



## “Lavado de imagen” para recuperar una vida. El asistente personal como medida de acción positiva.

## "Image washing" to recover a life. The personal assistant as a measure of positive action.

Belén Cañadas López [beln@atodavela.org](mailto:beln@atodavela.org) e Isabel Díaz Luque

Asociación A TODA VELA

### Resumen

*Cuando hablamos de Asistencia Personal, no siempre nos referimos a necesidades de apoyo extensas y/o generalizadas. A veces, nos encontramos con una persona que no requiere tanto apoyo en las necesidades básicas, pero sí para gestionar sus relaciones con iguales. ¿En esos casos, hay cabida para la asistencia personal? Es el caso de J.P, quien vio limitada su participación en el programa de Radio de la Asociación A Toda Vela, por los conflictos interpersonales que se daban con sus compañeros y el rechazo que generó entre estos. La asignación de un asistente personal que lo apoyara en las relaciones positivas entre iguales fue la clave de su reincorporación al taller, recuperando su ocio y las relaciones interpersonales. En definitiva, su calidad de vida.*

### Palabras clave

*asistencia personal, radio, relaciones interpersonales, calidad de vida.*

## 1. INTRODUCCIÓN

A Toda Vela es una asociación que se dedica al ocio y tiempo libre de las personas con discapacidad intelectual y/o trastorno generalizado del desarrollo, cuya finalidad es la de incorporar a la vida de las personas con discapacidad intelectual una parcela ausente, pero fundamental para su calidad de vida, la del ocio y la amistad. Para ello se facilitan experiencias compartidas y relaciones de afecto, diferentes a las familiares y profesionales, potenciando así capacidades, intereses y sueños, y las invitamos y acompañamos a compartir el espacio común y hacerse presentes en la vida cotidiana de nuestra ciudad. En A Toda Vela, se considera el ocio como una experiencia personal que desarrollamos en nuestro tiempo libre, elegida libremente porque nos produce satisfacción y placer, y que sólo tiene este fin. Nuestros ámbitos de actuación dentro del Ocio Inclusivo son la cultura, el deporte, el turismo, la recreación y la mediación.

A Toda Vela pertenece a Plena Inclusión, donde se asume el modelo de Calidad de Vida de Shalock y Verdugo (2003). Este modelo asume que para que una persona tenga Calidad de Vida se deben tener en cuenta ocho dimensiones: bienestar físico, bienestar material, desarrollo personal, derechos, bienestar emocional, relaciones interpersonales, autodeterminación e inclusión social.

Aunque todas estas dimensiones son importantes, cuatro de ellas tienen un impacto destacado en ocio (Isabel G. y Beatriz V., 2006):

- BIENESTAR EMOCIONAL: hace referencia a cómo nos sentimos, pensamos nos comportamos. A través de las prácticas de ocio gratificantes se potencia la seguridad, a autoestima, la felicidad y se reduce el estrés.

- RELACIONES INTERPERSONALES: el ser humano es un ser social necesita estar en contacto con otras personas; el ocio es un tiempo para la relación. Por ello, es fundamental promover de manera intencionada apoyos y oportunidades de conocer a una variedad de personas de distintos contextos (barrio, trabajo, recursos comunitarios...). De esta manera la persona con discapacidad podrá tener una red de apoyos naturales mayor y aumentará la cantidad y la calidad de sus relaciones personales y sociales.

- AUTODETERMINACIÓN: el ocio es un escenario idóneo para el desarrollo de elementos claves de esta dimensión como la posibilidad de hacer elecciones (de decidir qué actividad se quiere realizar, dónde, cuándo y con quién) y desarrollar metas personales.

Es importante que se den oportunidades para formar opiniones, adquirir habilidades, iniciar actividades... y posibilidades reales de ponerlas todas ellas en práctica, aunque puedan cometerse errores.

- INCLUSIÓN: es una actitud que se basa en la convicción de que la convivencia entre todas las personas con discapacidad intelectual en la comunidad, facilitando oportunidades de compartir espacios, tiempos y actividades de ocio con otros ciudadanos.

Además de asumir este modelo como metodología de trabajo, en A Toda Vela se apuesta por la incorporación de la figura de asistente personal en el ocio como valor añadido en la entidad. Y está dirigido a ofrecer a las personas con discapacidad intelectual un recurso complementario adecuado para alcanzar la máxima interdependencia posible, desarrollo personal y participación social.

El asistente personal se establece como una figura de apoyo a la persona con discapacidad. No la sustituye ni la representa, sino que la complementa en aquello que no puede realizar de una manera autónoma. De esta manera es labor del asistente personal el apoyo tanto físico como cognitivo en aquellos ámbitos en los que la persona lo precise para su plena participación en la comunidad.

En el momento en que una persona con discapacidad intelectual desea participar en actividades de ocio de la entidad y/o de la comunidad, alguna de las técnicas de la entidad realiza una entrevista a la persona y a su círculo más próximo (familia, tutores, hermanos, etc...) para determinar qué apoyos va a precisar para participar plenamente de las actividades. Si en dicha entrevista se determina la necesidad de ofrecer un apoyo, más allá del ofrecido por los voluntarios y voluntarias que participan en las actividades, la entidad realiza una selección y contratación de un Asistente Personal.

Esta persona es formada y capacitada para apoyar a la persona con discapacidad intelectual, recibiendo un Plan de Apoyo Individual con todos aquellos aspectos que necesita conocer de la persona, para apoyarla de la mejor manera posible.

Con todo esto, se manejó el caso de J.P. Socio de la entidad desde sus inicios y con un largo recorrido y experiencias en actividades de ocio.

J.P es un adulto con discapacidad intelectual que desde que empezó a participar en las actividades de ocio ha mostrado interés por las actividades culturales, donde puede expresar sus habilidades para el arte. Ha participado durante años en el programa de Radio que

ofertamos en A Toda Vela, una de las actividades audiovisuales que gestiona la entidad en colaboración de Juan Manuel Cidrón. Los participantes del programa se reúnen cada martes desde hace 18 años en la emisora de RNE-Almería para realizar el programa radiofónico “A Toda Radio” pionero en este sector.

Es en este programa donde han surgido los conflictos que llevaron a J.P a no poder participar en el taller y también el punto de partida para su reincorporación con los apoyos adecuados. J.P. tiene dificultades de autocontrol tanto en las relaciones con los demás como en el autocuidado. Presenta además dificultades en el lenguaje (no de elaboración sino más bien de pronunciación) que le lleva en ocasiones a expresarse con brusquedad y con gestos bruscos que generan malestar en los demás.

El grupo comenzó a rechazar el comportamiento y se generó un ambiente insostenible cuyo resultado fue la retirada de J.P. después de haber intentado prestar apoyos dentro del grupo sin éxito, durante 2 temporadas.

## **2. METODOLOGÍA**

En el período de inscripción del 2016, J.P vino a apuntarse a las actividades de ocio de la entidad y expresó su gran deseo de volver al programa de radio. Fue entonces cuando se pusieron en marcha todos los dispositivos de los que disponemos para asegurar que su vuelta a la radio fuera un éxito. El equipo técnico evaluó el caso de J.P y consideró que una medida para conseguirlo era la asignación de un Asistente Personal que lo apoyara en el programa. La clave de este proceso fue incorporar a J.P en la elaboración de su propio Plan de Apoyos Individualizado, asumiendo responsabilidades y un rol activo en la consecución de objetivos. Se le propuso una asistente personal que previamente habíamos detectado que encajaban y él aceptó. Firmamos conjuntamente el Plan de Apoyos estableciendo los objetivos a trabajar (tanto en el apoyo a él para gestionar sus dificultades como al grupo para rebajar el impacto que el comportamiento había generado en ellos) recogiendo en éste los conflictos que se habían detectado y estableciendo conjuntamente las estrategias para resolverlos.

Toda nuestra estrategia era evaluar su incorporación basándonos en las dimensiones antes mencionadas como punto de partida.

## **3. RESULTADOS**

### **ULTADOS**

Después de una temporada con J.P en radio, y al finalizar el cierre de la actividad, evaluamos (con el registro de las memorias que se habían hecho durante la temporada) su reincorporación centrándonos en medir las dimensiones con las que partíamos para sopesar si había sido efectiva nuestra intervención, a partir de los ítems que las definen (Escala INICO-FEAPS, 2004):

**Bienestar emocional:** Ha aumentado la seguridad en él porque ha visto que es capaz de gestionar aquellas conductas desafiantes que limitaban sus relaciones con iguales, esto ha hecho que se muestre feliz y tranquilo en la actividad. En esta dimensión se le ha dado un lugar a la espiritualidad a través de su sección de relajación en el programa, en la que encuentra un espacio para transmitir su bienestar al resto de compañeros, de los que recibe un feedback positivo por su trabajo aumentando así su seguridad y cambiando el concepto que los demás tienen de él “lavado de imagen”.

**Relaciones interpersonales:** nos hemos basado en algunos indicadores que han sido más representativos como por ejemplo: gestionar las expresiones de afecto de forma bidireccional,

de tal modo que J.P ha aprendido a gestionar sus emociones de forma adaptativa sin que le causen conflictos entre iguales y a la vez recibe muestras de afecto por parte de sus compañeros que antes no se daban porque lo rechazaban. Algunos de sus compañeros son conscientes de los apoyos que necesitan y se han convertido en apoyos naturales para J.P.

Esta dimensión ha sido de especial relevancia ya que entendemos que las personas lo son gracias a la interacción significativa con los demás, y este era uno de los puntos críticos en los que se encontraba J.P. La nueva situación de J.P ha repercutido en el propio ocio familiar gracias a que J.P se ha incorporado al programa de turismo y está empezando a tener su propio ocio individual.

Autodeterminación: en esta dimensión el cambio más significativo ha sido el crecimiento personal que ha tenido lugar cuando ha sido sujeto activo de su propio desarrollo (firma de su propio plan de apoyos). Reincorporarse al programa de radio era una de las metas personales de J.P, y con la incorporación del asistente personal ha facilitado su autorregulación, autonomía y toma de decisiones.

Inclusión social: esta dimensión ha sido clave porque partíamos de la premisa de que J.P estaba excluido y su participación en las actividades de ocio de la entidad era muy limitada. Se ha observado cómo se han ido ampliando las redes de apoyo de J.P, ya que en un inicio contaba solo con la asistente personal y al final de la temporada se han incorporado sus propios compañeros y uno de los voluntarios que participa en la actividad, al que J.P ha elegido como persona de referencia para apoyarle. Por otro lado, se ha considerado clave en la inclusión de J.P el trabajo en ambas direcciones; es decir, J.P ha adquirido habilidades que le han facilitado la inclusión y a su vez el grupo se ha ajustado a las particularidades de J.P

Además de las cuatro dimensiones con las que partíamos inicialmente, hemos observado cambios significativos que directamente han fomentado su desarrollo personal.

Desarrollo personal: aquí de nuevo nos hemos encontrado con el desarrollo de su competencia personal y capacidad resolutoria, en tanto que ha adquirido habilidades y estrategias que le facilitan resolver los conflictos y adelantarse a ellos pidiendo ayuda. Con la participación en el programa se están fomentando habilidades funcionales como redactar su propia sección y habilidades lingüísticas cuando tiene que expresarla oralmente en el locutorio.

Todo el equipo entiende que la incorporación de J.P al programa de radio ha tenido un impacto positivo en su Calidad de Vida.

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Shalock, R.L. y Verdugo, M.A. (2007). *El concepto de Calidad de Vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual*. SigloCERO. Vol.38. Nº 224, Pág. 21 a pág. 36.

Isabel G. y Beatriz V. (2006). *Servicio de Ocio Inclusivo*. Cuaderno de buenas prácticas FEAPS.