridas de experiencias pasadas
3. Establecer las preferencias y límites en la convivencia
4. Aprender a identificar emociones que provocan situaciones conflictivas de convivencia
5. Manejar los malestares y miedos en la convivencia
6. Establecer las bases de convivencia para minimizar dificultades y conflictos

Desarrollo de la sesión:

[sesiones muy participativas y que incluyen dinámicas de role playing]

Primera parte

Se trata de dos sesiones para trabajar las habilidades sociales y la resolución de conflictos. Se comienza haciendo una lluvia de ideas sobre qué entendemos por estos dos conceptos. De esta manera se establece una construcción colectiva de significados.

- Ejemplo: ¿Qué entendemos por habilidades sociales? [\[ver anexo B.5\]](#)

[“Conductas que aprendemos para relacionarnos; las habilidades sociales se entrenan; dependen del contexto social; se necesita empatía; asertividad”, etc.]

¿Para qué sirven?

[“Conocernos; comunicarnos; manejar situaciones de manera adecuada; prevenir y resolver conflictos”, etc.]

¿Por qué las habilidades sociales están relacionadas con la autoestima?

[“porque cuidar de los demás requiere de cuidarse una/o misma/o; porque depende de cómo gestionamos nuestras emociones”, etc.]

- Ejemplo: ¿Qué entendemos por conflicto?

[“Disparidad de opiniones; juicios; algo negativo; ceder; incómoda/o; oportunidad para crecer”; etc.]

Conflicto interpersonal o intrapersonal

Escalada en el conflicto

Evitar conflictos no es resolverlos

¿Qué ejemplos conocemos en la convivencia?

[“No pedir permiso para utilizar mis cosas”; el uso indebido de los electrodomésticos; agredir; insultar; etc.”]

Para continuar se realiza una dinámica de identificación de expectativas: ¿Cómo es mi situación de convivencia ideal?

- Ej.: ¿Qué elementos se dan en una convivencia ideal?

[“Diálogo; buena comunicación; ausencia de tensión y agresividad; hay cuidados; solidaridad; apoyo económico puntual”; etc.].

- Se finaliza la primera parte con una dinámica para ir más allá en lo que entendemos individualmente como convivencia ideal. Cada participante completa una ficha que contiene tres apartados: 1. ¿Qué deseo/necesito para convivir?; 2. ¿Cuáles son mis límites o líneas rojas en la convivencia?; 3. ¿Respecto de qué temas podría llegar a un acuerdo, ceder o negociar?

Segunda parte

Se reanuda el taller sobre habilidades sociales y resolución de conflicto compartiendo lo que se ha completado en la ficha sobre necesidades individuales para la convivencia del taller anterior.

■ Ejemplo desarrollado en la sesión

Cuestiones que necesito/me gustan en la convivencia	<ul style="list-style-type: none"> ■ Respeto y responsabilidades; ■ Empatía; ■ Diálogo y comunicación; ■ Compañerismo; ■ Cuidados
Cuestiones que son negociables	<ul style="list-style-type: none"> ■ Visitas; ■ Mascotas; ■ Manías; ■ Tabaco
Cuestiones con las que no podría vivir	<ul style="list-style-type: none"> ■ Hurto y apropiación de lo ajeno y/o común; ■ Violencia y agresividad; ■ Falta de higiene personal y ambiental; ■ Consumo de drogas de manera excesiva

Tras la puesta en común de las fichas se continúa con la realización de una dinámica de un conflicto que se escoge entre todas/os. Se trata de elaborar una escena teatral a partir de un conflicto de convivencia que algún/a de los/as participantes haya vivido.

- Ej.: Dos compañeras/os de piso se ponen de acuerdo para compartir la cena. Se asignan las tareas de cada quien. Una cocina mientras que la otra persona se encarga de poner la mesa. Llamam por teléfono a la persona que cocina, esta desatiende la comida que termina quemándose.

[Con este ejercicio vamos a trabajar los estilos de conducta y de comunicación]



- Siguiendo con el ejemplo, las personas que no actúan deben de observar la comunicación de las/os compañeras/os. Se tratará de intercambiar después sobre si esta ha sido una comunicación pasiva, asertiva o agresiva. Se reanuda la escena, y cómo en una dinámica del Teatro Foro (Augusto Boal), la nueva propuesta y diálogo es aportado por el/la espectador/a. Se puede jugar a repetir la escena hasta que la mayor parte del público esté de acuerdo con la resolución que se le ha dado a la escena, con una comunicación asertiva. Para ello se priorizan los mensajes “yo” en los que se transmite una opinión sin señalar al otro/a (que corresponde con los mensajes “tú” /”tú has hecho tal cosa…”).

- A posteriori se trabaja el cuadro “Plan de acción”, para plantear la resolución de conflictos que han escalado [\[ver anexo B.6\]](#).
- Se finaliza la segunda parte de la sesión compartiendo un adjetivo calificativo de la sesión.

Sesión 6

A cargo de: trabajador/a social

Objetivo principal: Analizar un contrato de alquiler

Objetivos secundarios:

1. Dialogar sobre las premisas legales e ilegales que se pueden o no incluir en el contrato.
2. Intercambiar sobre las posibilidades de una vivienda compartida y la creación de unidades convivenciales.

Desarrollo de la sesión:

Se reparte un contrato de alquiler tipo, sin nombres y datos confidenciales. Se trata de ir compartiendo en voz alta los diferentes apartados y el/la trabajador/a social nos va dando las claves e información adicional útil a la hora de firmar un contrato.

- Tener en cuenta que hay partes del contrato que tienen un lenguaje jurídico complejo.

Es importante leer el contrato al completo y lanzar una ronda de preguntas sobre aquellos aspectos que generan incertidumbre o son difíciles de entender.

- Compartir informaciones de utilidad sobre el contrato. Ejemplo: “la información del registro de la propiedad es pública, se puede por lo tanto consultar la propiedad del arrendador/a en internet”. “También son accesibles algunas características en el catastro, como el número de metros cuadrados habitables”.

- El facilitador o facilitadora del taller comparte información sobre las ayudas del alquiler a las que los y las participantes pueden tener acceso, según sus condiciones. Existen bonificaciones al agua y a la electricidad. Para todo ello es esencial aparecer en el contrato, lo que posibilitará también el empadronamiento en la vivienda.

[“Aparecer en el contrato es imprescindible. Si no es posible podemos firmar entre las personas convivientes un anexo vinculante”]

- Revisamos las cláusulas del contrato: ¿Qué me pueden pedir y qué no?

[Ej.: “Condiciones específicas:

- Buen comportamiento de las visitas y/o arrendadoras/es
- Anexo con fotos del inventario
- Limitar actividades económicas o ilícitas
- No me pueden pedir nada que atente contra mi derecho a la intimidad:
- No fumar
- No visitas”]

- Se realiza un intercambio sobre la duración y renta del contrato. Se pueden hacer contratos temporales (por ej. de 6 meses); si ello no está especificado en el contrato este es generalmente de un año prorrogable a cinco. Además, a esos cinco años se le pueden sumar otros tres, renovando anualmente. Sobre la renta, esta

se actualiza anualmente según el IPC [no pueden subir el precio superando este índice]. Es importante y obligatorio cambiar el nombre de los suministros.

- Antes de finalizar el taller se pide a las personas participantes que exploren en sus barrios (o en los que quieren habitar) varios recursos sociales [se explicita que estos van desde la biblioteca municipal, a la asociación de vecinos o el bar]. En la siguiente sesión se realizará un mapa entre todas/os las/os participantes para conversar sobre estos recursos. Se pide también que tengan al menos una interacción en uno de estos espacios para poder describir un poco más el lugar y la/s actividad/es que ofrece.
- Se finaliza la sesión con unos 15 minutos de intercambio sobre la posibilidad de formar vínculos con las personas de proximidad y las sensaciones sobre los talleres hasta ese momento. También se apunta si ya tenemos alguna preferencia por un/a posible compañera/o.

Sesión 7

A cargo de: trabajador/a social y psicóloga/o (conjunta)

Objetivo principal: Trabajar el desarrollo y arraigo comunitario y realizar la evaluación del taller.

Objetivos secundarios:

1. Conocer y explorar los diferentes recursos en los barrios que sean de interés para las/os participantes.
2. Construir un mapa de los diferentes recursos y ordenarlos por intereses.
3. Evaluar el taller de manera individual y por escrito al rellenar una plantilla y, de forma grupal, intercambiando sobre cuestiones que han sido útiles y aspectos que faltan o que hay que mejorar.

Desarrollo de la sesión:

Se inicia con la presentación por turnos del recurso que cada participante ha explorado y viene a presentar.

- Tener en cuenta que en la sesión anterior se ha dejado la tarea a cada una/o de buscar un recurso de su interés en el barrio escogido, acercarse a explorar dicho recurso y explicitar que ofrece.
- La psicóloga realiza una breve intervención sobre los beneficios de los apoyos comunitarios y entre todas/os las/os participantes se trata de armar un listado de estos intereses. En definitiva, buscamos motivar a aquellas personas que tengan ciertas dificultades a la hora de participar de los recursos y dejar claro todo aquello que nos ofrecen.

Después se comienza la fase de evaluación del conjunto del taller. En este sentido se reparte un formulario de satisfacción [\[ver anexo B.7\]](#), pero también se intercambian impresiones, aquello que nos ha gustado/servido y aquellos que faltó.

Continuamos el taller con los pasos a seguir a partir de ahora. El final del taller es también el inicio de una nueva etapa en el programa de Cohousing Inclusivo. Es el momento de ver individualmente a las/os participantes para conocer si les gustaría formar una unidad convivencial con alguien del taller o de fuera. Esta cita se hará con la/el trabajador/a social y/o la psicóloga, que realizarán el seguimiento, particularmente en lo que compete a la solvencia económica de la posible unidad. Comienza un proceso individualizado y heterogéneo.

- Se motivará el encuentro fuera de la asociación de las personas interesadas en compartir una unidad convivencial.
- Al final de esta última sesión se darán citas individuales con las/os participantes.

Se agradece la participación de todas las personas en este taller y se ofrecen palabras de reconocimiento.

Experiencias y relatos de participantes

El siguiente apartado está dedicado a los itinerarios habitacionales que aparecen en los relatos de las personas que forman parte del proyecto de Cohousing Inclusivo en las Comunidades Autónomas de Madrid y de Andalucía. Tras ello, se plasman sus experiencias en relación con su participación en todo el proceso y especialmente en los talleres de unidades convivenciales. Se ha hecho un esfuerzo por trasladar las prioridades, expectativas y vivencias en relación con este programa habitacional. Finalmente, se recogen las recomendaciones y aspectos generales puestos en valor por las personas implicadas.



Tabla nº5. Personas entrevistadas

Nº	Nombre	Género	Fecha de entrada	Fecha de salida	Situación en el momento de la entrevista	Ciudad	Sustento económico	Fecha de entrevista
1	Pablo	Masculino	Junio del 23	X	Conviviente en Cohousing	Madrid	Incapacidad permanente	30/1/24
2	Alejandro	Masculino	Agosto del 23	X	Conviviente en Cohousing	Madrid	PNC	5/2/24
3	Marcos	Masculino	Agosto del 23	X	Conviviente en Cohousing	Madrid	SEPE + 52/IMV	8/2/24
4	Sandra	Femenino	Mayo del 21	X	Conviviente en Cohousing	Madrid	Empleada	7/2/24
5	Roberto	Masculino	Marzo del 23	X	Conviviente en Cohousing	Madrid	Empleado	19/2/24
6	Augusto	Masculino	Marzo del 23	Mayo del 24	Conviviente en Cohousing	Madrid	Empleado	1/4/24
7	Antoni	Masculino	Julio del 24	X	En búsqueda de vivienda	Madrid	Empleado	18/4/24
8	André	Masculino	Julio del 24	X	En búsqueda de vivienda	Madrid	Empleado	25/4/24
9	Macarena	Femenino	Agosto del 23	Abril del 24	Vive en un piso autónomo	Sevilla	Empleada	12/6/24
10	María	Femenino	Agosto del 23	Junio del 24	Vive en un piso autónomo	Sevilla	Empleada	12/6/24

Fuente: Elaboración propia

Itinerarios y recursos dentro del circuito del sinhogarismo

Los itinerarios de las personas sin hogar son heterogéneos y responden a realidades diferenciadas; como vimos más arriba no sólo la situación de calle es considerada sinhogarismo, también entran en esta categoría (ETHOS) las viviendas inadecuadas e inseguras⁶. Entre las personas que hemos entrevistado se encuentra Pablo, profesor y actor de teatro que, tras pasar por varios pisos compartidos, el de su hermana y, posteriormente, el de su hermano, se encontró hacinado en un piso ilegal. Es ahí cuando a través de un amigo conoce la asociación Realidades y el programa de Cohousing Inclusivo.



“Yo estaba viviendo en un cuartucho del barrio de las Letras. Un barrio muy bonito. Era una casa antigua también muy bonita, pero de esa casa habían hecho como siete u ocho mini habitaciones. Mi habitación era como una ratonera. Era un bajo, que daba a la calle con las persianas echadas, porque claro era ilegal todo eso que habían hecho. Ahí estuve un año. Lo único que tenía era el baño, no había cocina ni nada. Sólo entrabas a la cama y ya estaba. [...] Entonces conozco a Esther [psicóloga de Realidades] y una vez que ya empezaba a tratar con ella y eso, ella me habla de que van a empezar a hacer unos talleres de convivencia y así empezó todo”



Pablo, 61 años, actor de teatro.

Hoy Pablo comparte vivienda con Alejandro y Marcos en uno de los primeros Cohousing Inclusivos de Madrid. Marcos, por su parte, califica esta vivienda como “su primer hogar”, a los 4 años ingresado por su madre en un orfanato, vive de manera intermitente en el piso familiar y después en habitaciones, a veces compartidas. El desarrollo de las nuevas tecnologías hace que su puesto de trabajo, como ilustrador cartelista de cine, conozca una obsolescencia acelerada que hará que termine viviendo en la calle:



“Tuve una época en la que hubo un poco de trabajo hasta que luego llegaron los ordenadores y ya se hacían las cosas por ordenador [...]. Yo me fui a vivir solo, me fui a un piso, en realidad un sótano en Diego de León, era lo más barato que podía encontrar... porque tampoco era fácil para un joven sólo alquilar un piso. Y ahí estuve viviendo por cuatro años, porque luego unos amigos que tenía me animaron a cambiarme de este sótano a algo mejor. Así estuve otros 6 años, o sea yo he estado en pisos de alquiler hasta que perdí el trabajo, luego lo que pude aguantar con los ahorros, hasta que luego pues... a la calle”



Marcos, 64 años, dibujante.

Tanto Pablo como Marcos han conocido una precariedad habitacional relacionada con una situación de fragilidad laboral. La crisis del empleo está detrás de casi el 30% de las situaciones de calle, lo que empeora con la coyuntura de crisis de la vivienda (INE, 2022). Si bien es cierto, como indicamos antes, que las personas sin hogar conocen itinerarios heterogéneos, **existen ciertos factores estructurales que influyen en las posibilidades de encontrarse en una situación de sinhogarismo**⁷ (INE, 2022). En

⁶ Siguiendo a la categoría ETHOS el sinhogarismo incluye a personas que pernoctan en la calle, personas que viven en centros residenciales públicos e instituciones, hasta las personas que viven en viviendas inadecuadas e inseguras.

⁷ El sinhogarismo está relacionado con procesos migratorios (34%), la situación de la vivienda (32%) y la crisis del empleo (27%). En muchos de estos casos, la pérdida de alojamiento va asociada a crisis en las relaciones de pareja (21%). Y en menor medida estarían las adicciones de uno u otro tipo (13%), los problemas de salud (11%) y la salida de instituciones (10%) como la prisión o los centros de menores (INE, 2022).

este sentido la enfermedad mental, en concreto en personas con falta de apoyo y redes, es un factor significativo que afecta a más del 10% de las personas sin hogar (INE, 2022). Es el caso de Alejandro, tercer miembro de esta vivienda de Cohousing Inclusivo y antiguo locutor de un programa de Radio Nacional:



“A mí la enfermedad mental me partió por la mitad. Cuando me diagnosticaron, empecé a leer libros, tenía veintitantos años y al principio yo siempre decía: ¿pero por qué me pasa? Decían que era congénito, que era de nacimiento. Luego ya vi estudios y ahora se sabe que no es tan congénita la cosa y que los ambientes en los que vivas, con las personas con las que te relaciones, cuentan”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

Respecto de su recorrido habitacional, Alejandro ha compartido varias viviendas tras salir del domicilio familiar. También y debido a su salud, vivió un tiempo en residencias psiquiátricas. Por su edad, llega un momento en que le niegan el ingreso a una institución psiquiátrica, por lo que pasa un tiempo de un recurso a otro, entre hostales y albergues, hasta que entra en un programa de Housing Led en el que estará 4 años y 4 meses.

Para él las diferencias entre Housing Led y el programa de Cohousing Inclusivo son manifiestas y están especialmente marcadas por la autonomía y la estabilidad que brinda el segundo modelo respecto del primero:



“Allí [Housing Led] es que están siempre encima [tono de agobio]. Semanalmente te vienen a visitar. Hay unas pautas, unas normas, que tienes que seguir. El que te visiten cada semana es un control muy férreo, no sé cómo explicarte... Yo por lo menos generé temor a las visitas. Lo pasaba mal, mal, mal. Porque los compañeros son cada uno de su padre y de su madre, y a veces hay broncas y tienes miedo de que dijeran algo en contra tuya. El trato era amable, pero es que el recurso es hostil en sí. [...] Inspecciones en las habitaciones... Es como un control excesivo. Cuando se iban, respiraba [...] Al principio nos dijeron que era un programa de siete años, pero luego pusieron el grito en el cielo las otras educadoras ‘¡que no, que no son siete años!’ y debe de ser que sí son siete años, pero que no quieren que lo sepan los usuarios para que no se acomoden. Lo que tienes en la cabeza es que en algún momento te tienes que ir”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

Si Alejandro describe un recurso caracterizado por el control y la vigilancia, este caso es aún más extremo en ciertas viviendas tuteladas que no forman parte de programas Housing Led o Housing First, en la que la normativa es mucho más rígida y estricta:



“Viví en un recurso de mujeres en Andalucía, eran cuatro cuartos compartidos. Había un control sobre lo que podíamos comer, nos pedían los tiques de la compra, porque se supone que tenía que ser comida únicamente saludable. A mí no me gusta cocinar, pero no se podían comprar comidas preparadas. También eran estrictas con la limpieza, revisaban las habitaciones a diario, y especialmente con las visitas y las salidas. No se podía llevar a nadie

o entrar más tarde de las 22.00, si mal no recuerdo. Para poder hacerlo eran mil permisos y a veces te decían que no. Salir de noche era en pocas ocasiones y para quedarte en casa de otra persona, se permitía sólo una vez al mes”



María, 27 años, cuidadora de personas mayores.

María superviviente de violencia sexual, huye del domicilio familiar realizando un intento de suicidio. En su testimonio retrata un recurso de vivienda compartida que se asemeja a **la institución total**⁸ que describe Goffman (1970) o a **las instituciones de secuestro**⁹ que propone Foucault (1996), **en las que un régimen disciplinario se encarga de subyugar el cuerpo, hacerlo dócil y maleable, en definitiva, al antojo de la institución**. Hablamos de espacios en los que el comportamiento, la manera de pensar o de sentir están modeladas por una instancia superior que se apodera de lo más íntimo. Y es que las residencias psiquiátricas, las cárceles, pero también algunos albergues y viviendas tuteladas comparten una idiosincrasia de aniquilación del yo, manejando todas las necesidades de los sujetos, bajo una normativa férrea que controla todos los aspectos de la vida: cuándo y qué se come, cuánto y cómo se duerme, pero también cómo te relacionas con las/os otras/os y qué afectos son los correctos, deseables y posibles. Esta caracterización que representa a algunos de los recursos habitacionales es resultado de una normativa extrema y/o de la metodología que siguen algunas/os profesionales, apegadas/os a una forma de trabajo asistencialista y pautada por dinámicas institucionalizadoras. Regresando al caso de María, cuando le preguntamos si ha experimentado alguna diferencia en el programa de Cohousing no duda en señalar el crecimiento en la autonomía, hace hincapié en que: “ahora puedo comerme una pizza congelada si me apetece [ríe]” (María, 27 años, cuidadora de personas mayores).

Volviendo al modelo de Housing Led, la visión de Antoni completa el imaginario que nos ofrece el testimonio de Alejandro. Antoni está a la

espera de entrar en una vivienda de Cohousing Inclusivo, y se enfrenta a un temor que algunas/os comparten: la desinstitucionalización. Así se expresa respecto de los pisos tutelados: “Me gusta que esté tutelado, porque así supervisan que limpiamos el piso, aunque tenemos un cuadrante con las tareas. A cada uno le toca zonas comunes, salón, baños, cada semana. Ellas [las trabajadoras sociales] vienen y controlan. Si no lo controlaran nadie haría nada, nadie limpiaría nada” (Antoni, 52 años, personal de seguridad). Este testimonio, diametralmente opuesto al anterior, puede responder a una experiencia satisfactoria de este recurso conjugada con lo que se denomina como: **“duelo institucional”**. Etapa compleja en la que algunas/os participantes temen dejar la supervisión tras varios años bajo tutela. “El duelo institucional” es (...) un concepto que pretende dar cuenta de un tipo de dependencia muy particular que provoca cierta sensación de pérdida o desconsuelo frente a la idea de dejar de vivir bajo la lógica de la institución” (Proyecto EDI, 2023, p.39). El tutelaje puede sentirse como un lugar seguro, pero ello no implica que la institucionalización sea una solución (ídem, p.39); bien al contrario “uno de los efectos más claros de la institucionalización es la desactivación de competencias personales básicas, deteriorando profundamente la autonomía y agencia de las personas” (Proyecto EDI, 2023, p.38). En el caso de Antoni ese miedo a la desinstitucionalización se materializa en la demanda de seguir bajo tutela en el programa de Cohousing Inclusivo.

Este miedo también invadió a Alejandro quien, denostando la institución, depende de ella en un periodo prolongado de su vida. Parte de la institución psiquiátrica se ha encargado

⁸ Espacios que implican una separación del resto de la sociedad, en las que la autoridad controla gran parte de los aspectos de la vida.

⁹ La función de estas instituciones es regular el tiempo y el cuerpo de los individuos, de tal manera que estos se adapten a las exigencias impuestas por la sociedad industrial-capitalista.

de repetirle que nunca retornaría a una vida autónoma o “normal” y que por lo tanto más valía que encontrase una institución dispuesta a “supervisarle”. Esta opinión no la comparte Esther, la psicóloga de Realidades en Madrid, quien pide una coordinación con su médico psiquiatra que a su vez declina la propuesta. Por sugerencia de Esther, Alejandro participa de los talleres de unidades convivenciales. Este tiene reconocida una discapacidad del 71%, por lo que cobra una Pensión No Contributiva. Pese a sus dolencias, Alejandro mantiene una autonomía mucho mayor a la sugerida por su entorno médico-psiquiátrico, eso hace de él un buen candidato para el programa de Cohousing Inclusivo. Tras pasar por los talleres y con muchas dudas, entra en una vivienda que se caracteriza por aunar tres perfiles muy diversos, tanto en su recorrido habitacional, sus carreras profesionales y con respecto de sus preferencias afectivo-sexuales. Sin embargo, también comparten ciertas características: los tres se encuentran en la misma

etapa vital, en torno a los 60 años, sin hijas/os y actualmente sin pareja, cobrando una pensión o alguna prestación. Sus expectativas antes de entrar en el programa eran similares: “encontrar estabilidad en la vivienda” en la que poder disfrutar, en palabras de Pablo del ‘tercer acto de sus vidas’ (Pablo, 61 años, actor de teatro).

Los conceptos que más resuenan en las entrevistas son: **“estabilidad”** y **“seguridad”**. Estos representan lo más ansiado por las personas que han pasado por el sinhogarismo. Sabemos, que **la vida en la calle** o en una infravivienda **se define, justamente, por la inestabilidad, la inseguridad y la violencia –física y simbólica–, también así son calificados, en muchas ocasiones, los recursos disponibles en los circuitos del sinhogarismo**. Entre los testimonios encontramos en casi todos los casos varias experiencias violentas durante la situación de sinhogarismo:



“Estaba durmiendo en una tienda de campaña en un descampado, al lado unos chavales se pusieron a hacer un botellón, era fin de semana, y claro fumando se les va la olla. Quemaron mi tienda conmigo dentro y pasé un mes y medio en la UCI... tengo quemaduras de segundo y tercer grado [me muestra sus brazos y sus piernas que tienen grandes cicatrices y marcas de quemaduras]”



Antoni, 52 años, personal de seguridad.



“Fíjate que no tengo dientes, porque un día vinieron un par de tíos, me dieron un palizón para quitarme lo que tuviese, unos que salían de una discoteca... y me dejaron... [se emociona] me pegaron en la cara de una manera que los dientes se me quedaron todos moviéndose y me los tuvieron que quitar. Los de arriba todos y abajo también. Lo de arriba son prótesis, no tengo ningún diente [...] si tuviese que decir cómo vivía yo en la calle, pues era por las noches en un parque donde hubiese luz, con un cuaderno al lado de la luz, dibujaba ya fuesen rótulos o algún dibujito o algo. Me pasaba la noche así y luego por la mañana, en el metro a dormir un rato. Pero por la noche dormir en la calle es más peligroso”



Marcos, 64 años, dibujante.



“Los albergues son lo peor que hay. Yo prefería estar en la calle que ir a los albergues. Pasé por los albergues, por temporadas cortas. Tienen unas normativas estúpidas, tienes que estar allí a la hora prevista, si llegas 1 minuto tarde no te dejan entrar. Por ejemplo, en San Isidro si vas al comedor y no tienes hambre y le pasas el plato a un compañero que tiene hambre, te castigan un día o dos días sin entrar al comedor. Si coges una fruta y te la quieres comer más tarde, no la puedes sacar del comedor, te castigan igualmente. Además, me han robado tres veces. Rompieron la puerta de la taquilla cuando me fui a duchar, no controlan nada, es un caos”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

Las personas sin hogar sufren violencia: visible e invisible, explícita y sutil. Esta se traduce en prácticas concretas y cotidianas que pasan por su culpabilización, el paternalismo o limosna moral, la invisibilización en el relato público (política, medios, cultura), la burocracia y brecha digital, hasta los insultos, humillaciones, violencias físicas y sexuales. Eso hace que la seguridad “el poder dormir sin un ojo abierto”, sea un reclamo constante y un derecho que la sociedad ha arrebatado a las personas sin hogar.



“Estar cambiando [de recurso] todo el rato ¡Joder eso es lo peor que hay! Me recuerda a los tiempos de la calle, que cada día tienes que cambiar de sitio porque te echan o te roban. Tienes que estar alerta y cada muy poco tiempo tienes que cambiar de sitio. Estoy muy cansado, muy cansado de esto. Yo necesito dejar de pensar en que acabo de vuelta en la calle. Esto sería ya... el colmo. No me da miedo la puta calle, sé cómo manejarme, sobrevivir, como moverme... pero volver sería un retroceso fatal”



Antoni, 52 años, personal de seguridad.

La estabilidad es otra demanda de las personas que han pasado o habitan una situación de sinhogarismo. Este concepto encierra el deseo de una vida sin violencias, en la que saber dónde dormir al día siguiente, dentro de seis meses o de un año. A las antípodas de lo que sucede en los recursos del sinhogarismo, la estabilidad es el pilar fundamental para poder obtener/mantener un trabajo, una familia o poner en marcha un proyecto de relación sexo-afectiva. Como recuerda Pedro Cabrera “(...) lo que la gente piensa que necesita para dejar de vivir sin hogar es una vivienda o una habitación (80%), así de simple, así de sencillo, así de sorprendente (para algunas personas y entidades sociales). Si además de eso tuvieran un trabajo (76%), con el que poder sostenerse económicamente y ser autónomos, estarían satisfechos en su demanda básica” (Cabrera, 2023, p.382). Así, la estabilidad representa el plan de futuro de muchas/os.



“Mi plan de futuro es salir de donde estoy ahora para poder tener una vida estable, sin un tiempo corto de caducidad. Porque estos programas [del circuito del sinhogarismo] tienen fecha de inicio y fecha de fin. Si tengo un piso con otra persona no voy a estar tan preocupado porque en un año o unos meses se caduca mi estancia y tengo que empezar a buscar para poder encontrar otro lugar. Esto te da un poco de tranquilidad para poder enfocarte en otras cosas más importantes, como pasar tiempo con mis hijas. No hay nada como la estabilidad”



André, 46 años, mozo de almacén.

André comparte sus deseos de poderse establecer en una nueva vivienda para ‘poder pensar y hacer cosas importantes’ como ‘pasar tiempo con sus hijas, su madre o conocer a una nueva pareja’. Estos deseos parecen metas imposibles cuando se circula por los recursos del sinhogarismo, por eso plantear una solución tiene un impacto integral en la vida de las personas.

A la espera de entrar en un piso de Cohousing Inclusivo, André, natural de Camerún de 46 años, está pasando por un proceso de separación. André llegó a España en el 2000 junto con su entonces esposa, con la que tuvo a sus tres hijas. En su país natal pudo realizar estudios universitarios y obtener un puesto de responsabilidad en una empresa familiar de transportes. En España también se ha desempeñado en varios ámbitos laborales: la construcción, el tratamiento de

piezas mecánicas, como mozo de almacén o chofer. Las separaciones y divorcios también desencadenan situaciones de vulnerabilidad y calle.

Para muchas personas la “estabilidad” significa también un lugar seguro, lejos de las adicciones. El consumo de drogas es otro factor reseñable, aunque mucho menos presente entre las personas sin hogar que lo que comúnmente se prejuzga, este problema atañe alrededor de un 7% de la población sin hogar. Macarena de 40 años y tres hijas/os, que no tiene consigo, cuenta como el día en que nace su última hija había consumido. Posteriormente sale de un centro penitenciario a un recurso para iniciar su desintoxicación. Pasado un tiempo pide acercarse a su familia en Sevilla y así conoce Realidades:



“Ahí tienes unos objetivos que cumplir y también unos compromisos que firmas. Al tercer fallo pues te pueden echar. Ahí [vivienda de Realidades en Sevilla] conviví con más mujeres [...]. Me acompañaron y ayudaron para poner mi currículum en orden, con una psicóloga me dieron tratamiento y también me consiguieron a alguien para los temas judiciales que tenía para conseguir la custodia de mi hija pequeña... cualquier cosa yo las podía llamar en cualquier momento, para mí han sido una ayuda grandísima. Yo he puesto de mi parte pero ellas han sido fundamentales”



Macarena, 40 años, camarera.

Con un contrato indefinido y unos ingresos estables, se propone a Macarena asistir a los talleres de unidades convivenciales y, posteriormente, formar parte de una de las primeras viviendas de Cohousing Inclusivo en Sevilla.

Por su parte, Roberto pasó 11 años de su vida en la Cañada Real, donde la supervivencia en el poblado se define por saber lidiar con la violencia y el consumo y tráfico de drogas.



“A mí me pegaron mil veces y no podía defenderme porque era peor [...]. Por conseguir la droga [heroína] haces lo que sea, es que aparte de engancharte psicológicamente, como la cocaína, pues tú cuando no te drogas, te pones malísimo, son unos dolores y un malestar... Malestar que no se puede explicar. No hay nada comparable con eso. No te puedes mover, nada más que vomitar, diarrea todo el día. Pero es que esto es continuo, no es un rato hoy o mañana, no, no, te tiras así un mes y parece que no se pasa nunca el tiempo.”



Roberto, 60 años, encargado de sección en un supermercado.

Roberto circuló por todos los recursos que existen en Madrid, luchando por acabar con su adicción a la heroína y la cocaína. Con un itinerario convulso, Roberto es un ejemplo de los peligros del modelo escalera, dónde tropezar con un peldaño es sinónimo de una recaída. El paso de los años y con el soporte de diversos recursos logra terminar con su adicción.



“Yo seguía consumiendo y ya conocí a una chica en lo de Cruz Roja y me dijo ‘mira vete al SAMUR’, porque yo le decía ‘joder, es que estoy en la calle y no tengo dónde dormir ni nada’. Entonces fui allá y me dijeron lo de un albergue que había... ¡campaña de frío! Ahí fue donde empecé a ir. Entonces iba ya por la mañana, me traían a Príncipe Pío y yo me bajaba a Cruz Roja para tomar la metadona [...]. Después me llamaron del SAMUR Social, que tenían una pensión, que si me interesaba. Te dan un lugar para que duermas, te dan algo de desayuno por la mañana, en Chueca. Me fui ahí, ya empecé a conocer a gente de la calle y me hablaron del Padre Ángel, que es una iglesia que hay en Hortaleza, que ahí daban desayunos a las 8:00 de la mañana gratis todos los días, y yo ya cogí mi rutina. Iba al Padre Ángel, desayunaba y me iba a la Cruz Roja. [...] haciendo actividades y ya poniéndome bien [...]. Pero es lo que siempre digo de estos proyectos que son limitados, súper inestables, todo con una fecha de caducidad súper corta. Al año ‘búscate la vida’. Yo tuve suerte y me ayudaron”



Roberto, 60 años, encargado de sección en un supermercado.

Roberto ha logrado rehabilitarse por completo, encontrar un empleo estable y sin embargo permanecía itinerante de recurso en recurso, ansioso por llegar al tiempo de descuento y la necesidad de empezar de nuevo una y otra vez. Tras pasar por el taller de unidades convivenciales, él es quien propone a Realidades convivir con Augusto, un compañero de otro recurso con el que comparte una amistad hace años. Esta es otra de las posibilidades que ofrece el programa y ambos entran en una vivienda de Cohousing Inclusivo en marzo de 2023.

Natural de Namibia, Augusto, de 51 años, sale de su país por primera vez con 15 años para ir a Cuba y escapar de la guerra. En 1997, a través de un programa de cooperación internacional, llega a España con una formación en mecanización agrícola. Tras separarse de su pareja, madre de su único hijo, entra a vivir en un hostel, en el que cae en un consumo excesivo y patológico de alcohol. Como muchas personas migrantes termina en el circuito del sinhogarismo por la falta de red que hace que una situación de vulnerabilidad, se traduzca, casi automáticamente en una situación de calle.

También Sandra se ve desamparada tras una separación. Oriunda de Nicaragua y nacida en 1977, llega a España en 2010. Víctima de violencia de género, se ve en situación de calle para escapar de su agresor. En este sentido, encarna la realidad de muchas mujeres, ya que su sinhogarismo responde en un índice elevado a situaciones de violencia de género que a veces pasan por el ejercicio de la prostitución con tal de evitar la calle. Desde su llegada a España, Sandra ha vivido en varios recursos destinados a mujeres víctimas de violencia de género. Trabaja, a día de hoy, como limpiadora en un colegio, tiene cuatro hijas/os y un nieto, todos se encuentran en su país de origen. Uno de sus sueños es traer a su hija menor y poder optar a una vivienda donde convivir con ella. Está cansada de la inestabilidad que caracteriza también estos recursos. Ha vivido con mujeres de “todas las nacionalidades, colores, etnias e identidades”, con las que generalmente ha compartido espacios. Finalmente conoce Realidades en 2018, que le ofrece una habitación en una vivienda compartida hasta 2021, cuando entra en el primer piso que estaba destinado al Cohousing Inclusivo. En ese momento el Cohousing Inclusivo es prácticamente una idea

que acaba de brotar de la cabeza de un par de personas que, en búsqueda de una solución al sinhogarismo de personas como Sandra, deciden fijarse en iniciativas puestas en marcha por otros colectivos o alternativas propuestas en otros lugares. Ahí es cuando se topan con el Cohousing como modelo habitacional.

El piso al que entra Sandra se compone de cuatro habitaciones que ocupan cuatro mujeres, sólo la mitad han realizado los talleres de unidades convivenciales, no ha dado tiempo a más. Además, ninguna se ha escogido y esto dificulta muchísimo el proceso, la comunicación y en

definitiva la convivencia. En ocasiones la tensión es muy alta y este espacio señala todas las fallas de un proceso que no logra completarse en su integridad. De esta experiencia se evidencia lo que parecía certero a todas luces: el proceso de Cohousing Inclusivo necesita el respeto de sus etapas al completo. Desde la selección adecuada de las personas participantes, a la asistencia a los talleres y la consecución de los mismos: una elección autónoma de las personas convivientes y el establecimiento de un acuerdo de convivencia para cada caso. Sin lo anterior, el fracaso está asegurado.

Ser parte de los talleres de unidades convivenciales

La captación para el taller de unidades convivenciales bebe de varias fuentes: 1. derivaciones de otros programas internos de la asociación que cumplan con el perfil requerido; 2. difusión en el programa de Housing Led y, 3. en los Servicios Sociales de proximidad.

En el caso de Alejandro, como en el de muchas personas participantes, es su trabajador social quién le aconseja acudir a una psicóloga, es ahí cuando conoce a Esther que le atiende en Realidades y le propone participar del programa:



“Me empieza a atender Esther [psicóloga de Realidades Madrid] y a partir de ahí conoce ya de mí vida y milagro. Conozco también a Raúl y de ahí surge todo el tema del programa este [...]. Yo no veía futuro conmigo... me decía, ‘y económicamente Alejandro, ¿dónde vas tú?’ [...] me dije ‘pues Alejandro, si tienes unos ahorros... si hay que pagar algo, pues lo pagas y luego pues dios dirá’. Y ya poco a poco me fui haciendo a la idea, también con la ayuda que me prestó Esther ”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

Para Alejandro su participación en el programa responde a una propuesta para encaminarse hacia una vida autónoma que, en su momento, él nunca habría visualizado. En las antípodas encontramos casos como el de Roberto que, frente a las dificultades que presenta el mercado de la vivienda, ha encontrado en el programa una alternativa habitacional que llevaba años buscando. Consciente de su estabilidad física y laboral, a Roberto únicamente le frenaba la crisis de la vivienda para poder salir de los circuitos del sinhogarismo:



“[...] se lo decía a la trabajadora social, ‘estoy dispuesto a pagar 600 € de alquiler, yo sólo, pero es que no encuentro nada. Es que no me llaman de ningún sitio’. Cuando veían la edad que tenía o quizás como vestía o no lo sé... siempre me respondían ‘lo siento, ya la hemos alquilado’. Y no había manera... imposible, claro, y ya se me acaba el tiempo [en el recurso

Guía de cohousing inclusivo:

Una alternativa para la desinstitucionalización de Personas sin Hogar

en el que estaba], ya llegó marzo, yo me tenía que haber ido en diciembre y me llamó Raúl [trabajador social de Realidades] y me habló del proyecto, ‘estamos en contacto con un proveedor de vivienda social, se llama Techô... tenemos un piso’. Yo no me lo terminaba de creer, pensaba ‘¿dónde está la trampa?’ [...]. Antes de eso tuvimos talleres de convivencia, para irnos preparando, para poder afrontar mejor la situación con los compañeros, gestionar los recibos, los pagos y se tocaron todos los puntos de resolución de conflictos y habilidades sociales”



Roberto, 60 años, encargado de sección en un supermercado.

Como asegura Raúl, director del Servicio de Alojamiento de Realidades en Madrid y uno de los artífices del Programa de Cohousing Inclusivo en la asociación, los proveedores sociales son clave en este proceso. Sin ellos sería prácticamente imposible encontrar viviendas asequibles. Por lo tanto, el éxito del programa de Cohousing Inclusivo también depende del acceso a estos alquileres.

Por otra parte, otro punto relevante para asegurar el éxito del programa es la captación. De hecho, la posibilidad de ampliar el perfil, con personas, por ejemplo, en una situación de exclusión residencial, previa al sinhogarismo, representaría una medida de prevención eficiente. Sin embargo, es necesario recalcar que es un programa destinado a personas con acceso a ingresos económicos, pequeños pero estables. Además, tienen que tener autonomía para afrontar su cotidianidad; querer compartir una futura vivienda o al menos aceptarlo de buen grado.

En relación con los talleres que se han llevado a cabo en Madrid y hasta el momento, encontramos que un 90% de las personas a las que se les ha propuesto han aceptado participar del mismo. Asimismo, alrededor del 70% han completado toda la formación. Además, en el caso de no hacerlo, ello responde a demandas individuales de carácter urgente que se siguen atendiendo; personas que han tenido que salir del recurso en el que estaban porque se les vencía la fecha y necesitaban soluciones más personalizadas y a corto plazo. En los tres años que lleva caminando el programa de Cohousing Inclusivo, se han realizado, de media, dos talleres anuales en Madrid y al menos otros dos desde que se inició en Andalucía.

Sobre la calidad de la formación, las evaluaciones revelan una satisfacción generalizada, esta es aún más notable en los casos en los que se ha podido entrar a una vivienda. Entre los múltiples testimonios recogemos las palabras de Pablo, para quien los talleres supusieron un momento en el que compartir vivencias, conocimientos y conocer la realidad de otras/os compañeras/os:



“Es un taller muy interesante el que hicimos. Éramos como 7 u 8 personas, pero claro todas tienen sus cosas... había chicas que decían que ellas no querían convivir con hombres... Yo entiendo estas situaciones, habían tenido relaciones muy duras [...]. Estuvimos aprendiendo las normas de convivencia, como realizar un acuerdo [...]. ¿Y qué vimos también? Pues las maneras en que había que presentarse, llamar a las agencias inmobiliarias, porque lo de las agencias es un mundo terrorífico [...] Esther [psicóloga de Realidades] me presentó a Alejandro [uno de sus actuales compañeros de Cohousing] y desde entonces nos caímos muy bien. Nos dijimos todo lo que teníamos que decirnos. Yo le dije... Yo no me corté un pelo, ‘¡Yo soy gay!’’. A él no le importó nada, hubo gente que sí, que no les gustó ahí en los talleres. Me acuerdo de uno que me dijo ‘mientras no me toques o me hagas algo’. Esther se quedó... y este dije yo ‘este fuera, este no le queremos en el piso’. Y ahí empezó la historia, el proceso de la búsqueda de piso. Eso fue muy, muy duro”



Pablo, 61 años, actor de teatro.

El taller de convivencia es un espacio de intercambio y también de negociación; la elección de las personas convivientes siembra un ambiente particular en el que muchas quieren mostrarse como son, qué esperan de las/os otras/os, pero sin perder la posibilidad de ser elegidas. Lo anterior no impide que surjan momentos como el que relata Pablo en el que la homofobia, xenofobia o machismo se hacen evidentes. Es esencial el papel de la persona que dinamiza el taller para reconducir la situación y por supuesto condenar este tipo de actitudes o de comentarios.

De los propósitos de Pablo destaca otro aspecto importante: una parte significativa de las

mujeres no quieren compartir piso con hombres, especialmente aquellas que han sido víctimas de violencia de género. Este y otros parámetros como la edad son esenciales para plantear o no la futura unidad de convivencia. **Es imprescindible que el espacio de los talleres sea mixto y paritario, objetivo que no se ha logrado aún y que causa incomodidad a ciertas participantes.** Para Sandra la falta de mujeres en los talleres de unidades convivenciales supuso un problema, especialmente a la hora de escoger posibles cohabitantes puesto que ella no estaba dispuesta a compartir con hombres:



“Hemos participado entre seis, siete personas, estaba yo sola y todo el resto hombres. Había una mujer que estaba viniendo y a mitad del camino desistió. Me parece que había de diferentes países. Había también unos chicos, con los cuales no entré en el acuerdo con ellos [ríe]. No quería vivir con hombres”



Sandra, 47 años, trabajadora de la limpieza.

Las personas entrevistadas también nos han brindado pistas para mejorar el programa y particularmente las sesiones de unidades convivenciales. Alejandro, por ejemplo, recuerda los talleres con un sentimiento ambivalente. Así respondió cuando le preguntamos por las sesiones:



“Un poquito frías, un poco frías. Pero volvemos a lo mismo, son los participantes... Al principio del todo, es que no sé si era la primera o la segunda sesión, ya noté que la forma de presentar las temáticas que íbamos a dar aquel día, me relajó... Me dije, aquí hay algo distinto a Housing Led. Estuvimos mirando para ver si tenían pisos para nosotros la MVS y la Comunidad de Madrid. Raúl [trabajador social de Realidades] estuvo en la pizarra haciendo distintas cuestiones y ya noté yo la diferencia, es decir hay vida más allá del Housing Led. Me acuerdo que eso me relajó”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

En este sentido prosigue:



“El día ese que te dije que para mí es un punto de inflexión, era otra forma de hacer las cosas con Raúl [trabajador social de Realidades], distinta a lo que estaba yo acostumbrado con Housing Led. –Entrevistadora: ¿Y cuál es la diferencia? –. Pues este programa es más cercano. Es decir, no tan impositivo, más humano, no sé, más normal, más natural... desde un lugar distinto, en el que se siente uno más partícipe, más protagonista. ¡Que no es que quiera hablar mal del Housing Led! Porque si no fuera por ellos... cuéntame tú a mí... Pero que hay una diferencia grande, hay una diferencia muy grande en ese sentido”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

En relación con el éxito de los talleres de unidades convivenciales, en Madrid, más del 70% de las personas han recibido la formación al completo y han logrado conocer y ponerse al día en cuanto a los recursos existentes de vivienda pública. Este, por lo tanto, representa un primer índice de éxito. Si nos situamos en cuántas personas han logrado el objetivo más ambicioso, que es el de generar unidades convivenciales, el número preciso es de siete personas. A estas siete se suman dos más que están por entrar a una vivienda y una que logró obtener una vivienda social gracias a que cumplimentó toda la documentación para optar a ello. **Por lo tanto, son 10 personas de un total que no llega a 30, las que han pasado por los talleres y que han encontrado su hogar.** Las demás esperan encontrar, en futuros talleres, a las personas adecuadas para convivir:



“He tenido que esperar hasta que hicieran otro curso el año pasado y de ahí salió Antoni, con el que vamos a juntarnos para ir a vivir juntos. Fue Raúl [trabajador social de Realidades] quien me habló de que ya había encontrado a alguien. Me dijo ‘André no te preocupes, como yo conozco tu personalidad, cuando yo vea a alguien compatible contigo te lo recomiendo’ [...]. Y hace unos meses me dijo que creía que había encontrado un chico con el que creía que podía vivir. Yo le digo que no tengo problema, que lo más importante es que pueda vivir en un sitio estable, donde tenga el corazón tranquilo”



André, 46 años, mozo de almacén.

Las personas que no logran realizar una unidad convivencial no terminan su proceso y quedan en una lista a la espera de nuevos talleres en los que un perfil compatible con el suyo les pueda ser sugerido. Es el caso de Antoni y André, el segundo participó de los talleres en 2022, con un grupo de gente pequeño, en el que no tuvo oportunidad de conocer a nadie con quien compartir.

Una vida en común. Mirar por sí misma/o, mirar por las/os demás.

Pablo ha pasado 12 años de su vida viviendo sólo, la idea de compartir domicilio para él estaba muy condicionada a un con quién y un cómo. Sin embargo, él es de los que recalca que puede amoldarse con facilidad y, desde el principio, se mostró entusiasta con la posibilidad de volver a pasar tiempo compartido, a cuidar y ser cuidado.



“Pues hombre, a mí me gusta mucho compartir. Me gusta vivir solo también, yo he vivido solo 12 años, no me importaba, pero bueno... Yo me adapto a las situaciones, en eso soy muy pragmático y entonces me gusta. Me gusta que haya gente [...]. La convivencia hace hogar, el poder hablar, el poder comunicarte, el poder compartir las cosas, preocuparte del otro, si está bien o está mal. Aquí hemos pasado gripe los tres, una gripe que te mueres. Yo el primero y luego íbamos cayendo y nos fuimos cuidando. Cuando compartes la comida, los espacios, los silencios... respetas la vida de cada uno. Yo tengo mi vida, ellos no se meten dónde voy o de dónde vengo. Es importante porque yo tengo mi vida y luego ya la comparto, se la cuento o no se la cuento, pero... sí se la cuento [ríe]”



Pablo, 61 años, actor de teatro.

Para Pablo este Cohousing o “residencia autogestionada”, como él la denomina, es un lugar que caracteriza como “seguro” y “de cuidados”. Instalado desde hace más de un año, de los tres cohabitantes, él es el más activo también en el barrio. El hogar en su caso no sólo se construye dentro, también se hace hacia fuera, en el barrio.



“Yo enseguida empecé a investigar [los recursos del barrio], vi todos los centros culturales y bibliotecas que había por aquí y me apunté el trimestre pasado a un taller de Yoga [...] También sé dónde está la asistente social que nos pertenece, la Junta Municipal, que nos empadronamos, Cáritas, que nos dijeron que ‘nanai’ a las ayudas [ríe], los supermercados, los parques, el río...”



Pablo, 61 años, actor de teatro.

Para Pablo los recursos comunitarios son esenciales en su día a día. Esta relación es en efecto un motor para garantizar el arraigo, pero también posibilita la creación de redes que sustituyan espacios más institucionalizados. En este sentido, Pablo cumple con la aspiración de lo que este modelo de desinstitucionalización pretende. Como menciona la “Estrategia estatal para un nuevo modelo de cuidados en la comunidad. Un proceso de desinstitucionalización (2024–2030)” de la Secretaría de Estado de Derechos Sociales y del Ministerio de Derechos Sociales, la desinstitucionalización es un proceso que se vincula de manera intrínseca con la vida independiente y la inclusión en la comunidad.

Para ello es necesario favorecer la implicación de las personas en todos los ámbitos de la vida pública: cultura, deporte, medios de comunicación, etc. En este mismo sentido, “las recomendaciones internacionales y europeas sobre los procesos de desinstitucionalización y de desarrollo de alternativas de vida elegida en la comunidad plantean que se deben de analizar exhaustivamente los servicios comunitarios existentes y determinar las lagunas en el apoyo y la necesidad de desarrollar nuevas estructuras de servicios. También recomienda la relevancia de velar por que exista una amplia gama de mecanismo y servicios de apoyo en la comunidad y que estos estén disponibles, sean accesibles, aceptables, asequibles y adaptables” (Delgado García y Núñez Núñez, 2024, p.38).

Además de estas actividades, Pablo participa en los talleres que ofrece Realidades, el blog, la radio y fuera con talleres de teatro, Raja Yoga y voluntariado en la Cruz Roja. Como él, Roberto ha explorado los alrededores, particularmente para caminar, su actividad física principal. Junto con su compañero, Augusto, esperan el buen tiempo para poder bajar al parque a jugar al ping pong. También comparten su afición por el fútbol y por el Barcelona. Sobre la convivencia Roberto afirma:



“Compartir tiene pros y contras, pero yo creo que es mejor, porque también uno solo llega un momento en que te envuelves en una espiral de soledad y hermetismo. Pierdes muchas veces el ánimo y las ganas de hacer cosas o de salir. Porque no sé, es la mente la que nos habla, que nos inmoviliza. Entonces yo noto que es positivo en ese sentido, de que estás como más activo con otra persona y más si te llevas bien, pues de lujo”



Roberto, 60 años, encargado de sección en un supermercado.

La convivencia ayuda a escapar de una de las violencias del sinhogarismo: la soledad. Esta idea queda reflejada en el testimonio de Roberto, especialmente cuando habla de la motivación que encuentra a la hora de hacer actividades con su compañero. En este sentido, si nos interesamos en la Agenda 2030 de

Guía de cohousing inclusivo:

Una alternativa para la desinstitucionalización de Personas sin Hogar

Naciones Unidas o la agenda que marcan los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), “el Cohousing se convierte en un instrumento que posibilita múltiples de estos ODS (...), en especial los ligados a las ciudades y comunidades sostenibles, producción y consumo responsables y salud y bienestar” (Tortosa y Sundström, 2022, p.309), a lo que añadimos: la socialización, los cuidados y el ocio.

Alejandro sigue su camino de “anidación”, los traumas del sinhogarismo son difíciles de reparar, en su caso esa transición que no termina se materializa en un trastero alquilado que no logra vaciar. La mudanza que no concluye refleja la desconfianza hacia el proyecto o el miedo a encontrarse de nuevo desamparado. Después de más de un año de convivencia en su Cohousing Inclusivo Alejandro, dice también estar, por fin, ‘haciendo hogar’ junto a sus compañeros. Ese ‘hacer hogar’ se materializa en actividades cotidianas compartidas como hacer la compra, limpiar, cocinar o dar un paseo por el barrio:



“Vamos a hacer la compra juntos, compramos pensando en comer los dos o los tres y cocinamos juntos [...] –Entrevistadora: Y en la limpieza y otras tareas ¿tú te sientes a gusto con cómo están las cosas? – No hay problemas de ningún tipo. Hay veces como ya saben que a mí me duele lo del tumor, hacen cosas que me corresponden a mí... El otro día cuando iba a limpiar las ventanas, dice Pablo ‘no, no, no las limpio yo’ y se pone a limpiarlas cuando me tocaba a mí, porque sabe que me cuesta más a mí... Estamos los tres mirando por los tres”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

Si la idea de compartir una vivienda no es la primera opción de todas las personas que inician los talleres de unidades convivenciales, en la práctica se han puesto de manifiesto los cuidados y el desarrollo de afectos entre convivientes. La compañía es otro factor reseñable que aparece reflejado en los testimonios. En contradicción con esto y como se mencionó más arriba, encontramos la convivencia del primer piso de mujeres de Cohousing Inclusivo de Madrid. Esta se caracteriza por la falta de cuidados, lo que está sin ninguna duda ligado a que no se completaron las fases del proceso de Cohousing.



“Paso el día en el trabajo y si libro en mi habitación. Eso es muy doloroso también, además que yo quiero salir, desconectar de las cosas negativas y no puedo, me llenan [las compañeras] la cabeza con ruido y sus quejas. Entonces prefiero estar en mi cuarto encerrada. Nadie socializa ahí, no sé aprovecha esa mesa grandísima para poder comer con las personas, nada...”



Sandra, 47 años, trabajadora de la limpieza.

Ante esta experiencia, queda clara la necesidad de seguir ciertas pautas y directrices. El cohousing, además, no representa un modelo panacea, sino que es válido para cierto perfil que sin lugar a dudas necesita respuestas ante la precariedad de los salarios y la crisis de la vivienda. Este programa también tiene ciertos puntos débiles, puesto que de la autonomía se desprenden mayores posibilidades de “descontrol”, en el sentido de que las recaídas o los diferentes problemas de convivencia deberán de ser alertados por parte de algún/a cohabitante, lo que puede suponer una ruptura de la unidad de convivencia.

Desafortunadamente este caso ya se ha dado en el recorrido de este programa, donde uno de los convivientes, de una vivienda de dos en Madrid, vivió una recaída de su adicción al alcohol. En este caso, el otro compañero, tras intentar neutralizar la situación en repetidas ocasiones, alertó a Realidades. Su propia seguridad se vió comprometida, además se desencadenaron problemas con la comunidad que

podrían haber terminado con la expulsión de ambos de la vivienda. Tras una intervención del trabajador social, se procuró la salida de la vivienda de la persona que ha tenido la recaída, se le propuso un nuevo tratamiento y se contactó a los servicios sociales pertinentes. Mientras tanto el otro conviviente, en disposición de poder asumir económicamente la integridad del alquiler, pidió a Realidades la posibilidad de pasar dos meses solo, para gestionar también esta ruptura de la unidad convivencial. La asociación decidió respetar este deseo y pasado ese tiempo hizo una nueva propuesta de compañero. Diego, que ha realizado los talleres de unidades convivenciales en 2024, es la persona propuesta por el trabajador social y la psicóloga para integrar este Cohousing Inclusivo. Tras varios encuentros entre posibles convivientes, ambos deciden que les gustaría emprender este nuevo proyecto habitacional. Esta por lo tanto es una de las soluciones ante una ruptura de la unidad convivencial, que no deja de ser una posibilidad.

Al margen de los diferentes ingredientes para el éxito del programa, el factor humano implica que existen y se darán experiencias como las relatadas. En el testimonio de Alejandro encontramos varios de los ingredientes para encaminar correctamente un Cohousing Inclusivo:



“En los talleres de unidades convivenciales te tienes que involucrar, comprometerte y tienes que pensar más en los otros que en ti. Porque si antepones tu forma de hacer las cosas y no estás dispuesto a ceder, mal asunto –Entrevistadora: Y una vez que se convive ¿Qué es necesario para que sea un éxito? –Cuando te vayas a enfadar esperar, comunicar, compartirlo, porque como no comuniqués eso se queda ahí. Y aunque no lo digas en el momento, sabes que tienes algo pendiente por resolver. Es decir que no haya ni una brizna de mal rollo, de algo áspero, porque eso luego va erosionándose –Entrevistadora: y pasado un tiempo, ¿Qué crees que es necesario? –Yo creo que nosotros mismos, porque a nosotros nos han dado unas pautas de cómo resolver conflictos. Esther [psicóloga de Realidades] su trabajo ya lo ha hecho perfectamente, tanto Esther como Raúl [trabajador social], y a nosotros ya nos han dejado en la plaza toreando”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.

En los casos más numerosos, en los que la convivencia se desarrolla positivamente, las personas participantes experimentan un cambio de 180 grados en su vida. A lo largo de todas las entrevistas, incluso aquellas en las que el proceso no ha sido el más exitoso se han reiterado los agradecimientos:



“A mí es que Realidades me ha construido la vida. Yo cuando he estado mal, yo sé lo que es la calle, yo he dormido en la calle, esporádicamente, pero he dormido. Yo era el típico prototipo que tiene problemas mentales, que mucha gente que está en la calle tiene problemas mentales. De esa situación a ahora, es que no tiene absolutamente nada que ver”



Alejandro, 62 años, locutor de radio.



“A mí me ha venido como anillo al dedo. Me han acompañado en todos los aspectos y asesorado también. Yo he regado mucho mi tierra, después han salido los arbolitos y recogido sus frutos y Realidades ha hecho que estos nazcan sanos y fuertes”



Macarena, 40 años, camarera.

Conclusiones y recomendaciones

Desinstitucionalización y autonomía como punto de partida

Vivir en colectivo representa para muchas personas una opción no deseable, pero necesaria en tanto que los precios del alquiler y la situación de precariedad laboral así lo exigen. En este contexto, las personas que se han visto en una situación de calle parten de una condición aún más compleja para acceder a una vivienda de alquiler. En un mundo cargado de estereotipos y prejuicios, muchas de las personas entrevistadas en el marco de esta Guía, han señalado que las violencias contra las personas sin hogar también afectan a sus posibilidades de encontrar una habitación o una vivienda en régimen de alquiler. Quienes han participado, ofreciendo su testimonio, apuntan discriminaciones sistemáticas por parte de propietarios o del personal de las inmobiliarias, que en muchas ocasiones se niegan a presentar sus candidaturas o mostrarles las viviendas.

A lo anterior, hay que añadir todas aquellas barreras estructurales que caracterizan al mercado actual de la vivienda. Los criterios para acceder a un alquiler son cada vez más restrictivos: con una exigencia de solvencia económica según la cual el pago del alquiler no puede superar el 35% de los ingresos percibidos o una demanda de varios meses en concepto de fianza o seguro, excediendo incluso los límites que marca la Ley de Arrendamientos. En este panorama, las personas que han pasado por los circuitos del sinhogarismo pero que, actualmente, tienen unos ingresos estables, aunque pequeños, no tienen acceso a un hogar. Oscilando de un recurso a otro, alrededor de 9.000 personas en este país (estimaciones de la asociación Realidades) viven de manera itinerante, anhelando “una llave en el bolsillo” que les propicie cierta tranquilidad.

El paradigma operante en la intervención social respecto a quienes se encuentran sin hogar sigue siendo “un asistencialismo industrial que produce

centros, programas y operaciones a los que las víctimas deben ajustarse y hacer los méritos que el sistema exige” (Vidal, 2022, p.20). Apodado “modelo escalera”, el método predominante pretende que las personas vayan superando una a una (o escalón a escalón) sus dificultades –en tiempo y forma– para llegar a la meta: un lugar en el que vivir. Además del método escalera, “durante décadas la respuesta (...) desde muchas entidades sociales, públicas y privadas, que partían de una visión en la que el principal responsable de la situación de exclusión era el propio excluido, consistía en ofrecer ayuda de corte terapéutico y restauradora del deterioro personal (enfermedad, desintoxicación de alcohol y/o drogas, terapia psicológica, etc.)”, sin tener en cuenta la perspectiva de las personas afectadas que demandan prioritariamente una vivienda en la que estar en seguridad (Cabrera, 2023, p.382). Sendos informes y trabajos apuntan a la vivienda como el lugar básico desde el que poner remedio al resto de dificultades. Desde esta óptica van surgiendo nuevos modelos habitacionales, como Housing Led o Housing First, pioneros aun en el estado español con menos del 5% del total de los programas de vivienda operando bajo estos paradigmas (INE, 2022). Desde los servicios e instituciones públicos se premia de forma casi reiterativa a aquellos proyectos “innovadores” que pongan en marcha medidas “desinstitucionalizadoras”. Sin embargo, y en lo que respecta al colectivo de personas sin hogar, la financiación que fomenta la participación, autonomía y por lo tanto la desinstitucionalización de estas personas es prácticamente inexistente.

La desinstitucionalización es “un proceso de cambio social, político y cultural que prevé el tránsito del cuidado en entornos de aislamiento y segregación, identificados genéricamente como instituciones, hacia (...) modalidades de prestación de apoyo y cuidado acordes con el enfoque de derechos humanos, que se centren en la persona, respeten sus elecciones, voluntad y preferencias y promuevan la participación social y la inclusión de la comunidad” (Delgado García y Núñez Núñez, 2024, p.10). Esta definición, en su segunda parte, recoge con exactitud varios de los elementos que fundamentan el Cohousing Inclusivo tal y como se ha presentado en esta

Guía de cohousing inclusivo:

Una alternativa para la desinstitucionalización de Personas sin Hogar



guía. El modelo habitacional de viviendas colaborativas propone crear hogares escogidos por los convivientes en los que se establezcan, además, relaciones lo suficientemente sólidas para plantear convivencias saludables y estables en su duración. A lo anterior, se suma un interés mayor por enraizar a las personas en sus barrios, para lo cual se deben de conocer diversos recursos que susciten el interés particular de las personas convivientes. Apostar por la participación dentro y fuera de la vivienda es clave para asegurar esa estabilidad en los proyectos de unidades convivenciales. Una persona con relaciones sociales fuertes y persistentes tiene más herramientas para enfrentar cualquier vulnerabilidad que se le presente: enfermedades, separación o pérdida de un ser querido, el final de una relación laboral y/o complicaciones económicas de distinta índole. Todo lo anterior implica un proceso desinstitucionalizador con el fomento de una forma de vida basada en los apoyos comunitarios, el arraigo vecinal y la compañía que cada quien escoja.

La búsqueda de esta vida más autónoma no implica abogar por la desaparición de las instituciones, al contrario: los relatos de las personas sin hogar apuntan la necesidad de un “refuerzo de la coordinación interinstitucional hacia una atención integrada y centrada en la

persona, con especial atención a la coordinación social y sanitaria” (Delgado García y Núñez Núñez, 2024, p.40). Es también mandatorio que las diferentes administraciones realicen esfuerzos a nivel jurídico-político “que permitan articular las políticas públicas implicadas desde diferentes departamentos ministeriales y a distintos niveles de la Administración” (Cabrera, 2023, p.389).

Todo lo anterior implica que son necesarios un marco normativo y jurídico para encauzar procesos de desinstitucionalización que garanticen el derecho a vivir una vida elegida y contar con apoyos comunitarios. Asimismo, es necesaria la reorientación y disposición financiera para apoyar la aplicación de esta metodología mejorando las formas de intervención y la práctica profesional, pasando de un modelo asistencialista a una intervención participativa que cuente prioritariamente con la perspectiva de a quién va dirigida. Esto sólo será posible si se desarrollan nuevos servicios y apoyos de base comunitaria, y el fortalecimiento y creación de los mecanismos de cooperación y gobernanza, tanto a nivel interadministrativo como entre los diferentes actores involucrados en el proceso de cambio: entidades del tercer sector, entidades de la economía social, empresas proveedoras de servicios, sindicatos, entre otros (Delgado García y Núñez Núñez, 2024, p.42).

Bibliografía

- Abreu León, C. (2022). *Impacto en la salud física, psicológica y social de las mujeres en situación de exclusión residencial extrema en Tenerife*. Trabajo fin de grado. Tenerife: Universidad de la Laguna.
- Alguacil, M.P., Bonet, M.P. y Grau, C. (2020). *Guía Jurídica y Fiscal del Cohousing Cooperativo en la Comunidad Valenciana*. Valencia: Universitat de València.
- Área de Familia, Igualdad, Bienestar Social. Ayuntamiento de Madrid (2022). *Dignitas 2022–2027. Estrategia Municipal sobre Prevención y Atención a las personas en situación de Sinhogarismo 2022–2027*.
- Asociación Realidades (2022). *Personas sin hogar y participación social: claves para la nueva Estrategia Nacional*.
- Barrón López de Roda, A. y Sánchez Moreno, E. (2001). “Estructura social, apoyo social y salud mental”. *Psicothema*, 17–23.
- Belk, Ch. L. (2006). *Cohousing Communities: A Sustainable Approach to Housing Development. Requirements of Sustainability and the Built Environment*. California: UC Davis Extension.
- Beurthey, R., y Costes, L. (2018). “Habitat participatif, Habitat groupé : Vers une ouverture à la diversité sociale ?”. *L’Homme & la Société*, (3), 269–293.
- Blanco, J., Kortajarena, N. y Romero, V. (2015). *Manual Inclue. Una herramienta para la aplicación de un nuevo enfoque en la atención a personas en situación de exclusión social*. Grupo Emaús Fundación social.
- Brenton, M. (2011). *Potential benefits of Cohousing for older people. A literature review*. Bristol: University of Bristol.
- Brenton, M. (2013). *Senior Cohousing communities– an alternative approach for the UK?* York: Joseph Rowntree Foundation.
- Brey E. y Cáceres, P. (2020). *Cuando la casa nos enferma. Redes de apoyo en tiempos de crisis*. Provienda.
- Cabrera, P. (2023). “Las personas sin hogar en España: el alojamiento y la vivienda como derecho social”. En Informe España 2023 (pp.323–396). Cátedra José María Martín Patino de la Cultura del Encuentro.
- Canham, S. L., Humphries, J., Moore, P., Burns, V., y Mahmood, A. (2022). “Shelter/ housing options, supports and interventions for older people experiencing homelessness”. *Ageing & Society*, 42(11), 2615–2641.
- Carrere, J., Reyes, A., Oliveras, L., Fernández, A., Peralta, A., Novoa, A. M., ... y Borrell, C. (2020). “The effects of Cohousing model on people’s health and wellbeing: A scoping review”. *Public Health Reviews*, 41(1), 1–28.
- Castilla, M^a R. y Gummá, E. (2017). “¿Qué es el senior cohousing?”. *Revista TSDifusión*, 123, 11–14.
- Cohen, S., Gottlieb, B. H., y Underwood, L. G. (2000). “Social relationships and health”. En S. Cohen, L. G. Underwood y B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 3–25). Oxford: Oxford University Press.
- Cortina, A. (2017). *Aporofobia, el rechazo al pobre. Un desafío para la democracia*. Paidós: Barcelona.
- Delgado García, D. y Núñez Núñez, M. (2024). *Estrategia estatal para un nuevo modelo de cuidados en la comunidad. Un proceso de desinstitucionalización (2024–2030)*. Secretaría de Estado de Derechos Sociales.

- Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.
- Dirección general de Diversidad Familiar y Servicios sociales (2023). *Estrategia Nacional para la lucha contra el sinhogarismo en España 2023–2030*. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.
 - Durrett, C. (2009). *The senior cohousing handbook: A community approach to independent living*. New Society Publishers.
 - Ergas, C. (2010). “A model of sustainable living: Cohousing identity in an urban ecovillage”. *Organization & Environment*, 23(1), 32–54.
 - EY Insights, Real Estate e Impacto social de EY (2023). *¿Es lo mismo una casa que un hogar? Claves y propuestas sobre vivienda social y sinhogarismo en España*.
 - Feantsa (2013). *Salud y Bienestar para todas las personas. Servicios de Salud Holísticos para las personas en situación de Sin Hogar*.
 - Fernández-Cubero, A. (2015). *Cuerpo, género y vejez en las viviendas colaborativas para las personas mayores*. Trabajo Fin de Máster en Estudios Feministas y de Género. País Vasco, Universidad del País Vasco.
 - Foucault, M. (1996). *La verdad y las formas jurídicas*. Gedisa: Barcelona.
 - García Pérez, A. (2019). “Cohousing: aprendiendo de experiencias extranjeras: estudio de casos para posibles aplicaciones en la ciudad de Madrid”. En XI Seminario Internacional de Investigación en Urbanismo, Barcelona–Santiago de Chile, junio 2019. Departament d’Urbanisme i Ordenació del Territori. Universitat Politècnica de Catalunya.
 - García, A. (2017). *Knowledge and visibility of cohousing. Acceptance of Cohousing in Madrid society. Book of proceeding AESOP 2017*. Lisboa: Universidad de Lisboa.
 - Gracia, E. y Herrero, J. (2006). “La comunidad como fuente de apoyo social: evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario”. *Revista Latinoamericana de Psicología*, volumen 38, N.º 2, 327–342.
 - Gummà, E. y Castilla, R. (2017). “Cohousing de personas mayores. Un recurso residencial emergente”. *Revista de trabajo y acción social*, 59, 51–84.
 - Goffman, E. (1970). *Internados. Ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales*. Amorrortu: Buenos Aires.
 - González Casas, D., Ducca Cisneros, L. V., y García Román, C. (2020). “La incidencia del apoyo social comunitario en la calidad de vida de personas con discapacidad”. *Siglo Cero*, 51(3), 83–103.
 - Hill, S. y otros (2016). *Cohousing: Shared futures. The London school of Economics and Political science*. Newcastle University.
 - Jakobsen, P., y Larsen, H.G (2018). “An alternative for whom? The evolution and socio-economy of Danish cohousing”. *Urban Research & Practice*, 2(4), 414–430.
 - Keller, C. y Ezquerro, S. (2021). “Viviendas colaborativas de personas mayores: democratizar el cuidado en la vejez”, *Revesco, Revista de Estudios Cooperativos*, 137, 1–22.
 - Lefebvre, H. (1968). *Le Droit à la ville ; suivi d’Espace et politique*, Éd. Anthropos.



- Levasseur, M., Génereux, M., Bruneau, J., Vanasse, A., Chabot, É., Beaulac, C., y Bédard, M. (2015). “Importance of proximity to resources, social support, transportation and neighborhood security for mobility and social participation in older adults: results from a scoping study”. *BMC Public Health*, 15(1), 1–19.
- Martín, M. J. R. (2022). “Campos de desinfección, depósitos de mendigos, albergues. Una historia de los dispositivos para personas sin hogar”. En *Perspectiva social y psicológica de la situación sin hogar: vidas de calle y sueños rotos* (pp.33–54). Pirámide.
- McCamant, K. y Durrett, C. (1998). *Cohousing: A contemporary approach to housing ourselves*. Berkeley: Ten Speed Press.
- McCamant, K. y Durrett, C. (2011). *Creating cohousing: Building sustainable communities*. Canada: New Society Publishers.
- Mogollón, I. y Fernández, A. (2016). *Viviendas colaborativas para personas mayores. Un acercamiento al contexto vasco y a las realidades europeas. Arquitectura del cuidado*. País Vasco: EMAKUNDE y Gobierno Vasco.
- Pérez, A. G. y González, L. M. (2018). “El Cohousing como una alternativa a las nuevas dinámicas de habitar en la ciudad de Madrid”. *Estudios Territoriales*, 50(195).
- Pérez, A. y Belchí, C. (2022). *Manual metodológico y caja de herramientas*. AIRESS.
- Rodríguez Castillo, M. (2020). *Las mujeres sin hogar en los Planes, Programas y Estrategias. Análisis a nivel estatal, autonómico y local*. Trabajo de Fin de Máster. Universidad de Almería.
- Serra, E. G., y Mora, R. C. (2017). “Cohousing de personas mayores. Un recurso residencial emergente”. *Documentos de trabajo social: Revista de trabajo y acción social*, (59), 51–84.
- Silvina, R. (2023). *Estudio de investigación sobre los procesos de desinstitucionalización y transición a modelos de apoyo personalizados y comunitarios. Personas en situación de sinhogarismo*. Proyecto EDI.
- Techô (2023). *Informe de impacto*.
- Torío López, S., Viñuela Hernández, M. P., y García Pérez, O. (2018). “Experiencias de vejez vital. Senior Cohousing: autonomía y participación”. *Aula abierta*, volumen 47, nº 1, 79–86
- Tortosa Chuliá, M., y Sundström, G. (2022). “El Cohousing senior en España: Cambios desde la economía social en los alojamientos y en la economía de los cuidados para personas mayores”. CIRIEC-España: *Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa*, (104), 303–331.
- Vera Piazzini, O. G. y Arispe Sevilla, F. S. (2021). “Cohousing: viabilidad socioeconómica del modelo en Lima”. *Revista 180*, (47), 63–78.
- Vera Piazzini, O. y Zenoni, M. (2015). “Cohousing: vivienda y comunidad”. *Revista Arkinka*, 19(239), 80–89.
- Vidal Fernández, F. (2022). *El paradigma recovery: los trabajos sociales de la libertad (Vol. 11)*. Universidad Pontificia Comillas.
- Villanueva, M. y Yanes, S. (2017). *Envejecimiento activo y senior cohousing, una visión desde el Trabajo social*. Trabajo Fin de Grado. Tenerife: Universidad de la Laguna.

Anexos

Anexo A. Guía de entrevistas



Guía de entrevistas

Fecha:

Lugar:

Nombre completo

Edad:

Estado Civil:

Fase del proceso:

Guía de entrevistas para participante del programa de

COHOUSING INCLUSIVO

Pasos previos

La entrevistadora debe mostrar su gratitud por el tiempo y la experiencia ofrecida por la persona entrevistada. Se pide permiso y firmar lo necesario para realizar una grabación de voz de la entrevista. Describir el objeto e interés de la misma. Explicitar que la persona será anonimizada en la guía antes de su publicación.

Preguntas

Comenzar con algunas preguntas de calentamiento para que la persona entrevistada se sienta más cómoda.

- Q1. Romper el hielo** Cuéntame un poco sobre ti... ¿Cuántos años tienes?, ¿De dónde eres?
- Q2.** ¿A qué te has dedicado profesionalmente?, ¿Cuál es tu configuración/relación familiar?
¿Tienes pareja? ¿Tienes hijas/os?
- Q3.** Cuéntame, ¿cuál ha sido tu recorrido habitacional desde niña/o?
(esta pregunta puede ser muy sensible, aclarar que pueden responder a lo que quieran).
- Q4.** ¿En qué situación te encontrabas antes de venir al piso en el que te encuentras?
- Q5.** ¿Contabas (y cuentas) con algún recurso económico? ¿social?
- Q6.** Quisiera saber algo más acerca del recorrido para encontrar la vivienda actual. ¿se te facilitó información?, ¿se te acompañó en la búsqueda?, en general ¿me puedes comentar cómo fue el proceso?
- Q7. Convivencia** ¿Cómo se está desarrollando la convivencia?

- Q8.** ¿Compartís actividades/comidas/momentos en el día?, ¿Cómo os organizáis en el piso para realizar las tareas comunes? (limpieza, basuras) *Preguntar si están de acuerdo para pasarme una copia del acuerdo de convivencia.
- Q9.** ¿Qué cosas te gustan de tus compañeras/os?, ¿cuáles te gustaría que cambien?
- Q10.** ¿Qué cosas te agradan del piso?, ¿cuáles te gustaría que cambien?
- Q11. Comunidad** ¿Qué servicios/recursos de tu barrio utilizas? (centro de salud, supermercados, parques, gimnasio, bar, biblioteca...), ¿Cuáles crees que harían falta?
- Q12.** Respecto a tus hobbies, ¿realizas alguna actividad en tu barrio o fuera de este?
- Q13.** ¿Participas o has participado en alguna organización?, ¿cómo es o ha sido tu experiencia?
- Q14. Valoración del programa** Desde tu opinión y experiencia, ¿este programa representa una experiencia positiva? Por otro lado, ¿existe alguna práctica que deba evitarse?
- Q15.** ¿Crees que se ha tenido en cuenta tu individualidad en el proyecto? (ser mujer, colectivo LGTBI, migrante, de edad, diversidad funcional)
- Q16.** ¿Qué apoyos crees que son necesarios/no lo son, desde el programa, para continuar en tu proceso de integración en el barrio, la vivienda y el entorno social?
- Q17.** ¿Cuáles son tus planes personales ahora?, y ¿en un futuro?

Ya hemos terminado

- Q18.** ¿Quieres añadir algo más?

Fin de la entrevista

Agradecer el tiempo concedido. Explicar lo importante que es conocer su experiencia. Comentar que los resultados de las entrevistas estarán disponibles en noviembre para su visto bueno.

Anexos B. Materiales de las sesiones de formación

B.1 Objetivos y sesiones del taller

Duración:

Días y frecuencia:

Horario:

Lugar de realización:

A cargo de:



OBJETIVOS DEL GRUPO

OBJETIVOS DEL GRUPO

A NIVEL DE TAREA (Áreas temáticas o contenidos)

OBJETIVO GENERAL:

Ofrecer un espacio participativo en el que apoyar la búsqueda de alternativas en el alojamiento estable y seguro.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Compartir toda aquella información referida a vivienda, sea de protección pública, asociativa o de mercado inmobiliario, permitiendo el acceso a recursos y oportunidades para acceder a un alojamiento.
2. Propiciar el aprendizaje grupal en la gestión económica de un hogar y las habilidades sociales necesarias para establecer una convivencia positiva.
3. Posibilitar la creación de grupos convivenciales que opten por una búsqueda compartida de un hogar.

A NIVEL DE CLIMA GRUPAL Y METODOLOGÍA

Fomentar la participación grupal. Que todas las personas aporten y propongan las acciones a desarrollar y la periodicidad de las sesiones.

Facilitar la sala y las fotocopias.

Índice de sesiones



Sesión primera

Presentación del taller y conocimiento del grupo

Sesión segunda

Dificultades para el acceso a la vivienda / fuentes de búsqueda de vivienda

Sesión tercera

Contratos de alquiler, derechos y obligaciones

Sesión cuarta

Formación de un grupo de convivencia y el acuerdo de convivencia

Sesión quinta

Habilidades sociales para la convivencia y resolución de conflictos I

Sesión sexta

Habilidades sociales para la convivencia y resolución de conflictos II

Sesión séptima

Trabajo comunitario en el barrio / evaluación y propuestas

B.2 Ficha de presentación de interés para viviendas colaborativas



Nombre:

Fecha:

Ficha de presentación de información de interés para vivienda en pisos compartidos

Primeras cuestiones para el acceso a un alojamiento compartido:

1. Si has tenido experiencias en viviendas compartidas:
 - Cuáles son las cosas que más te han ayudado a compartir
 - Cuáles han sido las cosas que te han resultado más difíciles
 - Con qué dificultades no te ves capaz de convivir
2. Si pudieras elegir dónde prefieres vivir:
 - Ciudad (si escoges esta opción di en qué barrios)
 - En una ciudad grande
 - En un pueblo
 - Otra provincia (indica cuál)
3. Con tus ingresos económicos actuales cuánto es el máximo que podrías pagar por una habitación en una vivienda compartida
4. Tú que te conoces bien, contesta las siguientes cuestiones:
 - Cualidades más positivas que puedes aportar a una buena convivencia
 - Tus dificultades personales para ayudar a una buena convivencia

B.3 Fuentes de búsqueda de vivienda

Fuentes de búsqueda de vivienda

Webs de internet especializadas

- <https://www.idealista.com>
- <https://www.fotocasa.es>
- <https://www.milanuncios.com/inmobiliaria>

Agencias inmobiliarias

Agencias especializadas en la búsqueda de alquileres. La mayoría pide nómina a la persona interesada en un alquiler. Agencias inmobiliarias hay muchas, unas franquiciadas a una marca (tecnocasa, redpiso, etc) y otras más pequeñas que operan en barrios concretos o municipios.

Programas de vivienda bancarios

- Programa de alquiler básico Obra Social La Caixa, su web es <https://alquilerbasico.inmocaixa.com/buscador-de-promociones>
- Sareb. Comercializan las viviendas a través de las agencias inmobiliarias Altamira, Haya Real Estate, Servihabitat y Solvia.

Bolsas de alquiler social de entidades sociales y administraciones públicas

- Bolsa de alquiler Asociación Provivienda.
- <https://alquilerbasico.inmocaixa.com/es/home>, de la obra social La Caixa.
- Bolsa EMVS del ayuntamiento de Madrid (SIA).

Programas de vivienda pública (Autonomías y Ayuntamientos)

Se explican en esta sesión:

- Viviendas que son propiedad de una Administración Pública (CC.AA. o Municipio)
- Promociones de vivienda de protección oficial

Red de contactos informales

- A través de conocidos, amistades
- Anuncios en locutorios, centros municipales, tablones de anuncios.

B.4 Aspectos prácticos a tener en cuenta antes de iniciar la convivencia

Acuerdo de convivencia

Es recomendable elaborar un documento en el que se recojan los acuerdos y firmarlo, para poder acudir siempre a él para consultarlo o resolver dudas

1. ¿Quién aparece en el contrato?
2. Posibilidad de hacer contratos individuales por habitaciones.
3. Reparto de gastos según situación personal. Debe ser proporcional al número de miembros.
4. Gastos comunes (calefacción, agua, luz). ¿Cómo creemos que se debe repartir el gasto de consumo? ¿En función del número de personas? ¿En función de las horas en casa y el tiempo que se hace uso?. Existen contadores que indican la parte fija de mantenimiento de las instalaciones de suministros y otra parte de consumos.
5. Organización del tiempo de tareas dentro y fuera del hogar. ¿Se establecen horarios y días de limpieza? ¿Se establecen horarios para el uso de la cocina y el baño?, ¿Cómo se flexibiliza teniendo en cuenta los horarios de trabajo y los cambios que pueden ir surgiendo?
6. Organización del tiempo según horarios y ruidos: duchas, cocina, TV, volumen, aparatos de música, etc.
7. Limpieza de zonas comunes. ¿Se lavan los cacharros al finalizar cada un@? o ¿se prefiere dejar la limpieza de la cocina para una vez al día?, ¿Cómo limpiamos y decoramos las zonas comunes (pasillo, salón, servicios..)?, ¿Cuál es la limpieza mínima acordada para el baño?, ¿Y para la recogida de la ropa o enseres personales tras usarlo?, ¿Tirar de la cadena al terminar?, ¿Limpieza completa una vez a la semana?
8. Compra y comida. ¿Compartimos gastos de alimentos comunes (sal, aceite, papel higiénico, etc? o ¿cada cual que se compre lo suyo?, ¿tiramos comida?
9. Visitas a la vivienda (familiares, amig@s, posibles parejas...). Uso de zonas comunes, ¿Es necesario avisar antes de la visita?, ¿Es posible permitir estancias más largas?, ¿se pueden quedar a dormir o comer?
10. Pago de averías y tiempo para arreglarlas. ¿Quién las arregla?, ¿quién se encarga de gestionar el que se arreglen? (técnicos, seguro...), etc.
11. Relaciones con el/la arrendador/a de la vivienda. Papeleos, llamadas, comunicaciones ¿Quién se encarga?
12. Educación de l@s hij@s: Maneras de educar, normas básicas, acuerdos para la convivencia (¿Pueden entrar a las habitaciones de otra persona?, ¿Cómo se organizan los horarios y programas de TV con ell@s?, ¿Dónde están los juguetes?, ¿Cómo se comparten?, ¿Horarios de juego en zonas comunes?, ¿Recogida de juguetes?, ¿Recogida del baño tras usarlo?, ¿Se van a realizar intercambios de ayuda en el cuidado de l@s hijos?
13. Convivencia con mascotas. Acuerdos con respecto a normas de higiene, respeto, paseos, etc.
14. Hábitos y costumbres. Acuerdos con respecto a los hábitos de cada persona. ¿Se puede fumar en alguna habitación?, ¿Si hay alguna persona fumadora, puede fumar en espacios comunes o en su propia habitación?, ¿qué horarios tenemos para ver la TV, para comer, etc?.
15. Respeto de las manías personales. Establecer qué es intolerable o importante para cada persona conviviente ¿Ducharse de madrugada?, ¿No sacar la basura?, ¿No limpiar?, etc.

B.5 Habilidades sociales

QUÉ SON LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

Son un conjunto de conductas aprendidas de forma natural, que se manifiestan en situaciones interpersonales. Dependen del contexto sociocultural en el que se actúa.

Para qué sirven las habilidades sociales

Continuamente estamos interactuando con el mundo que nos rodea, cada persona de forma individual y grupal mantiene contactos con otras personas. Expresamos sentimientos, deseos, opiniones, y también reclamamos derechos. Las habilidades de comunicación nos sirven para saber manejar todas estas situaciones de forma adecuada, respetando las conductas de los demás, y sabiendo hacer que los demás respeten las nuestras de manera asertiva, también sirven para saber actuar ante situaciones problemáticas y evitar problemas.

Estilos de comunicación

- Estilo pasivo/ sumiso
- Estilo agresivo
- Estilo asertivo

Técnicas de habilidades sociales

- Técnica 1: escucharte y escuchar a la otra persona
- Técnica 2: ser empática/o
- Técnica 3: afrontar las críticas
- Técnica 4: aprender a decir que no

- Técnica 5: admitir errores
- Técnica 6: respetar los silencios en las conversaciones

B.6 Plan de acción en caso de conflictos en la convivencia

AFRONTAMIENTO DE CONFLICTOS TRAS ROMPER ACUERDOS

1. Identificar qué ha ocurrido. Probablemente alguno de los acuerdos y tareas establecidas no se han cumplido. Es importante identificar cuál o cuáles.
2. Describir la situación. Definir lo más concreta y objetivamente posible lo que ha ocurrido, personas implicadas y consecuencias.
3. Expresar sentimientos y consecuencias. Hablar sobre cómo le ha afectado a cada persona lo ocurrido y las consecuencias para su vida o estabilidad personal.
4. Elaborar lista de alternativas para afrontar lo ocurrido. Escribir en común alternativas para afrontar de forma conjunta la situación común, y si deriva de un problema personal recomendar a la persona implicada que busque ayuda.
5. Elegir una solución. Describir qué vamos a hacer y establecerlo como área de mejora.
6. Elaborar un Plan de acción. Definir por escrito objetivos (para qué), acciones (el qué), actitudes y tareas (el cómo), responsables (quiénes), momentos u horarios (el cuándo).

Plan de acción

Área de mejora

	ACCIONES ¿Qué?	ACTITUDES Y TAREAS ¿Cómo lo hacemos?	RESPONSABLES ¿Quiénes?	HORARIOS O MOMENTOS ¿Cuándo?	INDICADORES ¿Cómo sabremos que hemos conseguido los objetivos?
OBJETIVO ¿Para qué?					

B.7 Formulario de satisfacción del taller

Ficha de evaluación del taller cohousing inclusivo



Agradecemos tu participación en este taller. Te pedimos que a continuación, puntúes del 0 al 4 cada uno de los siguientes factores, siendo el 0 la valoración más baja, y el 4 la más alta, de cara a mejorar nuestro trabajo. Rodea con un círculo la opción que valores más adecuada.

Contenidos e información facilitada en las sesiones

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Aprendizaje personal

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Sala donde hemos realizado la sesión

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Profesional que ha facilitado el grupo

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Dossier que te facilitamos

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Participación del grupo

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Actividades realizadas en las sesiones

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Aplicación práctica de lo aprendido a tu búsqueda de un alojamiento

0 - 1 - 2 - 3 - 4

Observaciones y propuestas para la mejora de este taller

