



ASPROMANIS



EL OCIO Y LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Mayo 2.012



ASPROMANIS

Documento elaborado por: Montserrat Fernández Ariza, M^a Victoria López Berrocal y M^a del Pilar López Alcaide.

Bibliografía utilizada:

"El ocio en las personas con discapacidad intelectual: participación y calidad de vida a través de las actividades de ocio". Marta Badia Corbella y Egmar Longo Araújo de Melo. Revista Siglo Cero. Vol 40 (3). Núm. 231, 2009.

"Modelo de servicio de ocio inclusivo". Isabel Guirao Piñeyro y Beatriz Vega Sagredo. Revista Siglo Cero. Vol 40 (3). Núm. 231, 2009.

"Ocio y discapacidad: el reto de la inclusión". Aurora Madariaga Ortuzar. Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto. 2009.

"Apoyos a la comunidad para un ocio inclusivo de calidad". Ponencia de Isabel Guirao Piñeyro.

"Manifiesto por un Ocio Inclusivo". Fundación ONCE.

"Carta Internacional para la Educación del Ocio (WLRA)". 1993.





ASPROMANIS

INTRODUCCIÓN

Las líneas de pensamiento actuales muestran un creciente interés por el aprovechamiento del tiempo libre de los seres humanos, ya que estas actividades generan el contexto ideal para potenciar el desarrollo personal: permiten a la persona relacionarse con otros, facilitan el refuerzo de las actividades placenteras, plantean situaciones nuevas que es preciso resolver y crean una percepción de autorrealización y superación constantes muy beneficiosas para el ser humano.

En la actualidad se dispone de una extensa investigación relativa a la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual que viven en la comunidad. Estos estudios confirman que la normalización no se ha desarrollado plenamente y, en consecuencia, las personas con discapacidad intelectual no han alcanzado un nivel óptimo de calidad de vida. Una de las causas identificadas es la escasez o inadecuados servicios de apoyo para el ocio de las personas con discapacidad intelectual. También existen estudios que demuestran que el ocio tiene un efecto muy positivo para la persona con discapacidad intelectual porque incrementa la autoestima, favorece la interacción social y proporciona oportunidades para la adquisición de habilidades y competencias para prosperar en el hogar y en la comunidad. Sin embargo, todavía hoy los apoyos que se ofrecen a la persona con discapacidad intelectual para participar en un ocio individualizado en el marco de la comunidad continúan siendo insuficientes.

Es un hecho claramente constatado en diferentes investigaciones que las personas con discapacidad intelectual adultas a menudo se sienten aisladas y solas, y participan poco en las actividades de la comunidad. Para que las personas con discapacidad intelectual lleven realmente una vida de calidad, es fundamental que participen en actividades de la vida diaria, incluyendo las actividades de ocio como componente fundamental de su calidad de vida. En relación con este aspecto, a lo largo de los años, aunque todavía queda mucho camino por recorrer, se ha ido evolucionando desde una idea de ocio basada en la ocupación del tiempo libre hasta una idea de ocio basado en la participación de la persona en su comunidad.





ASPROMANIS

CONCEPTO DE OCIO

El **ocio** como concepto ha evolucionado considerablemente y ahora se entiende como **elemento fundamental y mediador** en el **desarrollo de la vida de toda persona**.

El ocio es signo de **calidad de vida** y bienestar y es también un **derecho humano** básico y por ello nadie puede estar privado de él por razones ajenas a la propia voluntad de la persona (razones de discapacidad, género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, salud, condición económica o cualquier otra circunstancia personal y social). Una de las máximas expresiones del ocio es que permite lograr y alcanzar el desarrollo personal. Un ocio maduro (Cuenca, 1995) se caracteriza por ser libre, propio de la edad, pensado y deseado, participativo y social y con amplitud cultural.

El tiempo de ocio ha adquirido en las últimas décadas una importancia hasta ahora desconocida, hoy se considera parámetro fundamental de la calidad de vida. Todos estos cambios han generado una nueva mentalidad que percibe el ocio como un derecho para todos.

Actualmente el ocio es un ámbito que va adquiriendo mayor importancia social y personal. Los **beneficios del ocio** son efectos de cambio positivo producidos en una persona que llega a vivir experiencias gratificantes de ocio. El propio individuo identifica y experimenta los beneficios, pero también tienen repercusión en su entorno familiar y social. Se puede hablar, por lo tanto, de beneficios **de carácter físico, psicológico y social**. Todos ellos son de gran importancia en el desarrollo humano, sobre todo el marco de relación interpersonal y la riqueza que esto implica para el crecimiento como individuo social.

Existen gran variedad de definiciones que explican qué es el ocio. La más conocida y compartida es la que elabora **Jaume Trilla** (1991):

“El ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, consiste en una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación autotélica y autónomamente elegida y realizada, cuyo desarrollo resulta placentero al individuo”.





ASPROMANIS

Cuatro son los **elementos clave** de esta definición:

1. **Tiempo libre:** es la *condición imprescindible* para poder realizar actividades de ocio.
2. **Autotelismo:** es decir, la actividad ha de tener carácter final y ser *deseable por sí misma* y no por lo que pueda producir posteriormente (mejora en habilidades, mejora en conducta...).
3. **Libre elección:** debe ser *elegida y realizada por la propia persona*, que ha de percibir un sentimiento subjetivo de autonomía. Esta condición implica que la persona ha de tener variedad de opciones donde elegir.
4. **Placer:** la persona ha de *sentirse gratificada* al realizar su actividad, aunque le suponga algún esfuerzo.

En 1994, la Asociación Internacional WLRA (World Leisure & Recreation Association), publicó la *Carta sobre la Educación del Ocio*, que definía los **elementos** constituyentes del **concepto de ocio** actual:

1. El ocio se refiere a un área específica de la experiencia humana, con sus beneficios propios, entre ellos la libertad de elección, creatividad, satisfacción, disfrute y placer, y una mayor felicidad.
2. El ocio es un recurso importante para el desarrollo personal, social y económico y es un aspecto de la calidad de vida. El ocio es también una industria cultural que crea empleo, bienes y servicios. Los factores políticos, económicos, sociales, culturales y medio ambientales aumentan o dificultan el ocio.
3. El ocio fomenta una buena salud general y un bienestar al ofrecer variadas oportunidades que permiten a individuos y grupos seleccionar actividades y experiencias que se ajustan a sus propias necesidades, intereses y preferencias.
4. El ocio es un derecho humano básico, como la educación, el trabajo y la salud, y nadie debe ser privado de él por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, nivel de salud, discapacidad o condición económica.





ASPROMANIS

5. El desarrollo del ocio se facilita garantizando las condiciones básicas de la vida, tales como seguridad, cobijo, comida, ingresos, educación, recursos sostenibles, equidad y justicia social.
6. El ocio se entiende como recurso para aumentar la calidad de vida.
7. El incremento de la insatisfacción, el estrés, el aburrimiento, la falta de actividad física, la falta de creatividad y la alienación en el día a día de las personas, todo ello se puede aliviar mediante conductas de ocio.
8. Las sociedades del mundo están experimentando profundas transformaciones económicas y sociales, las cuales producen cambios significativos en la cantidad y pauta de tiempo libre disponibles a lo largo de la vida de los individuos. Estas tendencias tendrán implicaciones directas sobre el ocio e influirán en la demanda y oferta de bienes y servicios de ocio.

OCIO Y PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Para la mayoría de los ciudadanos, el ocio significa descanso, recuperación, realización de actividades libremente elegidas que les libera de la rutina del trabajo y les reequilibra para la vuelta, una vez finalizado el tiempo libre o período vacacional. Por el contrario, para miles de ciudadanos, el ocio es una faceta de su vida ausente o condicionada por el ocio de otros miembros de su familia.

Sin embargo, múltiples investigaciones demuestran cómo el ejercicio de un ocio estimulante y libremente legido, en el marco comunitario y con amplias posibilidades de relación interpersonal con iguales, es transformador y muestra claramente nuevas alternativas al desarrollo de las personas con discapacidad, además de dotarles de una faceta privada e íntima en la que situar a sus amigos y nuevas experiencias y vivencias que se empeñan en mantener al margen de sus familias como cualquier otra persona de su edad.

Aunque el ocio es un derecho universal y reconocido, el día a día nos demuestra que las personas con discapacidad intelectual se enfrentan a dificultades que limitan su participación en actividades y espacios de ocio. Se encuentran con **barreras**:





ASPROMANIS

- **Personales:** las propias de su discapacidad, la falta de experiencias, el escaso poder adquisitivo,...
- **De comunicación:** la señalización y soportes de información complejos...
- **Físicas:** arquitectónicas, de accesos a los equipamientos comunitarios...
- **Sociales:** prejuicios frente a la discapacidad, la falta de interrelación con otras personas...
- **Familiares:** sobreprotección...

La concepción actual de la discapacidad centra su discurso en la interacción de la persona con el entorno. La legislación actual parte de la no discriminación y del concepto de accesibilidad universal. En este nuevo escenario es fundamental para el acceso de las personas con discapacidad las condiciones del entorno y la autodeterminación de las personas con discapacidad. Las personas con discapacidad necesitan crecer y madurar, para ello es imprescindible preguntarles, contar con su opinión, acompañarles, respetarles y permitirles que participen.

La investigación sobre la participación de las personas con discapacidad intelectual en el ocio es un hecho bastante reciente. Los resultados de los trabajos disponibles permiten establecer un perfil sobre cómo utilizan el tiempo libre, cuál es la naturaleza del ocio practicado y en qué tipo de actividades participan.

- **Autodeterminación limitada.** Una característica común en todas las definiciones de ocio es el concepto de libertad. La libertad en el ocio significa elegir lo que uno desea hacer, poseer el control sobre la elección de las actividades preferidas durante el tiempo libre. Esto significa tener autodeterminación. Sin embargo, en el caso de las personas con discapacidad intelectual las oportunidades para hacer elecciones constituyen un aspecto complejo. A menudo las actividades de ocio están predeterminadas por los profesionales y las familias, y de esta manera el ocio que realiza la persona con discapacidad intelectual refleja poco los intereses personales.





ASPROMANIS

- **Escasas relaciones de amistad.** La falta de amigos suele ser uno de los principales obstáculos para que las personas con discapacidad intelectual puedan gozar de un ocio normalizado. Las personas adultas con discapacidad intelectual pasan mucho tiempo en actividades en casa, actividades que además son pasivas y solitarias.



- **Actividades en grupos.** Las actividades de ocio para personas con discapacidad intelectual se realizan habitualmente en grupos grandes. Es evidente pues que, la participación en las actividades de ocio de las personas con discapacidad intelectual en grupos amplios dificulta la posibilidad de reunirse y mezclarse con personas sin discapacidad, no favoreciendo en ningún caso el ocio comunitario.

En la sociedad actual, el ocio es un ámbito importante en la vida de las personas. Es un signo de calidad de vida que facilita experiencias que pueden contribuir al bienestar personal y a la autorrealización.

Sin embargo, la situación actual del ocio de las personas con discapacidad viene determinada porque socialmente es un colectivo en riesgo de exclusión, la oferta de ocio actual les excluye porque no cumple las condiciones necesarias para la libre y plena participación, las personas con discapacidad son tratadas como objeto de intervención y colectivo receptor de programas, el principal referente es el colectivo de la misma discapacidad, se dan bajos niveles de participación comunitaria, y persisten barreras internas y externas que determinan la participación de las personas con discapacidad en actividades de ocio.

El ocio para las personas con discapacidad intelectual debe comprenderse en el mismo contexto de la vida de ocio de las personas sin discapacidad. No deben entenderse las actividades de ocio con fines terapéuticos; se debe entender el ocio como un derecho de las personas con discapacidad intelectual de disfrutar de su tiempo libre y como un indicador de la calidad de vida.

El ocio para todas las personas, también para las personas con discapacidad, es una experiencia humana integral (vivencia, satisfacción, libertad y creatividad) y un derecho humano fundamental.





ASPROMANIS

OCIO INCLUSIVO



La inclusión es una **actitud ante la vida**, relacionada con un sistema de valores y creencias, que se materializa en un conjunto de acciones. Esta actitud se fundamenta en el hecho de que las personas con discapacidad intelectual deben de disfrutar de las mismas oportunidades que el resto de las personas de su comunidad.

Entendemos, por tanto, inclusión social como un **principio fundamental** que guía las acciones encaminadas a que las personas con discapacidad intelectual formen parte real de la sociedad de la que son miembros. El entorno es responsable de generar acciones y prácticas que fomenten la plena aceptación y participación del colectivo en el mundo que les rodea.

Desde la perspectiva de la inclusión social, la comunidad es el escenario de todas nuestras acciones, por lo que es preciso tener en cuenta que la cualificación del entorno pasa porque la persona tenga oportunidades de estar presente en el mismo y que éste sea accesible e inclusivo en su totalidad.

La inclusión asume que la diversidad, la convivencia y el aprendizaje en los grupos heterogéneos, es la mejor forma de beneficiar a todos los participantes. Y subraya el papel activo de la sociedad en la respuesta a las necesidades de todas las personas.

De esta manera, un **entorno inclusivo de ocio** es aquel en el que *todas las personas tienen cabida y se interrelacionan*. Las necesidades de toda persona son de la misma importancia. Se debe asegurar el acceso de cualquier persona a todos los equipamientos y servicios de ocio de la comunidad.



Actualmente los entornos no son todo lo inclusivos que deberían y, en ocasiones, las personas tienen dificultades para acceder y participar en ellos.

También hay que tener en cuenta que las personas con discapacidad intelectual, como cualquier otro colectivo, son un grupo heterogéneo y presentan un repertorio diverso de





ASPROMANIS

necesidades o características. Por tanto, puede ocurrir y ocurre que estas necesidades no estén cubiertas con la calidad que se merecen desde la oferta existente, o bien que no exista oferta porque el resto de la población no lo demanda o lo requiere.

En ocasiones, las personas con discapacidad intelectual tienen apoyos naturales en ocio; aquellos que la propia persona se proporciona a sí misma o los que se le prestan desde su entorno familiar o comunitario informal.

Sin embargo, la realidad nos indica que la mayor parte de los apoyos prestados a la persona con discapacidad intelectual en el ámbito del ocio son apoyos basados en servicios.

Es necesario poner en marcha actividades de ocio en las que todas las personas que lo deseen puedan participar plenamente. En este sentido es fundamental el papel de las entidades, las familias, la sociedad y la propia persona con discapacidad intelectual.





ASPROMANIS



UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA LA MILAGROSA Y ASPROMANIS TORREMOLINOS

María Lara Romero. Tlfno.: 606 72 29 78 / 95 230 86 93 / 95 238 20 04

E-mail: clubdivertialmat@aspromanis.org

CENTRO OCUPACIONAL ASPROMANIS INDUSTRIAL

Teresa Morán Castillo. Tlfno.: 95 231 59 89

E-mail: clubdivertiacoai@aspromanis.org

ASPROMANIS CAMPILLOS

Ana Casasola Rebollo. Tlfno.: 95 272 34 04

E-mail: campillos@aspromanis.org

ASPROMANIS VILLANUEVA DEL ROSARIO

Ana M^a Díaz Conejo. Tlfno.: 653 49 20 22

E-mail: rosario@aspromanis.org

RESIDENCIA DE ADULTOS ASPROMANIS INDUSTRIAL

Isabel García Jiménez. Tlfno.: 95 231 98 04

E-mail: residenciadultos@aspromanis.org

RESIDENCIA G.A. LA MILAGROSA

Marta Godoy Moreno. Tlfno.: 95 230 86 93

E-mail: rgalamilagrosa@aspromanis.org

SERVICIO DE APOYO A FAMILIAS

Tlfno.: 95 231 59 89

E-mail: apoyoafamilias1@aspromanis.org

apoyoafamilias2@aspromanis.org

