

Una propuesta para abordar el ocio y el tiempo libre en personas con discapacidad intelectual

Un camino hacia la inclusión



Una propuesta para abordar el ocio y el tiempo libre en personas con discapacidad intelectual

Un camino hacia la inclusión



Una propuesta para abordar el ocio y el tiempo libre en personas con discapacidad intelectual

REPRESENTANTE LEGAL

José Melej Turina

GERENTE DE RESIDENCIAS

Patricia Maturana Cornejo

COORDINADOR ÁREA TÉCNICA OCUPACIONAL

Gustavo Alonso Rojas Caamaño

AUTORES

Jeniffer Alexandra Laverde Blanco

María Victoria Petronio Uhalde

APORTES AL TEXTO

Erica Ponce Figueroa

Gustavo Alonso Rojas Caamaño

DISEÑO DE PORTADA

Jeniffer Alexandra Laverde Blanco

© Fundación Coanil

ISBN 978-956-09452-0-4

RPI 2020-A-284

El presente documento ha sido desarrollado por Fundación Coanil. Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Tabla de Contenido

Resumen.....	4
1. Justificación frente a la propuesta	5
2. Referentes conceptuales centrados en las personas.....	7
2.1. Enfoque de Derechos	8
2.2. Modelo Ecológico	9
2.3. Modelo de Calidad de Vida.....	10
2.4. Ocio y Tiempo Libre	13
3. Objetivos en busca de la inclusión	15
3.1. Objetivo General	16
3.2. Objetivos Específicos	16
4. Apoyos	17
4.1. Terapeuta Ocupacional	18
Objetivo general con relación al ocio y el tiempo libre	18
4.1.1. Responsabilidades con relación al ocio y el tiempo libre.....	18
4.2. Monitor/a	19
Objetivo general con relación al ocio y tiempo libre.....	19
4.2.1. Responsabilidades con relación al ocio y tiempo libre.....	19
5. Actividades de ocio y tiempo libre que nacen de los intereses de cada persona	20
5.1. Cocina saludable.....	22
5.2. Huerto.....	23
5.3. Reciclaje	23
5.4. Artesanía.....	24
5.5. Pintura, murales y mándalas.....	24
5.6. Yoga	25
5.7. Danzas del mundo	25
5.8. Fútbol o baby fútbol.....	26
5.9. Baile entretenido.....	26
5.10. Boccia	27
5.11. Teatro.....	27
5.12. Expresión corporal.....	28
5.13. Atletismo.....	28
5.14. Caminata, senderismo o Trekking	29
6. Una evaluación que valora la evolución	30
7. Conclusiones y recomendaciones	43
7.1. Conclusiones	44
7.2. Recomendaciones	45
Anexos	46
Bibliografía	74

Índice de Tablas

<i>Tabla 1. Indicadores para las personas.</i>	33
<i>Tabla 2. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 1.</i>	34
<i>Tabla 3. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 2.</i>	34
<i>Tabla 4. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 1.</i>	34
<i>Tabla 5. Escala de apreciación – Bienestar Material, indicador 1.</i>	34
<i>Tabla 6. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 1.</i>	34
<i>Tabla 7. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 2.</i>	35
<i>Tabla 8. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 3.</i>	35
<i>Tabla 9. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 1.</i>	35
<i>Tabla 10. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 2.</i>	35
<i>Tabla 11. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 1.</i>	36
<i>Tabla 12. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 2.</i>	36
<i>Tabla 13. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 1.</i>	36
<i>Tabla 14. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 2.</i>	36
<i>Tabla 15. Escala de apreciación – Defensa de los Derechos, indicador 1.</i>	36
<i>Tabla 16. Indicadores para los apoyos.</i>	38
<i>Tabla 17. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 1.</i>	39
<i>Tabla 18. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 1.</i>	39
<i>Tabla 19. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 2.</i>	39
<i>Tabla 20. Escala de apreciación – Bienestar Material, indicador 1.</i>	39
<i>Tabla 21. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 1.</i>	40
<i>Tabla 22. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 2.</i>	40
<i>Tabla 23. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 3.</i>	40
<i>Tabla 24. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 4.</i>	40
<i>Tabla 25. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 1.</i>	41
<i>Tabla 26. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 2.</i>	41
<i>Tabla 27. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 1.</i>	41
<i>Tabla 28. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 2.</i>	41
<i>Tabla 29. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 1.</i>	41
<i>Tabla 30. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 2.</i>	42
<i>Tabla 31. Escala de apreciación – Defensa de los derechos, indicador 1.</i>	42

Resumen

El siguiente documento, contiene la propuesta del Programa de Ocio y Tiempo Libre de Fundación Coanil, el cual busca dar un papel activo a las personas que viven en las residencias desde las metas que hacen parte de su plan de vida, desarrollando una dinámica de trabajo basada en la creación de actividades de ocio y tiempo libre que nacen de sus intereses y necesidades.

Palabras clave: apoyos, contexto, discapacidad intelectual, enfoque de derechos, intereses, planificación centrada en la persona, modelo de calidad de vida, residencias, actividades, tiempo libre.

Abstract

The following document contains the proposal of the “Program for Leisure and Free time at Coanil Foundation”. The aim of this program is to promote an active role for the people who live in the foundation residencies, defining personal goals and a life plan for each individual. The work dynamics are based in the creation and attendance of leisure and free time activities that suit the needs and interests of the people that live in the residences.

Key words: support, context, intellectual disability, human rights approach, interests, person-based planning, quality-of-life model, residence, activities, leisure, free time.

01

Justificación frente a la propuesta

Dentro de todo proceso de interacción, la participación se convierte “...en una estrategia, una forma de actuar que tiene que ver con la conformación de la sociedad. Por eso no se da de un día para otro, sino que es todo un camino para recorrer” (Corona y Morfin, 2001, p. 2).

Chile, está avanzando en el proceso de inclusión de las personas con discapacidad, transformando una cultura asistencialista hacia una cultura de derechos. En vista de esto, se está jugando un rol importante en la eliminación de las barreras actitudinales, comunicativas, arquitectónicas, políticas, programáticas, sociales y de transporte, que impiden la accesibilidad de las personas con discapacidad a sus derechos y su participación social.

En el año 2010, se aprueba la ley 20.422 referida a asuntos de equidad y participación, expresando en su artículo 1 el propósito social que se debe tener al “asegurar el derecho a la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad, con el fin de obtener su plena inclusión social, asegurando el disfrute de sus derechos y eliminando cualquier forma de discriminación fundada en la discapacidad”, realizando diferentes acciones que apuesten por la transformación y disminución de las desigualdades sociales.

Fundación Coanil como organismo colaborador del Estado, dentro del programa de acogimiento residencial trabaja por mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual que han sufrido vulneraciones, ya sea en su infancia, adolescencia o adultez.

Por esta razón, se abarcan dentro del presente documento, los avances teórico prácticos del Programa de Ocio y Tiempo Libre, apostando

desde diferentes metodologías por el cambio social y el avance institucional. Ya que, desde la Declaración Universal de los Derechos Humanos el tiempo libre entra a convertirse en un derecho primordial de las personas.

Respecto a esto, Parham y Fazio, (1997) exponen que, el ocio y tiempo libre es “una actividad no obligatoria que está intrínsecamente motivada y en la cual se anticipa durante un tiempo discrecional o libre, es decir, un tiempo no comprometido con ocupaciones obligatorias tales como trabajo, autocuidado o dormir” (p. 12).

De esta manera, se busca que la calidad del ocio y tiempo libre de las personas que viven en las residencias de la Fundación sea sostenida en actividades con una finalidad clara, permitiéndoles acceder a diferentes tipos de experiencias, potenciando habilidades, transformando conceptos e interactuando con múltiples contextos.

Para Fundación Coanil, es de suma importancia a partir de su experticia en el campo, sistematizar sus prácticas como elemento clave dentro del trabajo con personas con discapacidad intelectual.

Como primer acercamiento a este tipo de propuestas metodológicas en el tema, es indispensable mencionar que esta propuesta se encontrará en continua actualización y enriquecimiento, gracias a los procesos de evaluación que se realicen durante su ejecución.



02

Referentes conceptuales centrados en las personas

“...las decisiones, oportunidades y los apoyos que se brinden, deben estar alineados y conectados desde una correlación tanto del discurso como de la práctica. Dado que, la inclusión solo es posible cuando es un trabajo de todos y para todos” (Laverde, 2019).

En lo que respecta a la discapacidad intelectual, las intervenciones que se diseñen, necesitan apropiarse de referentes conceptuales que permitan fundamentar la práctica. Por esta razón, desde el Programa de Ocio y Tiempo Libre se exponen los conceptos teóricos que sustentarán la propuesta.

Actualmente, la Fundación asume la definición de la Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo (2010), que señala que, la discapacidad “se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas”. (p. 33)

Esta definición, se entiende desde un enfoque multidimensional que tiene en cuenta la edad, la cultura y el lenguaje, aseverando que las limitaciones parten del contexto y no de la persona, que los apoyos individualizados son fundamentales para la mejora del funcionamiento humano, por lo cual deben mantenerse en el tiempo, y que en una persona las limitaciones coexisten habitualmente con capacidades (p. 25).

Lo dicho hasta aquí, determina un cambio de perspectiva en lo referente a la discapacidad, ya que al hablar de **multidimensionalidad**, se comprende al ser desde sus particularidades, tal y como es, pero también desde el contexto en el que transcurre su vida. En esta medida, las

condiciones que tenga, sus habilidades y potencialidades, son reconocidas para el enriquecimiento y la mejora, y las limitaciones del individuo se hacen manifiestas en el tipo de relaciones que él establece con los entornos sociales, culturales o académicos con los que interactúa (Verdugo, Gómez y Navas, 2013, p. 20).

2.1. Enfoque de Derechos

El enfoque de derechos, tiene una mirada integral, interdependiente y complementaria para garantizar y materializar los derechos humanos a los diferentes grupos sociales.

En este sentido, dentro del ámbito de la discapacidad, el enfoque de derechos permite moverse desde un modelo biomédico, asistencialista y limitante, a uno en donde la persona se posiciona en un contexto, para ser capaz de ejercer de forma autónoma sus derechos, participando en los distintos ámbitos de la sociedad, exigiendo su inclusión social (Servicio Nacional de la Discapacidad & Etnográfica, 2016).

La discapacidad basada en los derechos humanos equivale a considerar sujetos y no objetos a las personas con discapacidad, saltando desde una construcción de usuarios hacia la comprensión de titular de derechos. Ello, supone tener un encuadre positivo hacia el fenómeno de la discapacidad, resaltando todas las potencialidades

y capacidades de la diferencia, las cuales pueden aportar hacia la construcción de una sociedad más democrática, pluralista y representativa (Pino & Valderrama, 2015).

Frente a lo anterior, es clave que, las personas con discapacidad sean vistas como sujetos de derecho dentro de la comunidad, para que puedan acceder a las oportunidades y libertades sociales de una manera flexible y acorde a sus características. Para ello, la sociedad debe brindar la protección, seguridad y las posibilidades necesarias para que puedan desenvolverse de manera **inclusiva** dentro de su comunidad, teniendo como obligación el respeto y la promoción de derechos.

Con miras a, lograr una **exigibilidad** desde las propuestas que se realicen, **accediendo** a la cultura, la recreación, la salud, entre otros. Palma, (1998) habla de la **participación** como un proceso de crecimiento y desarrollo humano, en el cual los sistemas sociales deben establecer políticas públicas dinámicas, democráticas y de ciudadanía, logrando la inclusión de las personas con discapacidad dentro de la sociedad.

Por ello, la participación no debe apuntar a una efectividad y una eficacia de los procesos, si no a un desarrollo social que reconozca a los individuos desde sus características y potencialidades. Lo cual solo será posible, cuando se tienen en cuenta las **capacidades y oportunidades de participación**.

Las oportunidades brindadas por los contextos a su sociedad, deben estar basadas en un movimiento transformador de avance social, que mezcle el valor cultural con los pensamientos contemporáneos de igualdad y equidad. Más aún, dentro de una era, en la cual la diversidad se ha convertido en el valor que rige no solo los nuevos modelos teóricos y prácticos, sino las formas de pensar, comunicar y relacionarse con otros.

La inclusión moviliza cambios de construcción humana con un “enfoque que responde positivamente a la diversidad de las personas y a las diferencias individuales, entendiendo que la diversidad no es un problema, sino una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad, a través de la activa participación en la vida familiar, en la educación, en el trabajo y en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades” (UNESCO, 2005, p. 6).

2.2. Modelo Ecológico

Hoy en día, no se puede pensar a las personas sin una interacción directa, permanente y bidireccional con el medio en el cual se desenvuelven. Es así, como se requiere de un examen de sistemas multipersonales de interacción, que no se limiten a un solo entorno, teniendo en cuenta los aspectos del ambiente que vayan más allá de la situación inmediata que incluye al sujeto (Bronfenbrenner, 2015).

Estas interacciones producidas dentro de las relaciones interpersonales son conocidas como *diada*, determinando la influencia directa o indirecta que puede existir entre los seres humanos a partir del tipo de relaciones que tengan, ya sea, a través de la observación, de actividades conjuntas con reciprocidad que pueden ser iguales o complementarias, o mediante la influencia de un otro que puede estar o no presente.

Igualmente, los ambientes que existen influyen a los seres humanos, abarcando el **macrosistema** a nivel país desde el Estado y las políticas públicas, el **mesosistema** desde las diferentes comunidades en la cuales están inmersos los seres humanos, el **exosistema**, como un ambiente que no involucra directamente a la persona pero que a partir de lo que se haga dentro de él, la afecta e influye, y el **microsistema** como el contexto directo e inmediato en el cual se desenvuelven los seres humanos día a día.

Dentro de cada uno de estos entornos, las decisiones, oportunidades y los apoyos que se brinden a las personas con discapacidad intelectual, deben estar alineados y conectados desde una correlación tanto del discurso como de la práctica. Dado que, **la inclusión solo es posible cuando es un trabajo de todos y para todos.**

2.3. Modelo de Calidad de Vida

Schalock y Verdugo (2002), exponen el modelo de calidad de vida como un constructo social centrado en diferentes **dimensiones** que involucran características humanas con relación a la cotidianidad de las personas.

Así, se reconocen dimensiones transversales desde las cuales los seres humanos se van desarrollando a nivel individual y social, a partir de la “combinación del bienestar objetivo y subjetivo en múltiples dominios de la vida considerados importantes en la propia cultura y tiempo, siempre que se adhiera a los estándares universales de derechos humanos” (Wallander, Schmitt y Koot, 2001. Citado en Sabeh y cols. 2009, p. 11).

En cuanto al **bienestar emocional**, se visualiza a nivel general y personal el trabajo de la autoestima, la sensación de alegría y la ausencia de estrés, recibiendo desde el **microsistema** los apoyos y las oportunidades necesarias, para actuar desde una retroalimentación en torno a las capacidades y los logros que se vayan obteniendo.

Las **relaciones interpersonales**, se relacionan con las interacciones tanto sociales como familiares, reconociendo la intimidad, el afecto, las amistades y los apoyos que brinda la sociedad, como un potenciador que enriquece a

los seres humanos desde actividades cargadas de participación, contactos sociales y recreación.

Esto, se conecta con el **bienestar físico**, al recibir desde el microsistema una atención médica apropiada, una participación en actividades de la vida diaria, la realización de actividades físicas y la utilización del ocio y el tiempo libre. Logrando la productividad, el enriquecimiento de habilidades sensoriales, la movilidad y la seguridad, desde ambientes saludables y benéficos.

Dentro de estos ambientes, la confortabilidad logra ese bienestar y esa seguridad, al establecer un nivel de vida digno y productivo desde los detalles físicos del espacio y desde la accesibilidad que se brinde a cada persona, implicando la disponibilidad y el uso de aquellos objetos con los cuales se relaciona (**bienestar material**).

Por otro lado, la **autodeterminación** se entiende desde las oportunidades y la autonomía que tengan los seres humanos, en relación con las metas y los valores personales que hacen parte de su plan de vida, priorizando las elecciones, los intereses y las preferencias de cada individuo, como un punto de partida desde el cual, las ayudas y las herramientas que se brinden sean auto dirigidas a un enriquecimiento real y contextualizado.

Tales oportunidades, hacen parte de la **inclusión social** al brindar los apoyos naturales necesarios, que posibilitan un ambiente de vida con provisión y calidad en los servicios. Determinando una participación en comunidad, desde el rol social que se tenga, realizando las adaptaciones pertinentes, buscando una accesibilidad apta a las características del grupo de personas con el que se trabaje.

Dentro del **desarrollo personal**, se enriquecen las habilidades expuestas en la multidimensionalidad que abarca la discapacidad intelectual, llevando a una competencia personal en relación con las capacidades de cada individuo, las oportunidades de aprendizaje y la educación que adquiera. Para esto, el microsistema debe lograr la participación en actividades artísticas, recreativas, ambientales, deportivas y culturales.

El conjunto de oportunidades y características de cada dimensión, debe apuntar a **defender los derechos** de cada persona, desde el respeto, la dignidad, la libertad personal y la privacidad, trabajando el ser, el hacer y el tener desde una visión de ciudadanía que involucre las responsabilidades cívicas y la inclusión social.

La calidad de vida será enriquecida como un factor de evolución constante, alineando el contexto y los apoyos individualizados en función de mejorar el estilo de vida de las personas con discapacidad. Para lograr esto, es

necesario visualizar al ser humano como el centro de los procesos, reconociendo que todos tienen derecho a participar en sociedad, a partir de lo que tienen, lo que les interesa y lo que desean.

En relación con el modelo de apoyo, una premisa que subyace al trabajo con personas con discapacidad intelectual, es que éstas se diferencian del resto de la población por la naturaleza e intensidad de los apoyos que necesitan para participar en la vida comunitaria.

La comprensión de las necesidades de apoyo de una persona, se relaciona directamente con una definición constitutiva de la discapacidad intelectual, debido al énfasis puesto en el ajuste entre el estado de funcionamiento de una persona y las demandas del contexto en el que vive, en este sentido, la discapacidad no es ni fija ni dicotómica, sino, más bien, fluida, continua y cambiante (Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo, 2011).

Diversos autores plantean que el modelo de apoyo, ha servido, en primer lugar, para agrupar las prácticas de planificación centrada en la persona, oportunidades de desarrollo y crecimiento personal, inclusión comunitaria, autodeterminación y empoderamiento; en segundo lugar, la aplicación consecuente de apoyos individualizados, ha dado espacio a la mejora del funcionamiento humano y el logro de resultados personales; y tercero, se está utilizando el patrón e intensidad de las necesidades de

apoyo de la persona, como un componente básico para la asignación de recursos y planificación de servicios y sistemas.

Dos modelos que aportan a la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, y que son apoyos para el desarrollo de éstas teniendo en cuenta las diferentes áreas de desempeño, son la Planificación Centrada en la Persona (PCP) y los Apoyos e Intervenciones Conductuales Positivas (ACP).

La PCP, es un enfoque que se centra en el apoyo a personas con discapacidad intelectual, ofreciendo estrategias basadas en el empoderamiento de cada individuo, ayudándolos a construir su propio proyecto de vida (Carratalá Marco, Mata Roig, & Crespo Varela, 2017). De esta manera, la **persona con discapacidad se convierte en el foco principal de los procesos**, posibilitando el logro de las metas y los objetivos que se encuentren en su plan de vida personal, haciéndolo viable, solo si existe la **inclusión**. Más aún, si se tiene como principio el formar parte de la sociedad a partir de lo que cada individuo puede aportar (Miradas de Apoyo, 2011).

Esto solo es posible, si se rompen las barreras del aprendizaje, el juego y el desarrollo social (Ainscow, 2003, p. 6). Además, se deben reconocer las habilidades y potencialidades para decidir cuáles serán los **apoyos individualizados** que se brindarán, trabajando la diversidad como

un proceso social primordial, en el cual todos tienen un objetivo en común.

El modelo de ACP, **proporciona un marco de apoyos e intervenciones conductuales positivas**, que contribuyen al mejoramiento de la cultura social; bajo intervenciones universales, apoyos individualizados estandarizados y en base a una evaluación funcional de la conducta de la persona.

2.4. Ocio y Tiempo Libre

Como foco central, desde la dimensión del bienestar físico, el **ocio y el tiempo libre** se establecen como parte clave en la vida de los seres humanos. Parham y Fazio (1997) exponen que, es “una actividad no obligatoria que está intrínsecamente motivada y en la cual se anticipa durante un tiempo discrecional o libre, es decir, un tiempo no comprometido con ocupaciones obligatorias tales como trabajo, autocuidado o dormir” (p. 12).

Estas actividades deben estar centradas en las preferencias y las elecciones de cada persona, involucrando aspectos **internos** (capacidad de esfuerzo, habilidades individuales y niveles de satisfacción) y **externos** (demandas impuestas por la familia, la sociedad y la cultura) dentro de su planeación, con el objetivo de organizar el uso del tiempo que dedicara cada individuo a las diferentes áreas de su vida.

Ya que, la existencia de un **equilibrio** entre “la cantidad de trabajo, juego y descanso que realicen las personas, refleja una interdependencia dinámica de los espacios de vida y de su relación a valores internos, intereses, metas y demandas externas del medio ambiente” (Reed y Sanderson, 1993. Citado en Almonacid et al., 2010, p. 35).

Esta cantidad, no debe ser analizada bajo parámetros de igualdad, sino de variación entre la calidad, el grado de compromiso y la intensidad que tienen tales actividades en la cotidianidad de cada ser humano, reconociendo que el equilibrio es objetivo según las necesidades e incumbencias personales (Kielhofner, s.f).

Es determinante dentro de esta mirada, identificar que las múltiples actividades en las cuales están involucrados los seres humanos, tendrán un carácter ocupacional, recreativo o de la vida diaria (áreas de desempeño ocupacional) dependiendo del objetivo y el espacio en el que se desarrollen, dándole al equilibrio un carácter dinámico que impacta la salud, las emociones y la cognición.

No obstante, las distintas actividades deben tener en cuenta los ritmos, los factores de personalidad, las condiciones de vida, las exigencias y las capacidades, como base para que no se excedan los tiempos ni los procesos de manera que afecten la calidad de vida de las personas (desequilibrio).

En consecuencia, las actividades de ocio y tiempo libre, el tiempo que se dedique a esta área y el impacto que se logre desde los apoyos brindados, deben estar en consonancia con los intereses, las capacidades y los objetivos planteados por las personas con discapacidad intelectual, dentro de su plan de futuro. Reconociendo bajo un enfoque de derechos, con miras a una participación e inclusión, el avance y las habilidades que puede tener cada individuo dentro de las diferentes dimensiones que hacen parte de su vida.



03

Objetivos en busca de la inclusión

“Enamórate del proceso y los resultados llegarán” (Anónimo, s.f).

3.1. Objetivo General

Fortalecer el uso del tiempo libre de las personas, mediante actividades recreativas que se desarrollen de forma interna y/o externa en las residencias de Fundación Coanil.

3.2. Objetivos Específicos

Potenciar habilidades cognitivas, comunicativas, emocionales y físicas de las personas a través de los apoyos recibidos.

Posibilitar un abanico de actividades recreativas contextualizadas a los intereses y necesidades de las personas.

Facilitar el acercamiento a actividades culturales, artísticas, ambientales y deportivas a través de la relación con la comunidad.

Contribuir al equilibrio de la rutina diaria de las personas que viven en las residencias.

Sistematizar los avances y las oportunidades de mejora evidenciados desde la propuesta del Programa de Ocio y Tiempo Libre.

04

Apoyos

“Centrarse en la persona no significa solamente definir necesidades y objetivos y planificar en conjunto. Significa ser capaz de sentir, pensar y hacer con la persona, lo que implica un proceso artístico compartido, de ahí nuestra labor como facilitadores...” (Heras, Sanz y Rubio, 2012, p. 3).

El ocio y el tiempo libre es un aspecto importante dentro del desarrollo de los seres humanos, al permitirles participar desde sus intereses y objetivos en actividades recreativas que involucran la cultura, el deporte, el arte, entre otras.

En este sentido, el Programa de Ocio y Tiempo Libre, establece la existencia de apoyos, brindando las herramientas y posibilidades para que esta participación sea contextualizada a las necesidades de las personas que viven en las residencias.

Estos apoyos, deben estar comprometidos y en funcionamiento a tales propósitos, desde una posición que impacte desde el trabajo en red la calidad de vida de las personas. En concreto, se determinan las responsabilidades y los propósitos que tendrán los diferentes profesionales de Fundación Coanil dentro del programa.

4.1. Terapeuta Ocupacional

Objetivo general con relación al ocio y el tiempo libre

Diseñar e implementar actividades orientadas a la utilización del tiempo libre de las personas, favoreciendo su desarrollo y participación.

4.1.1. Responsabilidades con relación al ocio y el tiempo libre

Identificar los intereses que tienen las personas, contribuyendo a su plan de futuro.

Planificar e implementar actividades mensuales acordes al proyecto personal de cada persona, asegurando el cumplimiento de los procedimientos y programas definidos por la Fundación.

Liderar, guiar y realizar las actividades de tiempo libre orientadas a favorecer las capacidades de las personas, asegurando la correcta ejecución de los objetivos propuestos en su proyecto personal.

Analizar las actividades realizadas, identificando avances y oportunidades de mejorar, detallando esta información en formatos preestablecidos por la Fundación.

Coordinar la compra de materiales para las actividades, garantizando el uso eficiente de los recursos disponibles en la unidad.

Gestionar y conformar redes con organismos, instituciones y grupos comunales, regionales y/o nacionales, generando nuevos espacios de participación.

Gestionar y participar en eventos realizados en la unidad o por la comunidad, potenciando los procesos de inclusión y vinculación de las personas con su entorno.

4.2. Monitor/a

Objetivo general con relación al ocio y tiempo libre

Implementa y colabora en el diseño de las actividades orientadas a la utilización del tiempo libre de las personas, favoreciendo su desarrollo y participación.

4.2.1. Responsabilidades con relación al ocio y tiempo libre

Guiar y realizar actividades recreativas con las personas, contribuyendo a su plan de futuro.

Asegurar el bienestar, la seguridad y la integración social de las personas, respondiendo a los estándares requeridos por la Fundación.

Apoyar al terapeuta ocupacional en las tareas que debe realizar el área, asegurando la adecuada conformación y ejecución de las actividades de ocio y tiempo libre.

Analizar las actividades realizadas, identificando avances y oportunidades de mejorar, detallando esta información en formatos preestablecidos por la Fundación.

Realizar un levantamiento oportuno de la información, generando pautas de registro

atingentes para facilitar un desarrollo efectivo de las actividades.

Gestionar y conformar redes con organismos, instituciones y grupos comunales, regionales y/o nacionales, generando nuevos espacios de participación.



05

Actividades de ocio y tiempo libre que nacen de los intereses de cada persona

“Un objetivo sin un plan es solo un deseo” (Antoine de Saint-Exupéry, 1943).

La apropiación de experiencias es proceso intrínseco dentro de cualquier contexto en la cual están inmersos los seres humanos. Considerando que, dentro del ocio y el tiempo libre, se priorizan los intereses de las personas, el siguiente programa propone un instrumento de análisis (**ver anexo 1**) para determinar en qué actividades quieren participar.

Esta encuesta, viene acompañada de una serie de infografías, (**ver anexo 1.1**) con las cuales se busca motivar y dar a conocer a través herramientas visuales, algunas características o acciones propias de cada propuesta. La aplicación de la encuesta se hará cada año en la misma fecha en que se realiza la evaluación de Actividades de la Vida Diaria. Dicha participación, quedará registrada en una planilla de inscripción (**ver anexo 4**).

Por otro lado, se recopilan teóricamente dentro de un formato general (**ver anexo 2**) los aspectos primordiales de cada actividad, respetando las especificidades, características y necesidades de los distintos perfiles que tienen las personas.

Se tendrá un instrumento de compilación más específico, (**ver anexo 2.1**) donde se detalla la dimensión del Modelo de Calidad de Vida que se va a fortalecer, la descripción de las actividades, sus objetivos y las particularidades de cada sesión. Esto, calendarizado en una Carta Gantt (**ver anexo 3**) que permita identificar el estado de las experiencias.

Como consecuencia, una vez iniciada la implementación del Programa de Ocio y Tiempo Libre, se realizarán diferentes tipos de evaluación bajo una mirada cualitativa, que analice tanto al inicio, durante el desarrollo y al final de las actividades el impacto y la pertinencia de la propuesta, la evolución que van teniendo las personas y el trabajo realizado por los apoyos (**ver anexo 6, 7, 8, 9**).

La aplicación de la matriz de evolución de las personas, se realizará trimestralmente a cada persona que vive en las residencias de acuerdo con las actividades en las que participe (**ver anexo 7**).

En vista de esto, se realiza una reflexión en relación con las actividades culturales, deportivas, artísticas y ambientales del programa, reconociendo el efecto, la flexibilidad y el dinamismo que tienen tales propuestas dentro del trabajo con personas con discapacidad intelectual.

La diversidad de formas de expresión es proporcional a la diversidad de seres humanos que existen, por lo cual, los múltiples vocabularios que nacen y se crean respecto a las características de cada persona, posibilitan sistemas de comunicación verbales y no verbales en los cuales hay una conexión con las emociones, las ideas, las historias de vida y las relaciones dadas en los contextos de interacción.

Esta libertad de potenciales impacta en la forma en que una persona se ve a sí misma tanto a nivel individual como social. De modo que la participación e implicación en el mundo cultural, determina romper las barreras de acceso, brindando múltiples experiencias a cada población desde sus oportunidades y particularidades, posibilitando la expresión genuina de las experiencias y los deseos, al excluir los estereotipos y satisfacer las necesidades de expresión y comunicación (Suchodolski, s.f).

Con el propósito de ofrecer una variedad de actividades con un sentido, objetivos y dimensiones claras, se exponen a continuación las propuestas de ocio y tiempo libre del programa.

5.1. Cocina saludable

Cocina saludable
<p>Sentido de la actividad Elaborar diferentes platos dulces y salados, incrementando los conocimientos culturales tanto nacionales como internacionales, propiciando habilidades sociales y laborales, mediante el trabajo en equipo y el reconocimiento de algunas propiedades gastronómicas.</p>
<p>Objetivo general Adquirir habilidades sociales, culturales y conocimientos gastronómicos mediante la elaboración de recetas saludables.</p>
<p>Dimensiones a las que responde Bienestar material. Autodeterminación. Relaciones personales.</p>
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none"> • Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes. • En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas. • Se tiene como propósito, la sostenibilidad de la actividad a partir de capacidades socio laborales que se expandan a la fundación en general. • Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo. • Se deben cumplir las condiciones de higiene establecidas en los lugares donde se realicen las actividades. • Es importante organizar los materiales de trabajo antes de iniciar la sesión y disponer un lugar para cada participante. • El refuerzo de rutinas de higiene puede estar apoyado por elementos visuales.

5.2. Huerto

Huerto
Sentido de la actividad Crear un huerto sostenible, identificando las características propias de cada contexto en el que se siembre y apropiando las dinámicas y rutinas propias de esta actividad. Estimulando capacidades sensoriales, emocionales y sociales mediante la conexión con el medio ambiente.
Objetivo general Reconocer aspectos propios de la agroecología, potenciando capacidades emocionales, motrices y sociales.
Dimensiones a las que responde Bienestar material. Desarrollo personal. Bienestar emocional.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• La sostenibilidad del huerto busca un impacto a nivel de residencia y de fundación, creando hábitos y rutinas basadas en el interés y la dedicación de las personas.• Se deben tener en cuenta que las semillas que se siembren sean de rápido crecimiento, evitando niveles de frustración. Igualmente, tener en cuenta las estaciones del año.

5.3. Reciclaje

Reciclaje
Sentido de la actividad Fortalecer y potenciar la conciencia ambiental de los participantes, a través de la transformación y elaboración de estructuras con elementos reciclables. Impactando no solo en la vida de las personas sino también en su contexto.
Objetivo general Posibilitar la creatividad y el cuidado del medio ambiente, mediante la reutilización de elementos, logrando procesos de reducción y reciclaje.
Dimensiones a las que responde Bienestar material. Desarrollo personal. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.4. Artesanía

Artesanía
Sentido de la actividad Posibilitar el pensamiento artístico creativo mediante la realización de elementos artesanales, reconociendo características, utilidades y propiedades de los materiales, dándoles un sentido diferente en cada creación. De igual modo, fortalecer el manejo de la frustración, la apropiación y el cuidado de los objetos creados y la determinación frente a un objetivo específico.
Objetivo general Potenciar habilidades artísticas y creativas, desarrollando destrezas de regulación emocional.
Dimensiones a las que responde Bienestar material. Bienestar emocional.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• A partir del interés y la dedicación de las personas, se pueden estimular capacidades socio laborales.

5.5. Pintura, murales y mándalas

Pintura, Mándalas y Murales
Sentido de la actividad Posibilitar la expresión artística a partir de ideas, experiencias y conocimientos aprendidos con las técnicas pictóricas y las características propias del arte. Interviniendo en el ser individual, en su residencia y en su comunidad, propiciando espacios de regulación emocional.
Objetivo general Potenciar habilidades artísticas y creativas, desarrollando destrezas de regulación emocional.
Dimensiones a las que responde Desarrollo personal. Bienestar emocional. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• A partir del interés y la dedicación de las personas, se pueden estimular capacidades socio laborales.• Es importante durante esta actividad organizar y ambientar los espacios, cuidando los lugares y a las personas mediante el uso de delantales y plásticos para el piso y las paredes.

5.6. Yoga

Yoga
Sentido de la actividad Posibilitar habilidades emocionales a través de la relación cuerpo – mente, realizando ejercicios, movimientos y posturas que llevarán a un reconocimiento del cuerpo, de sus funciones y de sus potencialidades. Trabajando la meditación, la respiración y la relajación, con el objetivo de canalizar sentimientos e ideas.
Objetivo general Cuidar y fortalecer el cuerpo, la mente y el espíritu, canalizando emociones, potenciando el desarrollo personal.
Dimensiones a las que responde Bienestar Físico. Bienestar emocional. Desarrollo personal. Autodeterminación.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• Las actividades deben estar pensadas para cada estación del año.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.7. Danzas del mundo

Danzas del mundo
Sentido de la actividad Impactar el interés cultural de los participantes tanto a nivel individual como grupal, enriqueciendo sus habilidades cognitivas, físicas y emocionales desde el aprendizaje de diferentes danzas del mundo, reconociendo el cuerpo en sus múltiples expresiones.
Objetivo general Potenciar el reconocimiento corporal, el trabajo en equipo y el respeto del espacio del otro, mediante el aprendizaje de diferentes danzas.
Dimensiones a las que responde Bienestar físico. Bienestar emocional. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.8. Fútbol o baby fútbol

Fútbol o Baby Fútbol
Sentido de la actividad Impactar desde el interés deportivo tanto a nivel individual como grupal con un enfoque formativo y recreativo a los participantes de la actividad, enriqueciendo habilidades cognitivas, físicas y emocionales desde el aprendizaje de dinámicas y aspectos propios del fútbol, ocupando y fortaleciendo el ocio y el tiempo libre al reforzar hábitos positivos dentro de la cotidianidad de las personas, utilizando las habilidades motrices básicas y específicas.
Objetivo general Fomentar las habilidades sociales, el trabajo en equipo y la regulación emocional mediante el reconocimiento y aprendizaje de aspectos propios del fútbol.
Dimensiones a las que responde Bienestar Físico. Bienestar emocional. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Las actividades deben estar pensadas para cada estación del año.• Se tiene como idea, conformar un equipo de fútbol por residencia logrando que participen en torneos inter residenciales de Coanil o externos a la institución.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.9. Baile entretenido

Baile Entretenido
Sentido de la actividad Posibilitar espacios de esparcimiento, fortaleciendo el bienestar emocional y las relaciones personales a través del baile y la expresión corporal. Impactando no solo a los participantes de la actividad sino también a los equipos de las residencias.
Objetivo general Fortalecer capacidades corporales y habilidades emocionales mediante la relación con el contexto y con las personas que hacen parte de él.
Dimensiones a las que responde Bienestar físico. Bienestar emocional. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.10. Boccia

Boccia
Sentido de la actividad Impactar a nivel corporal y emocional a los participantes, reconociendo sus capacidades y potencialidades dentro del equipo. Logrando la participación y desarrollo en comunidad, mientras se fortalece la psicomotricidad, coordinación, el trabajo colaborativo y el desarrollo de cada persona, potenciando habilidades emocionales.
Objetivo general Fortalecer la conexión con el medio, compartiendo con otros, logrando propósitos específicos, enriqueciendo la concentración y el trabajo en equipo.
Dimensiones a las que responde Bienestar Físico. Relaciones personales. Desarrollo personal. Inclusión social.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Las actividades deben estar pensadas para cada estación del año.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• Se tiene como idea, conformar un equipo de boccia por residencia logrando que participen en torneos inter residenciales de Coanil o externos a la institución.

5.11. Teatro

Teatro
Sentido de la actividad Posibilitar la expresión artística a partir del cuerpo, la gestualidad y la puesta en escena de sentimientos, situaciones y personajes parte de la cotidianeidad de las personas.
Objetivo general Potenciar habilidades artísticas y creativas, desarrollando destrezas de regulación emocional.
Dimensiones a las que responde Autodeterminación. Bienestar emocional. Relaciones personales.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• A partir del interés y la dedicación de las personas, se pueden estimular habilidades para participar en el teatro constantemente.

5.12. Expresión corporal

Expresión Corporal
Sentido de la actividad Posibilitar mediante los sentidos, la percepción y el uso del cuerpo la expresión de sentimientos, sensaciones e ideas, creando una conexión con el entorno, las personas que se encuentran en él y los objetos que se utilicen dentro de las experiencias vividas.
Objetivo general Potenciar diferentes lenguajes expresivos a través del cuerpo, la conexión con el medio y el reconocimiento del mundo, sus sonidos, objetos y seres.
Dimensiones a las que responde Bienestar físico. Desarrollo personal. Bienestar emocional.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades de cada residencia.En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.Es importante durante esta actividad organizar y ambientar los espacios, cuidando los lugares y a las personas.

5.13. Atletismo

Atletismo
Sentido de la actividad Impactar desde el interés deportivo tanto a nivel individual como grupal con un enfoque formativo, recreativo y competitivo a los participantes de la actividad, enriqueciendo habilidades cognitivas, físicas y emocionales desde el aprendizaje de las modalidades propias del atletismo, ocupando y fortaleciendo el ocio y el tiempo libre al reforzar hábitos positivos dentro de la cotidianidad de las personas, utilizando las habilidades motrices básicas y específicas.
Objetivo general Fortalecer habilidades físicas mediante las condiciones y modalidades del atletismo.
Dimensiones a las que responde Bienestar Físico. Bienestar emocional. Desarrollo personal.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.Las actividades deben estar pensadas para cada estación del año.Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.

5.14. Caminata, senderismo o Trekking

Caminata, senderismo o trekking
Sentido de la actividad Impactar a nivel deportivo y ambiental, enriqueciendo habilidades cognitivas, físicas y emocionales a partir de la conexión con la naturaleza, la activación física y el establecimiento de objetivos de acuerdo con los intereses y la complejidad que quiera tener cada participante. Ocupando y fortaleciendo el ocio y el tiempo libre, al reforzar hábitos positivos dentro de la cotidianidad de las personas.
Objetivo general Adquirir conciencia ambiental y deportiva mediante la activación física y emocional.
Dimensiones a las que responde Bienestar físico. Relaciones personales. Desarrollo personal.
Observaciones generales
<ul style="list-style-type: none">• Las sesiones son flexibles, se pueden mover o aplicar de acuerdo con las necesidades y características del grupo de participantes.• En cada sesión se deben realizar pausas activas, permitiendo el descanso de las personas.• Las actividades deben estar pensadas para cada estación del año.• Se tiene como idea, invitar personas que puedan enriquecer la actividad o ir a eventos que se relacionen con su objetivo.• Es clave dentro de esta actividad el manejar las variables (intensidad y complejidad de los ejercicios planeados, predisponer el clima y realizar los avisos correspondientes).• Se debe tener un protocolo de seguridad establecido: llevar los botiquines de emergencia a cada salida, tener las autorizaciones formales de las entidades de seguridad, avisar a los carabineros o guarda parques lo que se va a hacer, poseer los números de emergencia en todo momento.



06

Una evaluación que valora la evolución

“Esta metodología de evaluación, como un medio para crear cultura desde el pensar y actuar en el mundo moderno, permitirá una reflexión sobre cómo se construye el ser humano, generando formas de análisis y sistematización de la información, contextualizadas a las características de la población y de su entorno” (Laverde, 2019).

La evaluación como un “proceso contextualizado y sistematizado, intencionalmente diseñado y técnicamente fundamentado, de recopilación de información relevante, fiable, y válida, que permita emitir un juicio valorativo en función de los criterios previamente determinados como base para la toma de decisiones” (Fernández, 2006, p. 1), ocupa un papel primordial dentro del Programa de Ocio y Tiempo Libre.

Durante su desarrollo, se analizará la pertinencia de las propuestas, de los objetivos y de los roles. Esto, con el propósito de tomar decisiones acertadas durante el primer año, determinando qué aspectos deben transformarse o establecerse para posibilitar la evolución de las personas con discapacidad intelectual.

De esta manera, el abanico de actividades, las herramientas, los apoyos utilizados y el enfoque actual del programa podrá modificarse desde la información que se vaya recolectando, logrando una reflexión teórico práctica sobre cómo se desarrollarán los procesos de ocio y tiempo libre dentro de cada residencia.

Para alcanzar este objetivo, se utilizarán instrumentos de evaluación cualitativos y cuantitativos, conectando y analizando las múltiples experiencias, actividades, situaciones y actuaciones que se vivan dentro de la realidad del programa.

Esta metodología de evaluación, como un medio para crear cultura desde el pensar y actuar en el mundo moderno, permitirá una reflexión sobre cómo se construye el ser humano, generando formas de análisis y sistematización de la información, contextualizadas a las características de la población y de su entorno.

En relación con lo anterior, se utilizará la evaluación cualitativa para valorar los progresos y los acompañamientos humanos, de forma holística y detallada, respondiendo al porqué del programa y estableciendo nuevas dinámicas de trabajo.

Igualmente, se hará una evaluación cuantitativa desde escalas de apreciación, utilizando cuatro variables de análisis para lograr un mayor grado de precisión dentro de las decisiones que se tomen, para enriquecer o reforzar las diferentes propuestas.

Todo esto, desde un proceso coevaluativo en el cual las actuaciones y transformaciones que se realicen, estén cargadas de reflexiones objetivas y conscientes, logrando un trabajo colaborativo e intencional por parte de todas las personas que participan dentro del programa. Dichos parámetros, salen del estatus quo, reconociendo capacidades y avances apropiados al contexto de cada grupo de participantes.

Lo anterior, estará apoyado por la observación que se realice desde el área técnica ocupacional

durante la implementación de las actividades. La información recolectada durante estos momentos, estará sistematizada en una matriz de observación, (**ver anexo 6**) en la cual se recopilan las acciones a evaluar en los monitores y terapeutas ocupacionales, reconociendo su trabajo y enriqueciendo las habilidades que puedan visualizarse como una oportunidad de mejora.

Dentro de esta propuesta, se establecen catorce indicadores (**ver tabla 1**) para valorar las habilidades y los progresos de los participantes, impactando de manera significativa en su autoestima y en la transformación de paradigmas en torno a las potencialidades que tienen las personas con discapacidad intelectual.

Para esto, se analizan las acciones específicas que dan estructura a cada indicador mediante una escala de apreciación, (**ver tabla 2 a 15**) convirtiéndose en una guía que favorece estratégica y sistematizadamente a los apoyos.

Tal valoración, podrá identificarse en una matriz de evolución, (**ver anexo 7**) en la cual se detallarán los progresos y las fortalezas que se vayan observando en cada persona que vive en las residencias, exponiendo también las acciones

a transformar en el momento que alguna propuesta no responda a sus necesidades.

Así mismo, se utilizará el portafolio de evidencias como instrumento de evaluación, recolectando información sobre el desarrollo de los procesos y sobre la incidencia que tienen las diferentes actividades en los participantes.

Esta recopilación, dará a conocer los esfuerzos, logros y transformaciones mediante registros fotográficos (**ver anexo 10**) y de participación (**ver anexo 5**), reflexiones en torno a las experiencias que se vivan en cada sesión (**ver anexo 2.1**) e identificación de los objetivos logrados (**ver anexo 2**).

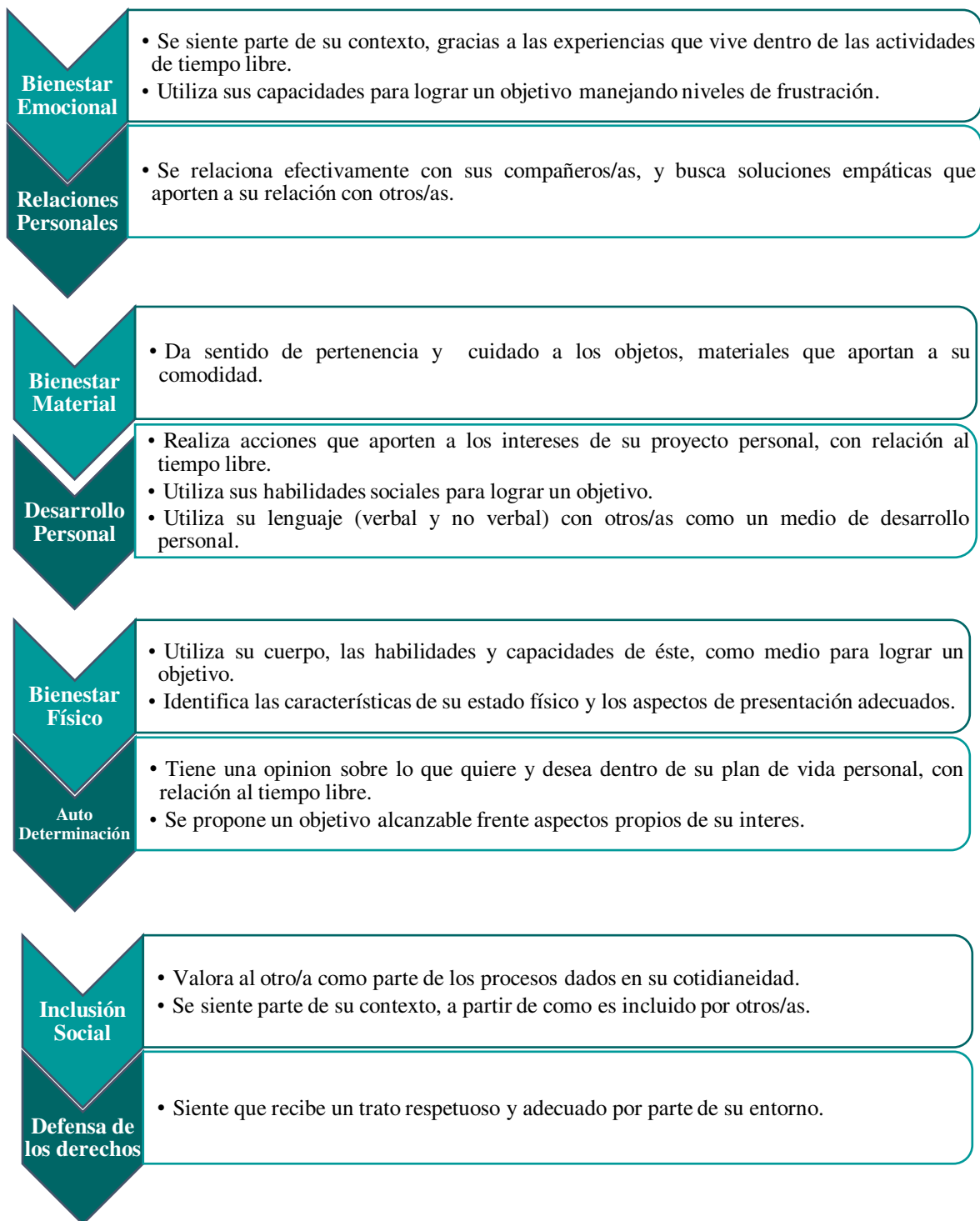


Tabla 1. Indicadores para las personas.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Emocional Indicador 1	Acciones Específicas
	Expresa mediante emociones la satisfacción o insatisfacción que tiene sobre una acción o actividad.
Se siente parte de su contexto, gracias a las experiencias que vive dentro de las actividades de tiempo libre.	Avanza en el manejo de las emociones a partir de experiencias externas que puedan afectar su bienestar.

Tabla 2. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Emocional Indicador 2	Acciones Específicas
	Muestra un avance o progreso en la realización de una actividad o acción específica.
Utiliza sus capacidades para lograr un objetivo manejando niveles de frustración.	Utiliza sus capacidades en la realización de una actividad o acción.
	Identifica un límite desde lo que le gusta, para no interferir con otras actividades parte de su rutina.
	Muestra un avance en el manejo del estrés o de la frustración al realizar una actividad o acción.

Tabla 3. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Relaciones Personales Indicador 1	Acciones Específicas
	Trata bien a sus compañeros/as aun en las diferencias que pueda tener con ellos/as.
Se relaciona efectivamente con sus compañeros/as, y busca soluciones empáticas que aporten a su relación con otros/as.	Respeta el espacio personal de sus compañeros/as.
	Tiene una buena comunicación con sus compañeros/as, cuando desea algo o no le agrada alguna cosa/situación.
	Se integra con sus compañeros/as en las actividades.

Tabla 4. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Material Indicador 1	Acciones Específicas
	Reconoce los elementos u objetos de su entorno o de las actividades en las que participa.
Da sentido de pertenencia y cuidado a los objetos, materiales que aportan a su comodidad.	Cuida los elementos u objetos que hacen parte de su entorno.
	Tiene un sentido de pertenencia con sus objetos personales.
	Cuida los materiales que se utilizan en las actividades de tiempo libre, ya que estos aportan a su aprendizaje y comodidad.

Tabla 5. Escala de apreciación – Bienestar Material, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 1	Acciones Específicas
	Tiene motivación al realizar una actividad o acción específica.
Realiza acciones que aporten a los intereses de su proyecto personal, con relación al tiempo libre.	Participa en actividades de su interés.
	Exponen otros intereses desde las actividades o acciones que realicen.

Tabla 6. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 2	Acciones Específicas
Utiliza sus habilidades sociales para lograr un objetivo.	Participa en actividades con otros/as personas.
	Respeto en las actividades de tiempo libre, los ritmos de trabajo de otros/as.
	Reconoce o manifiesta lo que ha logrado desde lo que le gusta y no le gusta. Manifiesta de buena manera a otros/as lo que le gusta, no le gusta o desea hacer.

Tabla 7. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 3	Acciones Específicas
Utiliza su lenguaje (verbal y no verbal) con otros/as como un medio de desarrollo personal.	Tiene un lenguaje de comunicación verbal o no verbal.
	Expone con su lenguaje lo que es de su interés/agrado y lo que no. Se relaciona con otros/as mediante su lenguaje, y esto aporta a su desarrollo personal.

Tabla 8. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 3.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Físico Indicador 1	Acciones Específicas
Utiliza su cuerpo, las habilidades y capacidades de éste, como medio para lograr un objetivo.	Sabe cuáles son las partes de su cuerpo.
	Utiliza las partes de su cuerpo para realizar una actividad o acción.
	Utiliza su cuerpo para comunicar algo. Cuida su cuerpo y su postura.

Tabla 9. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Físico Indicador 2	Acciones Específicas
Identifica las características de su estado físico y los aspectos de presentación adecuados.	Identifica si está limpio, sucio o con las condiciones de presentación adecuadas para realizar una actividad.
	Identifica cuando presenta algún malestar o molestia.
	Expone si quiere realizar o no una actividad, a partir de cómo se encuentra su estado físico.
	Va identificando las características de su estado físico o las condiciones de presentación, que debe tener para realizar una actividad específica.

Tabla 10. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Autodeterminación Indicador 1	Acciones Específicas
Tiene una opinión sobre lo que quiere y desea dentro de su plan personal, con relación al tiempo libre.	Sabe que actividades de tiempo libre le gustan y agradan.
	Sabe que actividades de tiempo libre no le gustan o agradan.
	Expone de manera verbal o no verbal las actividades de tiempo libre que le gustan o agradan.
	Expone de manera verbal o no verbal las actividades de tiempo libre que no le gustan o agradan.

Tabla 11. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Autodeterminación Indicador 2	Acciones Específicas
Se propone un objetivo alcanzable frente aspectos propios de su interés.	Empieza a adquirir un hábito a partir de las experiencias que vive en las actividades de tiempo libre.
	Se apropia de los espacios que hacen parte de su tiempo libre.

Tabla 12. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Inclusión Social Indicador 1	Acciones Específicas
Valora al otro/a como parte de los procesos dados en su cotidianidad.	Respeto los momentos personales de otros/as, aun cuando quiere compartir.
	Comparte de manera intencionada con otros/as.
	Trabaja en equipo.

Tabla 13. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Inclusión Social Indicador 2	Acciones Específicas
Se siente parte de su contexto, a partir de cómo es incluido por otros/as.	Sabe que puede participar en actividades de tiempo libre que sean de su interés.
	Tiene relación con personas o espacios que aportan a su plan personal, en relación con su tiempo libre.

Tabla 14. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Defensa de Derechos Indicador 1	Acciones Específicas
Siente que recibe un trato respetuoso y adecuado por parte de su entorno.	Es apoyado y recibe las ayudas necesarias para lograr una actividad o acción.
	Se siente escuchado y respetado.
	Sabe que sus opiniones e intereses son tenidos en cuenta.

Tabla 15. Escala de apreciación – Defensa de los Derechos, indicador 1.

De igual modo, desde el fortalecimiento y la resignificación de las prácticas, los apoyos como red de acompañamiento, tienen un papel importante dentro de los procesos de evaluación, estableciendo unos criterios (**ver tabla 16**) para analizar su rol al reconocer capacidades, identificar oportunidades de mejora y valorar el impacto que tiene su trabajo.

Cada parámetro tendrá una escala de apreciación, (**ver tabla 17 a 31**) que detallará las acciones a tener en cuenta en los diversos procedimientos que se realicen, encasillando la evaluación en cuatro niveles: **siempre, casi siempre, a veces y nunca** desde una matriz de autoevaluación (**ver anexo 8**).

Lo anterior, como respuesta al pensamiento de Verdugo (2009) cuando establece que, “los apoyos o ayudas individuales que necesita cada persona deben ser evaluados con la máxima precisión y revisados con frecuencia por los equipos interdisciplinarios... prestando gran atención a otras dimensiones del comportamiento del individuo que se manifiestan a través del modelo de calidad de vida”.

Dado que, la evaluación entra a jugar un papel significativo, al conectar a los diferentes actores trabajando en pro de un objetivo en común, se realizará bimensualmente por residencia un grupo focal creando líneas de comunicación continuas y objetivas, que generen datos desde las distintas

experiencias y aprendizajes que se vivan en la implementación del programa.

Esta herramienta cualitativa será planeada y pertinente a cada contexto, buscando desde la discusión colectiva una interacción directa entre los participantes, identificando las diversas estrategias, metodologías de trabajo y motivaciones que tienen los apoyos.

Simultáneamente, se realizarán entrevistas a las personas (**ver anexo 9**), para recabar información desde cada dimensión que se esté valorando. Esto, como factor principal para escuchar y apreciar las opiniones, perspectivas y posiciones que tienen sobre el papel que realizan los apoyos, y sobre el interés frente a las actividades propuestas por el programa.

Por consiguiente, la evaluación se convierte en el eje de análisis, exposición y sistematización de la información, al detallar las fortalezas y debilidades con el propósito de realizar cambios significativos, logrando un avance dentro del trabajo realizado con las personas que viven en las residencias.

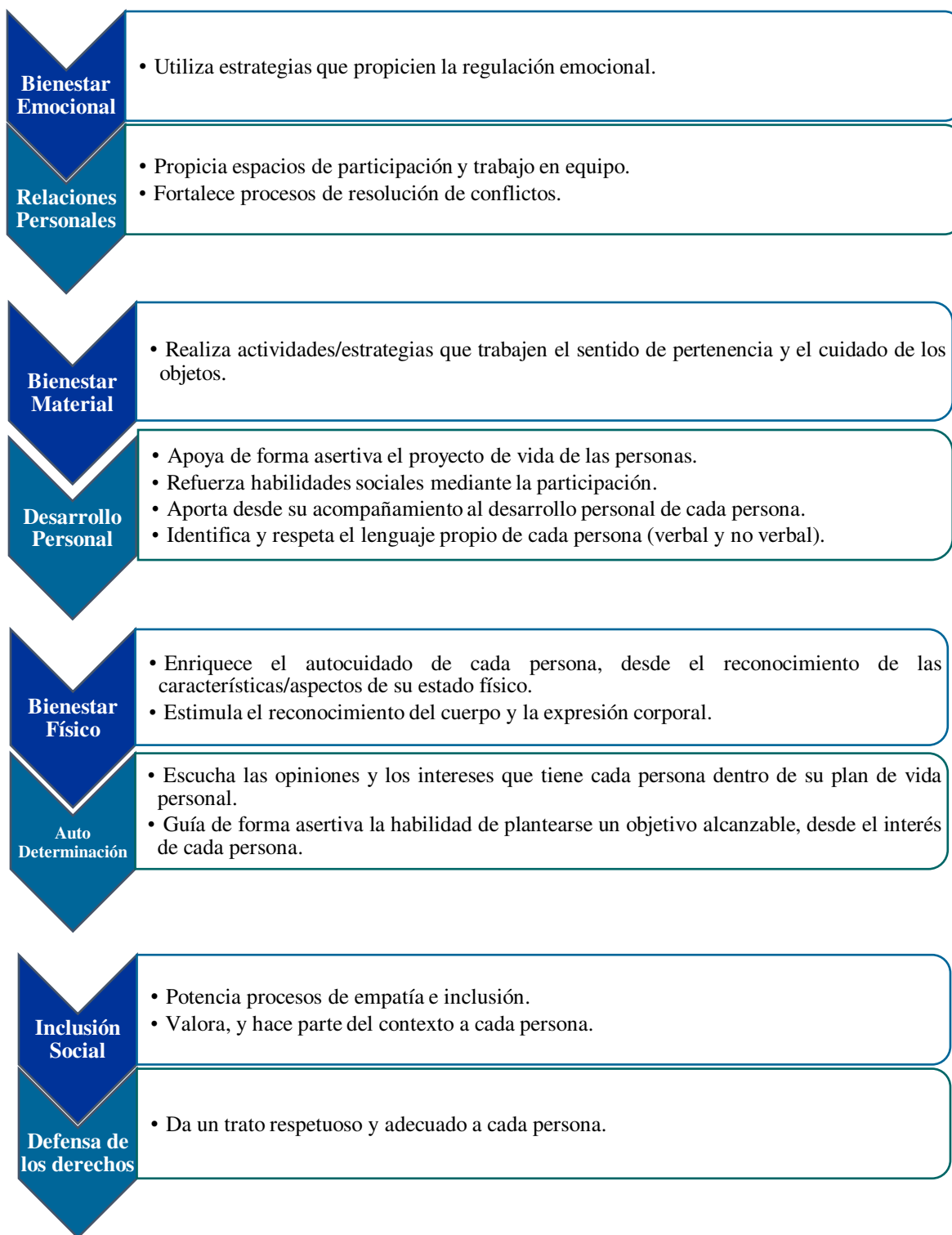


Tabla 16. Indicadores para los apoyos.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Emocional Indicador 1	Acciones Específicas
	Potencia las capacidades de las personas para realizar una acción o actividad.
Utiliza estrategias que propicien la regulación emocional.	Respeto los tiempos y ritmos de cada persona aportando al manejo de los niveles de estrés y frustración.
	Reconoce y valora los avances, progresos de las personas.
	Identifica por qué una persona desea o no hacer una actividad o acción.
	Comunica a las personas el sentido de las actividades o del porque es importante participar/realizar alguna acción.

Tabla 17. Escala de apreciación – Bienestar Emocional, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Relaciones Personales Indicador 1	Acciones Específicas
Propicia espacios de participación y trabajo en equipo.	Realiza estrategias o actividades para trabajar el respeto a la diferencia.
	Guía y acompaña mediante estrategias o actividades el respeto del espacio personal de los otros/as.

Tabla 18. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Relaciones Personales Indicador 2	Acciones Específicas
Fortalece procesos de resolución de conflictos.	Posibilita espacios de reconocimiento de emociones tanto personales como grupales.
	Guía a las personas para que manifiesten sucesos o situaciones en la que se presente un conflicto.
	Es un mediador cuando se presenta un conflicto entre las personas, para que este se resuelva de forma efectiva.

Tabla 19. Escala de apreciación – Relaciones Personales, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Material Indicador 1	Acciones Específicas
Realiza actividades, estrategias que trabajen el sentido de pertenencia y el cuidado de los objetos.	Fortalece el cuidado y el sentido de pertenencia de los objetos o materiales que se relacionen con las actividades de tiempo libre.
	Da un uso adecuado a los materiales que le son entregados para las actividades de ocio y tiempo libre.

Tabla 20. Escala de apreciación – Bienestar Material, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 1	Acciones Específicas
Apoya de forma asertiva el proyecto de cada persona, en lo que tiene que ver con el tiempo libre.	Brinda y gestiona actividades de tiempo libre que respondan a los intereses de cada persona.
	Motiva e incentiva a las personas a participar en actividades de tiempo libre que sean de su interés.
	Brinda procesos de participación que respondan a las capacidades y oportunidades de las personas.

Tabla 21. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 2	Acciones Específicas
Refuerza habilidades sociales mediante la participación.	Crea experiencias y espacios de participación entre las personas, enriqueciendo el uso de habilidades sociales.
	Brinda espacios seguros y confortables de motivación, escucha y respeto por los deseos de las personas.
	Abre espacios en los cuales las personas manifiestan lo que les gusta, no les gusta y desean hacer.

Tabla 22. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 3	Acciones Específicas
Aporta desde su acompañamiento al desarrollo personal de cada persona.	Incentiva y reconoce los logros de las personas, acompañando las oportunidades de mejora.
	Reconoce, respeta y trabaja según el ritmo de cada persona.
	Utiliza estrategias de autocuidado que enriquezcan el desarrollo personal.
	Brinda un acompañamiento constante a cada persona, desde sus emociones.

Tabla 23. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 3.

Escala de Apreciación Dimensión Desarrollo Personal Indicador 4	Acciones Específicas
Identifica y respeta el lenguaje propio de cada persona (verbal y no verbal).	Identifica y entiende el lenguaje de cada persona, ya sea verbal o no verbal.
	Realiza actividades que tienen en cuenta el lenguaje propio de cada persona.
	Respeta y escucha lo que expresa cada persona con su lenguaje.
	Utiliza estrategias comunicativas en el que se tienen en cuenta los diferentes lenguajes de expresión.

Tabla 24. Escala de apreciación – Desarrollo Personal, indicador 4.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Físico Indicador 1	Acciones Específicas
Estimula el reconocimiento del cuerpo y la expresión corporal.	Realiza actividades de reconocimiento corporal y lo refuerza constantemente.
	Permite la realización de una actividad o acción utilizando diferentes partes del cuerpo según las características de cada persona.
	Utiliza estrategias de expresión corporal.

Tabla 25. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Bienestar Físico Indicador 2	Acciones Específicas
Enriquece el autocuidado de cada persona, desde el reconocimiento de las características, aspectos de su estado físico.	Trabaja el cuidado de la postura y del cuerpo.
	Guía el reconocimiento del estado físico del cuerpo (malestar, molestia, etc.) y de la presentación personal (si está limpio, sucio, etc.) de cada persona.
	Presta atención al estado físico de cada persona y a su presentación personal.
	Tiene en cuenta las condiciones físicas de cada persona para realizar una actividad o acción específica.

Tabla 26. Escala de apreciación – Bienestar Físico, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Autodeterminación Indicador 1	Acciones Específicas
Escucha las opiniones y los intereses que tiene cada persona dentro de su plan personal.	Escucha y prioriza los intereses de cada persona con relación a su tiempo libre.
	Respeto aquello que no es del agrado de la persona.
	Toma decisiones en torno a lo que expresa cada persona dentro de su plan personal.

Tabla 27. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Autodeterminación Indicador 2	Acciones Específicas
Guía de forma asertiva la habilidad de plantearse un objetivo alcanzable, desde el interés de cada persona.	Establece objetivos dentro de las actividades de tiempo libre que respondan a los intereses y planes de cada persona.
	Utiliza estrategias para que las personas se apropien de las actividades.
	Brinda experiencias enriquecedoras durante las actividades.

Tabla 28. Escala de apreciación – Autodeterminación, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Inclusión Social Indicador 1	Acciones Específicas
Potencia procesos de empatía e inclusión.	Fomenta el trabajo en equipo desde una participación respetuosa.
	Crea ambientes intencionados de participación.
	Enseña y guía a individuos externos a valorar y respetar a cada persona.
	Utiliza estrategias para trabajar la empatía.

Tabla 29. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 1.

Escala de Apreciación Dimensión Inclusión Social Indicador 2	Acciones Específicas
Valora, y hace parte del contexto a cada persona.	Respetar a cada persona tal y como es.
	Enseñar a cada persona cuáles son sus posibilidades y oportunidades.
	Gestionar y crear redes con otros contextos en los cuales puedan participar las personas, siendo respetadas y reconocidas.

Tabla 30. Escala de apreciación – Inclusión Social, indicador 2.

Escala de Apreciación Dimensión Defensa de los Derechos Indicador 1	Acciones Específicas
Da un trato respetuoso y adecuado a cada persona.	Respetar a cada una de las personas con las que trabaja.
	Escuchar y trabajar en torno a mejorar la calidad de vida de las personas.
	Apoyar y entregar las ayudas necesarias para lograr una actividad o acción.
Tiene como objetivo principal los intereses de cada persona.	

Tabla 31. Escala de apreciación – Defensa de los derechos, indicador 1.



07

Conclusiones y recomendaciones

“Para muchos de nosotros es un lujo contar, durante el día, con un tiempo propio en el que podamos tumbarnos y reflexionar. Esos son, por lo que respecta a la creatividad, algunos de los momentos más valiosos de nuestra jornada” (Daniel Goleman, 2013).

7.1. Conclusiones

Trabajar el ocio y el tiempo libre desde la PCP en personas con discapacidad intelectual institucionalizadas, permite un empoderamiento de estas al reconocer sus intereses y metas.

Dentro del contexto de residencias, es importante definir y enfocar los roles y objetivos que tienen los apoyos.

Reconocer a las personas como seres multidimensionales desde la propuesta del Modelo de Calidad de Vida, logra el fortalecimiento y potenciamiento de habilidades físicas, cognitivas, comunicativas y emocionales.

Una de las premisas más significativas con relación a la discapacidad intelectual, está en comprender que las limitaciones nacen y se dan en el contexto y no en la persona (AAIDD, 2010, p. 25), razón por la cual, al trabajar desde un enfoque de derechos se acerca a los seres humanos a una participación inclusiva.

Las actividades de ocio y tiempo libre, deben tener un significado y una importancia dentro del desarrollo de las personas con discapacidad intelectual, ya que esto permite un impacto positivo en las demás áreas de su vida.

Se deben tener objetivos claros y contextualizados dentro del diseño y el desarrollo de las actividades de ocio y tiempo libre.

Desde el enfoque del Programa de Ocio y Tiempo Libre, es importante registrar de manera continua la información que se va obteniendo dentro del trabajo realizado, utilizando instrumentos claros, flexibles y dinámicos.

Uno de los aspectos más importantes y rigurosos que se deben tener en cuenta durante la creación e implementación de las actividades de ocio y tiempo libre, tiene que ver con el trabajo articulado de los apoyos, logrando una mayor participación de las personas desde la exigencia profesional.

La utilización de estrategias y herramientas visuales evidencia un impacto importante en los participantes.

Se deben respetar los ritmos de desarrollo de actividades de ocio y tiempo libre de los participantes, valorando los procesos más que los resultados.

Los apoyos que se brinden, deben estar basados en un compromiso y una exigencia profesional constante y contextualizada a las necesidades e intereses de las personas con discapacidad intelectual.

Se debe trabajar desde una evaluación más cualitativa que cuantitativa, logrando el reconocimiento de las habilidades y avances de las personas.

7.2. Recomendaciones

Se recomienda trabajar en la independencia, la autonomía y el reconocimiento de las capacidades de las personas con discapacidad intelectual.

Es clave fortalecer y apoyar a los profesionales en comprender qué tipo de propuestas y actividades se deben realizar con las personas con discapacidad intelectual, logrando que estas sean contextualizadas y pertinentes a sus necesidades e intereses.

Es importante, evaluar y reconocer el avance y trabajo de las personas y de los apoyos brindados desde las diferentes dimensiones que hacen parte del Modelo de Calidad de Vida.

Es importante fortalecer y potenciar la empatía, la flexibilidad y el reconocimiento del otro en los apoyos brindados.

Se debe reforzar el trabajo en equipo hacia un objetivo en común.

Se debe apuntar, a que todas las actividades de ocio y tiempo libre en las que participen las personas con discapacidad intelectual, se realicen fuera de las residencias.

Uno de los retos más significativos que se tiene de ahora en adelante, consiste en acercar a las

personas a nuevos conocimientos relacionados con el ocio y el tiempo libre, expandiendo la gama de experiencias que han tenido a lo largo de su vida.

Se debe realizar una revisión constante de lo diseñado, trabajando con flexibilidad y dinamismo en las necesidades de las personas y de los apoyos.

Es clave para el Programa de Ocio y Tiempo Libre realizar capacitaciones y encuentros constantes entre los profesionales, en los cuales se puedan compartir experiencias, conocimientos y metodologías de trabajo, analizando las fortalezas y desafíos que se tienen dentro del contexto de residencias.

Es clave a la hora de trabajar, centrarse en el autocuidado y en la vivencia de experiencias cargadas de empatía y creatividad.

Anexos

Anexo 1. Ficha de intereses de cada persona.

¿CUÁLES SON TUS INTERESES?			
Fecha:		Unidad:	
Nombre de la persona:			
Nombre del responsable:			
Intereses propios de la persona:			
Otras propuestas			
Huerto		Caminata, senderismo o trekking	
Yoga		Reciclaje	
Cocina saludable		Fútbol o baby fútbol	
Danzas del mundo		Boccia	
Expresión corporal		Atletismo	
Teatro		Bordado	
Pintura, murales y mándalas		Baile Entretenido	
Scout		Artesanía	
Hay alguna otra actividad que te interesa y no está aquí ¿Cuál/es es/son?:			

Anexo 1.1. Infografías para la proposición de actividades.





Anexo 2. Formato general de las actividades.

Nombre de la actividad	
Sentido de la actividad ¿Qué se desea obtener con ella y hacia a que apunta?	
Objetivo general Respondiendo al modelo de calidad de vida	
Dimensiones a las que responde Perteneientes al modelo de calidad de vida	
Observaciones generales	
<ul style="list-style-type: none"> • Con relación a la actividad, sus características y participantes. 	

Anexo 2.1. Formato de sesiones.

Número de la sesión – Nombre de la sesión	
Fecha:	Duración:
Dimensión a la que responde Perteneiente al modelo de calidad de vida	Objetivos específicos de la actividad
Objetivo específico de la dimensión	
Descripción de la actividad: Se exponen los ejercicios y experiencias a realizar	
Materiales	
•	•
Análisis de la actividad Se detallan los momentos, situaciones y evoluciones que se dan en la sesión	

Anexo 3. Carta Gantt de las actividades.

Carta Gantt Mensual																																								
Nombre de la residencia:																																								
Mes:																																								
Actividad	Día del mes en el que se realizara la actividad																																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31									

Se utilizarán dos colores para conocer el estado de las actividades, estos son:

Actividad realizada  Actividad en proceso  Actividad no realizada 

Anexo 4. Formato de inscripción a cada actividad.

Participantes de la actividad	
Responsable de la actividad:	
Cargo:	
Fecha:	
Nombre de la actividad:	
Personas inscritas a la actividad	
Nombre	Edad

Anexo 5. Formato de asistencia.

Participantes de la sesión		
Responsable:		
Cargo:		
Fecha:		
Nombre de la actividad:		
Número de la sesión:		
Asistencia		
Nombre	Ausente/presente	Observaciones

Anexo 6. Matriz de observación.

Matriz de Observación							
<p>La siguiente matriz, permitirá al área técnica ocupacional recopilar información para indagar de manera cualitativa y cuantitativa el funcionamiento de los profesionales que están involucrados dentro del Programa de Ocio y Tiempo Libre.</p> <p>Para esto, se utilizan los indicadores y las acciones específicas creadas para conocer el impacto y progreso de su trabajo en torno a las dimensiones del modelo de calidad de vida, desde cuatro niveles: Siempre (S) – Casi siempre (CS) – A veces (AV) – Nunca (N).</p>							
Dimensión	Indicador	Acciones Específicas	S	CS	AV	N	Observaciones
Bienestar Emocional	Utiliza estrategias que propicien la regulación emocional.	Trabaja el reconocimiento y la expresión de las diferentes emociones mediante actividades o acciones.					
		Potencia las capacidades de las personas para realizar una acción o actividad.					
		Respeto los tiempos y ritmos de cada persona aportando al manejo de los niveles de estrés y frustración.					
		Reconoce y valora los avances, progresos de las personas.					
		Identifica por qué una persona desea o no hacer una actividad o acción.					
		Comunica a las personas el sentido de las actividades o del porque es importante participar/realizar alguna acción.					
Relaciones Personales	Propicia espacios de participación y trabajo en equipo.	Tiene en cuenta la participación de todas las personas.					
		Realiza estrategias o actividades para trabajar el respeto a la diferencia.					
		Guía y acompaña mediante estrategias o actividades el respeto del espacio personal de los otros/as.					

	Fortalece procesos de resolución de conflictos.	Utiliza estrategias de comunicación asertiva y efectiva entre las personas.				
		Posibilita espacios de reconocimiento de emociones tanto personales como grupales.				
		Guía a las personas para que manifiesten sucesos o situaciones en la que se presente un conflicto.				
		Es un mediador cuando se presenta un conflicto entre las personas, para que este se resuelva de forma efectiva.				
Bienestar Material	Realiza actividades/estrategias que trabajen el sentido de pertenencia y el cuidado de los objetos.	Reconoce los elementos u objetos de su entorno o de las actividades en las que participa.				
		Fortalece el cuidado y el sentido de pertenencia de los objetos o materiales que se relacionen con las actividades de tiempo libre.				
		Da un uso adecuado a los materiales que le son entregados para las actividades de ocio y tiempo libre.				
Desarrollo Personal	Apoya de forma asertiva el proyecto de vida de las personas.	Brinda y gestiona actividades de tiempo libre que respondan a los intereses de cada persona.				
		Motiva e incentiva a las personas a participar en actividades de tiempo libre que sean de su interés.				
		Brinda procesos de participación que respondan a las capacidades y oportunidades de las personas.				
	Refuerza habilidades sociales mediante la participación.	Crea experiencias y espacios de participación entre las personas, enriqueciendo el uso de habilidades sociales.				

		Brinda espacios seguros y confortables de motivación, escucha y respeto por los deseos de las personas.				
		Abre espacios en los cuales las personas manifiestan lo que les gusta, no les gusta y desean hacer.				
	Aporta desde su acompañamiento al desarrollo personal de cada persona.	Incentiva y reconoce los logros de las personas, acompañando las oportunidades de mejora.				
		Reconoce, respeta y trabaja según el ritmo de cada persona.				
		Utiliza estrategias de autocuidado que enriquezcan el desarrollo personal.				
		Brinda un acompañamiento constante a cada persona, desde sus emociones.				
	Identifica y respeta el lenguaje propio de cada persona (verbal y no verbal).	Identifica y entiende el lenguaje de cada persona, ya sea verbal o no verbal.				
		Realiza actividades que tienen en cuenta el lenguaje propio de cada persona.				
		Respeta y escucha lo que expresa cada persona con su lenguaje.				
		Utiliza estrategias comunicativas en el que se tienen en cuenta los diferentes lenguajes de expresión.				
Bienestar Físico	Enriquece el autocuidado de cada persona, desde el reconocimiento de las características/aspectos de su estado físico.	Realiza actividades de reconocimiento corporal y lo refuerza constantemente.				
		Permite la realización de una actividad o acción utilizando diferentes partes del cuerpo según las características de cada persona.				
		Utiliza estrategias de expresión corporal.				
	Estimula el	Trabaja el cuidado de la postura y del				

	reconocimiento del cuerpo y la expresión corporal.	cuerpo.					
		Guía el reconocimiento del estado físico del cuerpo (malestar, molestia, etc.) y de la presentación personal (si está limpio, sucio, etc.) de cada persona.					
		Presta atención al estado físico de cada persona y a su presentación personal.					
		Tiene en cuenta las condiciones físicas de cada persona para realizar una actividad o acción específica.					
Autodeterminación	Escucha las opiniones y los intereses que tiene cada persona dentro de su plan de vida personal.	Escucha y prioriza los intereses de cada persona con relación a su tiempo libre.					
		Respeto aquello que no es del agrado de la persona.					
		Toma decisiones en torno a lo que expresa cada persona dentro de su plan personal.					
	Guía de forma asertiva la habilidad de plantearse un objetivo alcanzable, desde el interés de cada persona.	Establece objetivos dentro de las actividades de tiempo libre que respondan a los intereses y planes de cada persona.					
		Utiliza estrategias para que las personas se apropien de las actividades.					
		Brinda experiencias enriquecedoras durante las actividades.					
Inclusión Social	Potencia procesos de empatía e inclusión.	Fomenta el trabajo en equipo desde una participación respetuosa.					
		Crea ambientes intencionados de participación.					
		Enseña y guía a individuos externos a valorar y respetar a cada persona.					

		Utiliza estrategias para trabajar la empatía.					
	Valora, y hace parte del contexto a cada persona.	Respeto a cada persona tal y como es.					
		Enseña a cada persona cuáles son sus posibilidades y oportunidades.					
		Gestiona y crea redes con otros contextos en los cuales puedan participar las personas, siendo respetadas y reconocidas.					
Defensa de los derechos	Da un trato respetuoso y adecuado a cada persona.	Respeto a cada una de las personas con las que trabaja.					
		Escucha y trabaja en torno a mejorar la calidad de vida de las personas.					
		Apoya y entrega las ayudas necesarias para lograr una actividad o acción.					
		Tiene como objetivo principal los intereses de cada persona.					
Observaciones generales							

Anexo 7. Matriz de evolución de las personas participantes en las actividades.

Matriz de Evolución de las Personas Participantes en las Actividades							
<p>La siguiente matriz, permitirá reconocer los avances, progresos y oportunidades de mejora que tengan las personas de la unidad con relación a las actividades de tiempo libre. Esta matriz deberá aplicarse cada 3 meses de manera individual.</p> <p>Para esto, se utilizan los indicadores y las acciones específicas creadas para conocer su evolución desde las dimensiones del modelo de calidad de vida, a través de cuatro niveles: Siempre (S) – Casi siempre (CS) – A veces (AV) – Nunca (N).</p>							
Dimensión	Indicador	Acciones Específicas	S	CS	AV	N	Observaciones
Bienestar Emocional	Se siente parte de su contexto, gracias a las experiencias que vive dentro de las actividades de tiempo libre.	Expresa mediante emociones la satisfacción o insatisfacción que tiene sobre una acción o actividad.					
		Avanza en el manejo de las emociones a partir de experiencias externas que puedan afectar su bienestar.					
	Utiliza sus capacidades para lograr un objetivo manejando niveles de frustración.	Muestra un avance o progreso en la realización de una actividad o acción específica.					
		Utiliza sus capacidades en la realización de una actividad o acción.					
		Identifica un límite desde lo que le gusta, para no interferir con otras actividades parte de su rutina.					
		Muestra un avance en el manejo del estrés o de la frustración al realizar una actividad o acción.					
Relaciones Personales	Se relaciona efectivamente con sus compañeros/as, y busca soluciones empáticas que aporten a su	Trata bien a sus compañeros/as aun en las diferencias que pueda tener con ellos/as.					
		Respeto el espacio personal de sus compañeros/as.					
		Tiene una buena comunicación con sus compañeros/as, cuando desea algo o no					

	relación con otros/as.	le agrada alguna cosa/situación.					
		Se integra con sus compañeros/as en las actividades.					
Bienestar Material	Da sentido de pertenencia y cuidado a los objetos, materiales que aportan a su comodidad.	Reconoce los elementos u objetos de su entorno o de las actividades en las que participa.					
		Cuida los elementos u objetos que hacen parte de su entorno.					
		Tiene un sentido de pertenencia con sus objetos personales.					
		Cuida los materiales que se utilizan en las actividades de tiempo libre, ya que estos aportan a su aprendizaje y comodidad.					
Desarrollo Personal	Realiza acciones que aporten a los intereses de su proyecto personal, con relación al tiempo libre.	Tiene motivación al realizar una actividad o acción específica.					
		Participa en actividades de su interés.					
		Exponen otros intereses desde las actividades o acciones que realicen.					
	Utiliza sus habilidades sociales para lograr un objetivo.	Participa en actividades con otros/as personas.					
		Respeto en las actividades de tiempo libre, los ritmos de trabajo de otros/as.					
		Reconoce o manifiesta lo que ha logrado desde lo que le gusta y no le gusta.					
		Manifiesta de buena manera a otros/as lo que le gusta, no le gusta o desea hacer.					
	Utiliza su lenguaje (verbal y no verbal) con otros/as como un medio de desarrollo	Tiene un lenguaje de comunicación verbal o no verbal.					
		Expone con su lenguaje lo que es de su interés/agrado y lo que no.					
		Se relaciona con otros/as mediante su lenguaje, y esto aporta a su desarrollo					

	personal.	personal.						
Bienestar Físico	Utiliza su cuerpo, las habilidades y capacidades de éste, como medio para lograr un objetivo.	Sabe cuáles son las partes de su cuerpo.						
		Utiliza las partes de su cuerpo para realizar una actividad o acción.						
		Utiliza su cuerpo para comunicar algo.						
		Cuida su cuerpo y su postura.						
	Identifica las características de su estado físico y los aspectos de presentación adecuados.	Identifica si está limpio, sucio o con las condiciones de presentación adecuadas para realizar una actividad.						
		Identifica cuando presenta algún malestar o molestia.						
		Expone si quiere realizar o no una actividad, a partir de cómo se encuentra su estado físico.						
		Va identificando las características de su estado físico o las condiciones de presentación, que debe tener para realizar una actividad específica.						
	Autodeterminación	Tiene una opinión sobre lo que quiere y desea dentro de su plan personal, con relación al tiempo libre.	Sabe que actividades de tiempo libre le gustan y agradan.					
			Sabe que actividades de tiempo libre no le gustan o agradan.					
Expone de manera verbal o no verbal las actividades de tiempo libre que le gustan o agradan.								
Expone de manera verbal o no verbal las actividades de tiempo libre que no le gustan o agradan.								
Se propone un objetivo alcanzable frente aspectos propios de su interés.		Empieza a adquirir un hábito a partir de las experiencias que vive en las actividades de tiempo libre.						
		Se apropia de los espacios que hacen parte de su tiempo libre.						

Inclusión Social	Valora al otro/a como parte de los procesos dados en su cotidianeidad.	Respeta los momentos personales de otros/as, aun cuando quiere compartir.					
		Comparte de manera intencionada con otros/as.					
		Trabaja en equipo.					
	Se siente parte de su contexto, a partir de cómo es incluido por otros/as.	Sabe que puede participar en actividades de tiempo libre que sean de su interés.					
		Tiene relación con personas o espacios que aportan a su plan personal, con relación a su tiempo libre.					
	Defensa de los derechos	Siente que recibe un trato respetuoso y adecuado por parte de su entorno.	Es apoyado y recibe las ayudas necesarias para lograr una actividad o acción.				
Se siente escuchado y respetado.							
Sabe que sus opiniones e intereses son tenidos en cuenta.							
Observaciones generales							

Anexo 8. Matriz de autoevaluación y grupos focales.

Matriz de Autoevaluación y Grupos Focales			
<p>La siguiente matriz, permitirá analizar el trabajo de los profesionales de las residencias desde una posición objetiva y crítica. Siendo esta matriz la guía para realizar los grupos focales.</p> <p>En el caso del grupo focal, es necesario contar con un espacio adecuado (si es verano que sea fresco y si es invierno que esté templado), ya que es importante que la persona a entrevistar se sienta cómoda, los grupos focales no deben ser de más de 6 o 7 personas ya que todos/as deben tener la posibilidad de hablar, se debe hablar lento y de manera simple y si es necesario repetir la pregunta para que todos/as puedan entender.</p>			
Dimensión	Indicador	Preguntas Específicas	Observaciones
Bienestar Emocional	Utiliza estrategias que propicien la regulación emocional.	¿Utiliza estrategias para fomentar el reconocimiento y la expresión de emociones en las personas? ¿Cuáles son estas estrategias?	
		¿Crees tú que potencias capacidades en las personas con las que trabajas? ¿Cómo lo haces?	
		Cuándo una persona requiere más tiempo en la realización de una actividad ¿Respetas este tiempo? ¿Utilizas estrategias para manejar los niveles de estrés o frustración? ¿Cuáles son? ¿Por qué crees que son importantes?	
		¿Identificas los avances y progresos de las personas con las que trabajas? ¿Qué haces cuando identificas estos avances? ¿Qué metodología utilizas para reconocer estos progresos?	
		¿Tienes en cuenta los intereses de cada persona? ¿Conoces el interés de cada persona y realizas actividades que los	

		involucren?	
		¿Le dices a la persona por qué pasa o sucede algo que la involucre? ¿Por qué crees que esto debe hacerse?	
Relaciones Personales	Propicia espacios de participación y trabajo en equipo.	¿Haces que todas las personas participen? ¿Cómo lo logras?	
		¿Utilizas estrategias o actividades para trabajar el respeto a la diferencia? ¿Cuáles son? ¿Qué es para ti el respeto a la diferencia?	
		Teniendo en cuenta las características de las personas de tu grupo ¿Respetas su espacio personal? ¿Trabajas con ellos el respeto del espacio personal del otro? ¿Cómo lo haces? ¿Qué cambios positivos o por mejorar has observado?	
	Fortalece procesos de resolución de conflictos.	¿Cómo te comunicas con las personas de tu grupo? ¿Crees que este tipo de comunicación es adecuada?	
		¿Te parece importante realizar actividades grupales para reconocer las emociones? ¿Por qué y cómo lo haces? ¿Utilizas también estrategias de manera individual?	
		¿Preguntas y escuchas a las personas cuando se presenta un conflicto? ¿Qué haces cuando alguien no te quiere contar lo que pasa?	

		<p>¿Te consideras un mediador cuando hay algún conflicto?</p> <p>¿Qué estrategias usas y como te han resultado?</p>	
Bienestar Material	Realiza actividades/estrategias que trabajen el sentido de pertenencia y el cuidado de los objetos.	<p>¿Las personas identifican los materiales y objetos con los que trabajan?</p> <p>¿Qué acciones o estrategias utilizas para que ellos los reconozcan?</p>	
		<p>¿Las personas cuidan los materiales?</p> <p>¿Tienen un sentido de pertenencia con los objetos?</p> <p>¿Cómo trabajas tú en las actividades el cuidado y sentido de pertenencia que se debe tener con los materiales y objetos?</p>	
		<p>¿Dispones de los materiales que necesitas para las actividades?</p> <p>¿Cómo distribuyes y manejas los materiales que se te entregan?</p>	
Desarrollo Personal	Apoya de forma asertiva el proyecto de vida de las personas.	<p>¿Has realizado o estas realizando gestiones de acuerdo con las actividades de ocio o tiempo libre que estás trabajando?</p>	
		<p>¿Hay motivación en las personas desde las actividades de tiempo libre en las que están participando?</p> <p>¿Qué acciones o estrategias utilizas para incentivarlos?</p>	
		<p>¿Realizas actividades de participación que respondan a las capacidades y oportunidades de las personas?</p>	
		<p>¿Consideras que las personas con las que trabajas tienen habilidades</p>	

	Refuerza habilidades sociales mediante la participación.	sociales? Teniendo en cuenta que, son las conductas que permiten a los seres humanos relacionarse con otros de una buena manera, mediante el lenguaje corporal, la asertividad, la emocionalidad, entre otros. ¿Creas experiencias para que las personas se relacionen utilizando estas habilidades? ¿En qué espacios lo realizas?	
		¿Brindas espacios seguros y confortables de motivación, escucha y respeto por los deseos de las personas? ¿Cómo lo logras? ¿Qué acciones realizas?	
		¿Permites que las personas te comuniquen lo que les gusta, no les gusta y lo que desean? ¿En qué espacios y momentos lo haces?	
	Aporta desde su acompañamiento al desarrollo personal de cada persona.	¿Reconoces los logros y avances de las personas? ¿Cómo lo haces? ¿Qué acciones o estrategias utilizas para incentivar las habilidades por mejorar?	
		¿Respetas y trabajas según el ritmo de trabajo de cada persona? ¿Cómo lo haces?	
		¿Utilizas estrategias de autocuidado que enriquezcan el desarrollo personal? ¿Cuáles son?	
		¿Tienes en cuenta cómo se siente o encuentra cada persona? ¿Cómo los acompañas cuando estos	

		los afectan? ¿Cómo incentivas las emociones positivas?	
	Identifica y respeta el lenguaje propio de cada persona (verbal y no verbal).	¿Reconoces el lenguaje de cada persona? ¿Cómo te comunicas con las personas que tienen un lenguaje verbal? ¿Cómo te comunicas con aquellos que tienen un lenguaje no verbal?	
		¿Relacionas los dos tipos de lenguaje en las actividades de ocio y tiempo libre? ¿Cómo lo haces?	
		¿Respetas y escuchas lo que expresa cada persona con su lenguaje? ¿Qué pasa cuando no logras comunicarte con alguien?	
		¿Qué tipos de lenguaje de expresión trabajas en las actividades? ¿Logras que todos se comuniquen mediante ellos?	
Bienestar Físico	Enriquece el autocuidado de cada persona, desde el reconocimiento de las características/aspectos de su estado físico.	¿Trabajas el reconocimiento corporal en tus actividades? ¿Cómo lo haces? ¿Con que constancia?	
		¿Permites la realización de una actividad o acción utilizando diferentes partes del cuerpo según las características de cada persona?	
		¿Utilizas estrategias de expresión corporal? ¿Cuáles son? ¿Qué impacto has observado que tienen?	
	Estimula el reconocimiento del	¿Trabajas el cuidado de la postura y del cuerpo? ¿Cómo lo haces? ¿Qué cosas tienes en cuenta para hacerlo?	

	cuerpo y la expresión corporal.	¿Tienes en cuenta el estado físico del cuerpo (malestar, molestia, etc.) y la presentación personal (si está limpio, sucio, etc.) de cada persona? ¿Cómo logras hacerlo? ¿Qué haces cuando deben motivar y potenciar estos hábitos?	
		¿Qué haces cuando una persona no puede realizar una actividad por cómo se siente o porque no está presentado acorde a lo que se necesita para una actividad? ¿Con qué frecuencia lo haces?	
Autodeterminación	Escucha las opiniones y los intereses que tiene cada persona dentro de su plan de vida personal.	¿Respetas aquello que no es del agrado de la persona? ¿Por qué lo haces?	
		¿Conoces el proyecto de vida de las personas? ¿Cómo logras hacer esto?	
	Guía de forma asertiva la habilidad de plantearse un objetivo alcanzable, desde el interés de cada persona.	¿Tienes objetivos establecidos en las actividades de ocio y tiempo libre? ¿Cómo los estableces?	
		¿Utilizas estrategias para que las personas se apropien de las actividades? ¿Cuáles son? ¿Qué tipo de experiencias brindas en las actividades?	
Inclusión Social	Potencia procesos de empatía e inclusión.	¿Fomentas el trabajo en equipo? ¿Cómo lo haces?	
		¿Creas ambientes de participación? ¿Qué características tienen?	
		¿Guías a personas externas a la fundación en lo que tiene que ver con la discapacidad intelectual?	

		¿Cómo lo haces?	
		¿Utilizas estrategias para trabajar la empatía? ¿Cuáles son?	
	Valora, y hace parte del contexto a cada persona.	¿Respetas a cada persona tal y cómo es? ¿Cómo lo logras?	
		¿Le dices cada persona cuáles son sus posibilidades y oportunidades? ¿Cuándo lo haces?	
		¿Creas redes con otros contextos en los cuales puedan participar las personas? ¿Cómo han funcionado estas redes?	
Defensa de los derechos	Da un trato respetuoso y adecuado a cada persona.	¿Trabajas por mejorar la calidad de vida de las personas?	
		¿Apoyas y entregas las ayudas necesarias para lograr una actividad o acción? ¿Cómo lo haces?	
Observaciones generales			

Anexo 9. Matriz de entrevista para las personas participantes.

Matriz de Entrevista para las Personas Participantes			
<p>La siguiente matriz, permitirá recopilar información para indagar de manera cualitativa la percepción que tienen las personas sobre las actividades de ocio y tiempo libre. Esta se debe adaptar al lenguaje y las necesidades de cada participante, apoyándose de material visual para su ejecución.</p> <p>Para su realización se debe tener en cuenta, contar con un espacio adecuado y tranquilo en el que no haya interrupciones, buscando que la persona entrevistada se sienta cómoda durante la aplicación de la matriz, igualmente, tener cuidado con la corporalidad, hablar lento y de manera simple y señalar para que se utilizará la información de la evaluación.</p> <p>Para la aplicación de la entrevista, se deben considerar solo las preguntas de las 3 o 4 dimensiones que se exponen en el formato general de cada actividad.</p>			
Dimensión	Indicador	Acciones Específicas	Observaciones
Bienestar Emocional	Utiliza estrategias que propicien la regulación emocional.	¿Tu monitor/a te ayuda cuando estas triste, feliz, enojado, aburrido, etc.?	
		¿Tu monitor/a te felicita y te ayuda cuando estás haciendo una actividad bien?	
		¿Tu monitor/a espera a que termines el trabajo o lo que estés haciendo? ¿Cuándo no eres capaz de hacer algo, tu monitor/a te ayuda?	
		¿Tu monitor/a te dice cuando estás haciendo algo bien?	
		¿Cuándo no quieres hacer una actividad, tu monitor/a te pregunta si quieres? ¿Realizas las actividades cuando quieres?	
		¿Cuándo vas a hacer una actividad, tu monitor/a te dice porque vas a hacer esta actividad?	
Relaciones Personales	Propicia espacios de participación y trabajo en equipo.	¿En las actividades trabajas con todos tus compañeros?	

	Fortalece procesos de resolución de conflictos.	¿Habras con tus compañeros en las actividades?	
		¿En las actividades puedes decir cuando estás enojado, feliz, triste, aburrido, enfermo, etc.?	
		¿Cuándo peleas con tus compañeros qué hace tu monitor?	
Bienestar Material	Realiza actividades/estrategias que trabajen el sentido de pertenencia y el cuidado de los objetos.	¿Con que materiales trabajas?	
		¿Cuidas los materiales con los que trabajas?	
Desarrollo Personal	Apoya de forma asertiva el proyecto de vida de las personas.	¿Estás en actividades que te gustan?	
		¿Puedes realizar todas las actividades?	
	Refuerza habilidades sociales mediante la participación.	¿Tu monitor/a te escucha cuando le hablas?	
		¿Te gusta el lugar donde se realizan las actividades?	
	Aporta desde su acompañamiento al desarrollo personal de cada persona.	¿Cuándo no puedes hacer algo, tu monitor/a te ayuda?	
		¿Tu monitor te ayuda siempre?	
	Identifica y respeta el lenguaje propio de cada persona (verbal y no verbal).	¿En las actividades puedes hablar con tu monitor/a? ¿Él/ella te entiende?	
		¿Realizas actividades en las que puedes hablar? ¿Realizas actividades donde puedes usar tu cuerpo?	
Bienestar Físico	Enriquece el autocuidado de cada persona, desde el reconocimiento de las	¿En las actividades, tu monitor/a te dice las partes de cuerpo?	

	características/aspectos de su estado físico.		
	Estimula el reconocimiento del cuerpo y la expresión corporal.	¿Dices a tu monitor/a cuando te sientes enfermo, cuando algo te duele, cuando estas limpio o sucio, o cuando algo no te gusta?	
		¿En las actividades, trabajas en el suelo, en la silla, en el mueble, etc.? ¿Te gusta trabajar ahí?	
Autodeterminación	Escucha las opiniones y los intereses que tiene cada persona. Guía de forma asertiva la habilidad de plantearse un objetivo alcanzable.	¿Qué hace tu monitor/a cuando le dices que una actividad te gusta? ¿Qué hace tu monitor/a cuando le dices que una actividad no te gusta?	
Inclusión Social	Potencia procesos de empatía e inclusión.	¿Cómo te tratan las personas cuando vas a talleres externos?	
	Valora, y hace parte del contexto a cada persona.	¿Vas a talleres externos o sales a las cachas de futbol, cerros, museos, eventos, etc.?	
		¿Cómo te sientes cuando vas a estos lugares? ¿Por qué?	
Defensa de los derechos	Da un trato respetuoso y adecuado a cada persona.	¿Cómo te trata tu monitor/a?	
Observaciones generales			

Anexo 10. Formato de evidencias fotográficas – Portafolio de evidencias.

Evidencias fotográficas de la sesión	
Fecha	
Residencia	Nombre de la unidad
Actividad	Nombre de la actividad
Sesión #	Nombre la sesión
Responsable	Coordinador/a, monitor/a u otros/as
Evidencia fotográfica 1 Proceso	
Evidencia fotográfica 2 Resultado	
<p>Observaciones: dentro de las evidencias fotográficas es importante que la imagen tenga un significado, dando a conocer lo que se esté viviendo en un momento determinado, ya sea, una oportunidad de mejora o un aspecto por destacar o reconocer. Al mismo tiempo, debajo de cada fotografía se debe escribir una oración o frase que exponga su sentido.</p>	

Anexo 11. Formato de redes de ocio y tiempo libre.

Redes de Ocio y Tiempo Libre	
Nombre de la institución	
Descripción de la institución	
Lugar de ubicación/dirección	
Contacto	
Correo institucional	
Sitio web	
Tipo de servicio (gratuito / con costo)	
Información del trabajo que se está realizando con la red	

Bibliografía

- Abramovich, V. (2006). *Una aproximación al enfoque de derechos en las estrategias y políticas de desarrollo*. Argentina: Universidad de Buenos Aires.
- Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo AAIDD. (2010). *Discapacidad Intelectual* (11ª ed.). Madrid: Alianza Editorial. **Cita en el texto:** (AAIDD, 2010, p. 33).
- Asociación Americana de Terapia Ocupacional AOTA. (2010). *Marco de Trabajo para la Práctica de Terapia Ocupacional: Dominio y Proceso* (2ª ed.). España: Revista Tog. **Cita en el texto:** (Parham y Fazio, 1997, p. 12).
- Brikman, L. Yantorno, N. (2006). *En movimiento la vida continua*. Fundación Arte y Movimiento. Buenos Aires: Editorial Dunken. Recuperado de <https://cutt.ly/jeNQuEr>
- Bronfenbrenner, U. (2015). *La Ecología del Desarrollo Humano* (5ª ed.). Barcelona: Paidós.
- Buss, M. et al. (2013). *Grupo focal: Una técnica de recogida de datos en investigaciones cualitativas* (vol. 22). España: Revista Scielo. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962013000100016
- Carratalá, M. et al. (2017). *Curso de Planificación Centrada en la Persona*. Fundación Adapta. Re: Miradas de Apoyo [Curso online]. Recuperado de <https://www.miradasdeapoyo.org/elearning/logout.do>
- Congreso Nacional. (2010). *Ley Núm. 20.422*. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. Recuperado de <https://www.leychile.cl/Navegar?idLey=20422>
- Coordinación de formación docente Universidad Nacional Autónoma de México. (2015). *Concepto de Evaluación y los Niveles Cognitivos*. Diplomado en Herramientas para el desempeño Profesional del Docente de Ciencias Naturales en Educación Medio Superior. México: Seminario de Evaluación en Ciencias (p. 1). Recuperado de https://nanopdf.com/download/concepto-de-evaluacion-y-los-niveles-inicio_pdf
- Díaz, G. et al. (2019). *La pintura como estrategia pedagógica alternativa para mejorar la convivencia escolar* (tesis de grado). Bucaramanga: Universidad Cooperativa de Colombia.
- Drago, C. (2017). *Evaluación para el aprendizaje*. Santiago: Universidad Central de Chile. Recuperado de <https://n9.cl/k6h3>
- Escuela de Terapia ocupacional. (2006). *Equilibrio y organización de la rutina diaria*. Universidad de Chile Facultad de Medicina. Chile: Revista Chilena de Terapia Ocupacional. Recuperado de http://web.uchile.cl/vignette/terapiaocupacional/CDA/to_simple/0,1374,SCID=20970%26ISID=729%26PRT=20966,00.html

- Favereau, S. (s.f). *Herramientas de Evaluación* [Documento virtual]. Educación Continua Online. Recuperado de http://ftp.e-mineduc.cl/cursosceip/Manuales/Evaluacion_Herramientas_IPSM.pdf
- Fundación Coanil. (2019). *Programa de Acogimiento Residencial para Personas con Discapacidad Intelectual*. Gerencia de Residencias [Presentación de Power Point].
- Gil, M. (s.f). *El desarrollo de las habilidades motrices específicas durante la iniciación a la práctica deportiva en el segundo ciclo de la educación primaria*. Facultad de Educación y Trabajo Social. España: Universidad de Valladolid. Recuperado de <http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/TFG-G%20562.pdf>
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales. (2011). *Modelo de Calidad de Vida aplicado a la Atención Residencial de Personas con Necesidades Complejas de Apoyo* (1ª ed.). Colección de Documentos, Serie de Documentos Técnicos. Madrid: IMSERSO. Recuperado de https://www.infoautismo.es/wp-content/uploads/2015/10/04._Libro.pdf
- Jiménez, W. (2007). *El Enfoque de los Derechos Humanos y las Políticas Públicas*. Escuela Superior de Administración Pública. Colombia: Universidad Sergio Arboleda.
- Martínez, E. (2013). *Una mirada hacia la inclusión: barreras en el camino a la participación* (vol. 52). Universidad de Vigo. España: Perspectiva Educacional.
- Mercon, J. et al. (2012). *Cultivando la educación agroecológica: El huerto colectivo urbano como espacio educativo* (vol. 17). Revista Mexicana de Investigación Educativa. México: Revista Scielo. Recuperado de <https://cutt.ly/jeNQd83>
- Mora, A. (2010). *Movimiento, cuerpo y cultura: Perspectivas socio-antropológicas sobre el cuerpo en la danza*. Universidad Nacional de La Plata. Argentina: VI Jornadas de Sociología UNLP. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.5678/ev.5678.pdf
- Palma, D. (1997). *La participación y la construcción de ciudadanía* (27ª ed.). Biblioteca virtual de Ciencias Sociales de América Latina y el Caribe. Universidad Arcis. Chile: Centro de Investigaciones Sociales (p. 48).
- Pino, J. Valderrama, C. (2015). *Análisis desde el Enfoque de Derechos a la Política Chilena en Discapacidad Mental* (vol. 19). Chile: Universidad Andrés Bello.
- Quilodrán, A. (2012). *La Participación de Niños y Niñas en Espacios Comunitarios: ¿Un Aporte al Ejercicio de su Ciudadanía?* (Tesis de Maestría). Universidad de Chile, Santiago. **Cita en el texto:** (Corona y Morfin, 2001, p. 2).
- Ramírez, W. (2004). *El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica* (nº 18). Revista de Estudios Sociales. Colombia: Universidad de Antioquia. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n18/n18a08.pdf>

- Sánchez, A. et al. (2017). *Concepto de equilibrio ocupacional en estudiantes de 1º de terapia ocupacional de la Universidad Miguel Hernández* (vol. 14). Coruña: Revista TOG.
- Schalock, R., Verdugo, M. (2003). *Calidad de Vida. Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales*. Madrid: Alianza Editorial.
- Tamarit, J. (2018). *La psicología frente a la calidad de vida y la inclusión social de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo* (vol. 39). Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos. España. Recuperado de https://www.redalyc.org/jatsRepo/778/77855949006/html/index.html#redalyc_77855949006_ref19
- Verdugo, M., Gómez, L. y Navas, P. (2013). *Discapacidad e inclusión: derechos, apoyos y calidad de vida*. En M. Verdugo y R. Schalock (Coords.), *Discapacidad e inclusión manual para la docencia* (pp. 17-41). España: Amarú.
- Verdugo, M. (2009). *El cambio educativo desde una perspectiva de calidad de vida*. Salamanca: Revista de Educación. **Cita en el texto:** (Verdugo, 2009, p. 37).

