



Promoviendo el derecho a comunicarse de todas las personas

*Guía dirigida a profesionales sobre el apoyo comunicativo para
personas con discapacidad intelectual*



**Co-funded by
the European Union**



Erasmus+

Tabla de contenidos

Introducción	4
.....	
Parte 1: ¿Qué es la comunicación y por qué es importante?	11
.....	
Parte 2: Enfoques sobre el apoyo comunicativo	18
.....	
Parte 3: Niños, niñas y adolescentes (de 10 a 18 años)	34
.....	
Parte 4: Jóvenes (de 18 a 25 años)	40
.....	
Referencias	56
.....	



Introducción

La guía COM-IN forma parte del proyecto Erasmus+ “Promoviendo el desarrollo comunicativo en niños, niñas y adolescentes con discapacidad intelectual y del desarrollo para apoyar su inclusión – COM-IN” (2021-1-FR01-KA220-VET-000033251). Esta guía ha sido diseñada para apoyar a los profesionales en el proceso de comunicación con personas con discapacidad intelectual. Con esta guía aprenderás cómo adaptar tu estilo comunicativo para abordar las necesidades únicas de cada individuo y conseguir construir relaciones positivas y respetuosas.

El objetivo del proyecto COM-IN es la mejora de las habilidades comunicativas de los jóvenes (de entre 10 y 25 años) con discapacidad intelectual. Por este motivo, el consorcio ha realizado una encuesta entre los profesionales que trabajan con personas con discapacidad intelectual a fin de identificar las necesidades claves de comunicación de esta población en particular.

En la segunda parte del proyecto, el consorcio ha desarrollado esta guía para profesionales que trabajen con jóvenes con discapacidad intelectual. Esta guía se enfoca en la promoción de las habilidades comunicativas de las personas con discapacidad intelectual y el apoyo que estas deben recibir en entornos diarios de comunicación.

La guía incluye información general sobre la comunicación y la creación de conciencia sobre las necesidades específicas de las personas con discapacidad intelectual. También incluye dos partes, una para los profesionales que trabajan con adolescentes (de 10 a 18 años) y una para los profesionales que trabajan con jóvenes (de 18 a 25 años), como consideraciones claves, estas no son exactamente las mismas para ambos grupos. Es importante brindar apoyo ante los primeros signos de dificultades de comunicación. El grupo destinatario de este proyecto se limitaba a personas con discapacidad intelectual de entre 10 y 25 años y la guía proporciona información sobre las necesidades de comunicación del grupo destinatario.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos

Toda persona tiene derecho a la libertad de opinión y expresión, este derecho incluye la libertad para... buscar, recibir y difundir información e ideas a través de cualquier medio...

(Article 19)

Definición de la Discapacidad Intelectual y del Desarrollo (IDD)

De acuerdo con la clasificación de enfermedades de la Organización Mundial de la Salud (OMS), CIE10, la discapacidad intelectual y del desarrollo se refiere a una condición en la que el desarrollo del rendimiento intelectual está inhibido o se encuentra incompleto. Las habilidades que surgen durante la edad del desarrollo, es decir, las habilidades cognitivas, lingüísticas, motoras y sociales que afectan el rendimiento intelectual general, están insuficientemente desarrolladas. La discapacidad intelectual del desarrollo puede ocurrir sola o en combinación con cualquier otra condición física o mental. La OMS clasifica la discapacidad intelectual y del desarrollo según el coeficiente intelectual (CI) en cuatro grupos a través de pruebas de inteligencia: discapacidad intelectual del desarrollo leve (CI 50-70), intermedia (CI 35-49), severa (CI 20-34) y profunda (CI menor a 20). Además, existe una categoría “discapacidad intelectual y del desarrollo no especificada”, es decir, cuando el CI no se ha sometido a evaluación o cuando estas pruebas no han arrojado un resultado confiable.

Características de la comunicación en la discapacidad intelectual y del desarrollo leve

Por lo general, la comunicación de una persona con discapacidad intelectual leve no causa problemas, entiende bien las estructuras de oraciones y discursos concretos y claros y, en la mayoría de los casos, aprende a leer y escribir hasta cierto punto. Sin embargo, pueden sufrir trastornos lingüísticos especiales que dificultan el desarrollo de la expresión del habla funcional o lo impiden por completo. También pueden tener dificultades de aprendizaje. Como medio de comunicación, una persona con discapacidad intelectual leve utiliza el habla, en el que pueden ocurrir algunos errores gramaticales o de pronunciación. Pueden corresponder en el contacto, pero los temas de discusión se limitan a cuestiones concretas. Si es necesario, utilizan métodos alternativos para apoyar su comunicación. A veces, las personas con discapacidad intelectual leve desarrollan trastornos lingüísticos especiales que pueden interferir con la expresión del habla o impedirla por completo. Con la ayuda de apoyo y orientación, las personas con discapacidad intelectual leve pueden aprender a actuar de forma bastante independiente en los asuntos cotidianos. Sin embargo, a menudo necesitan ayuda con diversas tareas domésticas, su economía y vivienda, pero a menudo pueden vivir solos y ocuparse de los aspectos básicos de sus finanzas.

Características de la comunicación en DI moderada

Las personas con discapacidad intelectual moderada suelen ser capaces de estructurar bien las situaciones y entornos que les resultan familiares. Pueden tomar la iniciativa en la comunicación y responder de forma recíproca. Pueden aprender bien el lenguaje claro que se utiliza en situaciones cotidianas. Sin embargo, comprender el lenguaje conceptual y trabajar con imágenes les supone un reto. Es importante que tengan a su disposición métodos de comunicación que apoyen y sustituyan al habla cuando sea necesario. Las personas con discapacidad intelectual moderada suelen aprender a expresarse mediante el habla, aunque su aprendizaje es bastante lento, y a menudo utilizan otros medios de comunicación que apoyan y sustituyen a este. A menudo aprenden a comprender el habla estructurada y gramaticalmente clara. Sin embargo, la mayoría necesita métodos de comunicación aumentativa y comunicativa junto con el habla, ya que puede resultar difícil para los demás interpretarla debido a sus anomalías lingüísticas o de pronunciación. Una persona con discapacidad intelectual moderada usualmente enfrenta problemas similares en sus actividades diarias a los de una persona con discapacidad intelectual grave. Necesitan servicios de vivienda, así como orientación y ayuda con la higiene, entre otras cosas. Sus habilidades para aprender a leer y a escribir también son deficientes. Las personas con discapacidad intelectual secundaria pueden afrontar las actividades diarias de forma bastante independiente siempre y cuando cuenten con apoyo, sin embargo, la necesidad del mismo varía de persona a persona. Pueden realizar tareas limitadas y supervisadas.

Características de la comunicación en la discapacidad intelectual grave

La mayoría de las personas con discapacidad intelectual grave tienen dificultades de comunicación. A menudo entienden un lenguaje sencillo relacionado con una situación que les resulta familiar. Para facilitar su comprensión, muchas veces necesitan de otros métodos para apoyar y reemplazar el habla, como expresiones faciales, el gesto de señalar, entonaciones de voz u otros medios visuales o más concretos que ayuden a una mejor percepción del mensaje. La mayoría de ellos necesitan diferentes métodos alternativos de comunicación a lo largo de sus vidas. Las personas con discapacidad intelectual grave necesitan apoyo y asistencia constantes en diferentes áreas de la vida, como actividades cotidianas, por ejemplo, la higiene y la selección de ropa. Carecen de habilidades de lectura y escritura y no perciben las horas del día ni conocen, por ejemplo, el valor del dinero. Por lo tanto, apoyar e interactuar con otras personas es esencial para obtener una buena calidad de vida. Con la ayuda de una rehabilitación larga y orientada a objetivos, una persona con discapacidad intelectual grave puede aprender las habilidades necesarias para sus actividades diarias y hacerles frente de forma bastante independiente. Puede realizar tareas limitadas y supervisadas.

Características de la comunicación en la discapacidad intelectual profunda

En la mayoría de los casos, una persona con discapacidad intelectual profunda tiene una percepción bastante desestructurada del mundo que le rodea y de su relación con él. A menudo carecen de condiciones suficientes para promover la iniciativa y la acción activa, por estas razones dependen en gran medida de los esfuerzos de las personas cercanas para establecer contacto y formas de acción como la comunicación y la interacción. Este grupo de personas con discapacidad intelectual tiene dificultades de comunicación, y los medios de expresión suelen ser la vocalización, la apariencia física, la mirada, gestos simples como señalar o alcanzar, y la actividad general o la pasividad. Para que la interacción sea exitosa, la persona cercana debe considerar formas que permitan a la persona con discapacidad intelectual percibir experiencias sensoriales claras que se destaquen del resto del entorno. El tacto y el movimiento deben utilizarse en la comunicación. Las personas con discapacidad intelectual profunda pueden percibir el mundo que les rodea a pesar de sus deficiencias sensoriales y limitaciones de movimiento, pero esto requiere que las personas cercanas a ellos se adapten al entorno a fin de apoyar sus necesidades. En esta situación, el entorno juega un rol clave en el éxito de la comunicación y de la interpretación para que las personas puedan entender el mensaje, que se transmite incluso de forma individual. Usualmente estas personas aprenden a distinguir entre situaciones y las personas con las que pueden reaccionar mediante sonrisas por ejemplo. Para una persona con discapacidad intelectual profunda, comprender las expresiones del habla es difícil. Por lo tanto, la persona que se comunica debe usar otros canales de comunicación al mismo tiempo que las expresiones faciales. Los mensajes se pueden aclarar al usar diferentes tonos, objetos, comunicación de objetos y expresiones faciales. El interlocutor debe utilizar los mismos métodos aumentativos y alternativos de comunicación en las situaciones de interacción en las que intervienen las personas con discapacidad intelectual. Las personas con discapacidad intelectual profunda también se caracterizan por tener dificultades motoras, por lo que están sujetas a muchos procedimientos diferentes. El objetivo es activar esas dificultades a través de métodos especiales. Las personas con discapacidad intelectual profunda pueden aprender tareas simples, sin embargo, necesitan orientación y atención constantes. Una persona con discapacidad intelectual profunda depende completamente de la ayuda de otras personas y su necesidad básica es la supervisión las 24 horas del día. Necesita ayuda en todas sus actividades diarias porque le resulta difícil ocuparse de sus asuntos personales.



Trastornos asociados y necesidades de comunicación

La discapacidad intelectual (DI) se clasifica como un «trastorno del desarrollo intelectual» en la clasificación de la OMS, como una «discapacidad intelectual» en la clasificación americana DSM 5 y como una «deficiencia mental» en la clasificación francesa CFTMEA. Se trata de diversos trastornos asociados a la discapacidad intelectual como comorbilidades: enfermedades físicas, trastornos motores, trastornos sensoriales, trastornos cognitivos y trastornos mentales.

El DSM 5 (p. 45) distingue entre trastornos del neurodesarrollo (trastornos de la comunicación, trastornos del espectro autista, déficit de atención, movimientos estereotipados, trastornos neurocognitivos mayores, trastornos específicos del aprendizaje) y trastornos mentales (trastorno depresivo, bipolar, de ansiedad, de control de los impulsos, trastornos de la personalidad).

Entre los trastornos mencionados anteriormente, los más comunes en la discapacidad intelectual son: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Trastorno del Espectro Autista, Trastorno Depresivo, Trastorno Bipolar, Trastorno de Ansiedad, Trastorno de Control de Impulsos y Trastornos Neurocognitivos Mayores.

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) causa importantes deterioros funcionales que varían desde un aumento de enfermedades mentales comórbidas, abuso de sustancias, lesiones accidentales y desempleo hasta muchos otros dominios de la vida (Gjervan et al, 2012). Las personas con TDAH y DI tienen un “doble déficit” en el funcionamiento cognitivo secundario tanto al TDAH como a la DI. Esto, entre muchas otras restricciones, puede perjudicar significativamente la comunicación en los tres componentes: habla, lenguaje y uso.

Las personas con DI y TDAH presentan un mayor volumen y variabilidad en el tono al hablar, junto con patrones particulares como un mayor número de pausas vocales. También se observan más repeticiones vocales o palabras de relleno, mientras intentan organizar sus pensamientos.

Debido a la distracción y a los síntomas relacionados con el TDAH, las personas tienen más probabilidades de salirse del tema al hablar. También suelen tener dificultades para encontrar las palabras adecuadas y organizar sus pensamientos de forma rápida y lineal en una conversación.

La comprensión auditiva puede verse afectada directamente, en particular debido a la dificultad para manejar un lenguaje hablado rápidamente o para manejar entornos ruidosos y que distraen. Al escuchar, pueden perder el hilo de la conversación por completo o pasar por alto detalles y, por lo tanto, no registrar información vital.

Prestar atención al hilo de la conversación también puede volverse aún más problemático para una persona con DI y TDAH en grupos o cuando se encuentra en una situación ruidosa. Pueden distraerse con cualquier pequeña interrupción. La capacidad, también, de mantener la atención en un solo hablante y pasar de un hablante a otro es un desafío, con implicaciones sociales.

Debido a la distracción, la impulsividad u otros deterioros de la función ejecutiva, es posible que no sigan esas mismas reglas en un momento determinado, o que ni siquiera se den cuenta de las señales sociales (como "espera tu turno para responder").



La discapacidad intelectual con comorbilidad TDAH suele asociarse a cuadros epilépticos más complejos. En este caso, se observa una mayor carga de síntomas y una mayor comorbilidad mental (Holdsworth et al, 1974), (Reilly et al, 2017), (Ettinger et al, 2015). Más concretamente, las personas tienen más dificultades para entender lo que alguien está diciendo. Tienen dificultades para comprender las señales o rutinas del entorno. Les resulta más difícil comunicarse con otras personas mediante el lenguaje corporal o las expresiones faciales. Esto podría deberse a que una persona tiene dificultad para hablar o dificultades con la interacción social. Les resulta aún más difícil prestar atención y escuchar a una persona o prestar atención a una actividad.

El trastorno del espectro autista (TEA) y la discapacidad intelectual (DI) suelen coexistir; las estimaciones recientes sugieren que aproximadamente el 30 % de las personas del espectro autista tienen DI (Baio et al., 2018), con una prevalencia aún mayor en muchos casos (Thurm et al., 2019). Las personas con este diagnóstico dual, además de sus dificultades en la capacidad cognitiva y el funcionamiento adaptativo, presentan dificultades significativas en la interacción social y la comunicación, con conductas repetitivas y un procesamiento sensorial alterado, típicos del espectro autista. Las personas del espectro autista con DI coexistente suelen experimentar mayores dificultades en la comunicación verbal y no verbal, conductas persistentes preocupantes y exhiben con frecuencia conductas repetitivas, estereotipadas y autolesivas en comparación con sus contrapartes sin DI coexistente (Tureck et al., 2014) (1).

Más específicamente, en las personas con DI y TEA, a menudo se observan habilidades de conversación no verbal deficientes, como la falta de uso de gestos con las manos, como señalar, y evitar el contacto visual. Esto conduce a sentimientos de frustración y, en consecuencia, a problemas de conducta. También se observa a menudo un cambio constante de tema. Algunas personas tienen problemas para "mantenerse en un tema específico" porque sus mentes se mueven rápidamente y procesan información y muchos estímulos a la vez. A veces, estas personas pierden el interés en lo que están hablando y quieren pasar a un tema de conversación diferente. El enfoque en el significado literal de las palabras es muy común. Las personas con este doble diagnóstico suelen tener más problemas para comprender lenguajes expresivos o metáforas. El lenguaje repetitivo o rígido también es otro rasgo comunicativo característico de las personas con DI y TEA. Estas personas pueden decir cosas sin significado directo o relevancia para la conversación. A menudo, presentan ecolalia, lo que significa que repiten palabras que han escuchado. La prosodia, es decir, el ritmo y la entonación de la voz, también puede estar alterada. Pueden existir intereses limitados y habilidades excepcionales hasta el punto en que la persona puede centrar su interés comunicativo en estos temas en particular. Son capaces de comunicar un monólogo completo sobre el tema de interés sin ser capaces de mantener una conversación completa.

Las habilidades pragmáticas son, también, un reto común al que se enfrentan estas personas en relación con las dificultades para utilizar el lenguaje y la comunicación social de forma eficaz en situaciones sociales. Estos retos pueden afectar a diversos aspectos de la vida diaria, como hacer amigos, participar en conversaciones y comprender las señales sociales.

En lo que respecta a los trastornos mentales, las investigaciones muestran que estos son tres o cuatro veces más frecuentes entre las personas con DI, en comparación con la población general (Cooper y Collacott 1996; Deb et al. 2001). Las personas que tienen una comorbilidad con trastornos mentales muy a menudo acaban siendo apartadas socialmente porque existe un prejuicio contra ellas y un estigma social. Esto es resultado de la coexistencia de la DI con un trastorno mental, lo que complica aún más la vida diaria de la persona (Torr, 2013).

La vulnerabilidad a los trastornos mentales en las personas con discapacidad intelectual se sustenta en una variedad de factores biológicos, psicológicos y sociales. Las personas con discapacidad intelectual más leve y buenas habilidades de comunicación suelen ser capaces de describir lo que están experimentando y suelen presentarse de una manera familiar para la mayoría de los profesionales de la salud mental. Sin embargo, la presentación suele ser atípica en aquellos con discapacidad intelectual más grave o en personas con dificultades de comunicación. Por lo tanto, los equivalentes conductuales son la expresión de signos y síntomas de enfermedad mental a través del comportamiento en lugar de a través de una descripción verbal. El impacto que tienen las diferentes enfermedades mentales en la comunicación puede verse exacerbado en las personas con discapacidad intelectual (p. ej., el habla lenta asociada con la depresión también puede presentarse en personas con discapacidad intelectual como verbalización reducida).

Las investigaciones muestran que la depresión es uno de los trastornos mentales más frecuentes en adultos con discapacidad intelectual (Borthwick-Duffy, 1994; Linna et al., 1999; Richards et al., 2001). También se ha demostrado que los niños y adultos con discapacidad intelectual presentan mayores tasas de problemas de conducta, aislamiento social y estado de ánimo irritable cuando están deprimidos. Se informó que las personas con DI experimentaban tristeza, cansancio, agitación, autocrítica, llanto, pérdida de energía, cambios en los patrones de sueño, irritabilidad y pérdida de interés en actividades que antes disfrutaban (McGillivray y McCabe, 2007). Las personas deprimidas con discapacidad intelectual leve experimentan una alta tasa de interacciones sociales estresantes y su discapacidad se asoció con una mayor frecuencia de interacciones sociales negativas (Nezu, Nezu, Rothenberg, DelliCarpini y Groag 1995). Por lo tanto, una alta tasa de ansiedad es más frecuente en niños y adolescentes con discapacidades intelectuales que en sus pares de desarrollo normal (Dekker y Koot, 2003; Emerson, 2003; Whitaker y Read, 2006). Por lo tanto, los niños y adolescentes con discapacidades intelectuales que ya enfrentan limitaciones cognitivas y, a veces, físicas adicionales pueden verse aún más restringidos en sus acciones. Además, la ansiedad parece estar asociada con niveles más altos de comportamiento desafiante y otros problemas de conducta (Pruijssers et al., 2014; Moskowitz et al., 2017) y niveles más bajos de aceptación social y relaciones de amistad.

En comparación con la población general, parece que el trastorno bipolar también existe en una tasa doble en aquellos diagnosticados con DI (Cain et al., 2003; Cooper, Smiley, Allison y Morrison, 2018; Cooper, Smiley, Morrison, Williamson y Allan 2007). En el caso de las personas con diagnóstico dual de DI y trastorno bipolar, la agresión es un comportamiento observado con frecuencia (Tsioulis, Kim y Cohen, 2011). Una variedad de conductas desafiantes y deterioros funcionales se han asociado con la manía en personas con DI (Cain et al., 2003). Las personas con DI diagnosticadas con trastorno bipolar tenían más probabilidades de mostrar más síntomas del estado de ánimo, como irritabilidad, estado de ánimo elevado y estado de ánimo eufórico, que las personas diagnosticadas con depresión no psicótica, depresión mayor (con psicosis) o esquizofrenia (Cain et al., 2003). Además, también se informó que las personas con trastorno bipolar y DI tenían más probabilidades de presentar síntomas no relacionados con el estado de ánimo, como mayor autoestima, habla alterada, mayor energía, menor sueño, distracción y mayor participación en actividades placenteras (2). El habla apresurada puede aparecer como un aumento de la vocalización (velocidad o volumen) o gesticulación en personas con lenguaje expresivo limitado (3). Se observan mayores déficits en las habilidades sociales, como “vocalizaciones repetitivas inapropiadas”, “comentarios embarazosos”, “molestar a los demás” (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993), (Cain et al., 2003), (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993).

La impulsividad en las personas con DI es mayor que en las personas con un desarrollo neurotípico, porque el desarrollo cognitivo está asociado con la inhibición conductual (Burbidge et al., 2010), (Seager y O'Brien, 2003). Uno de cada siete adolescentes con DI muestra conductas impulsivas (Bradley e Isaacs, 2006). La impulsividad es una característica común de los trastornos mentales antes mencionados y puede ser un síntoma bastante llamativo. Sin embargo, los síntomas pueden progresar hasta el punto en que se presentan en episodios distintos y frecuentes y comienzan a interferir con el funcionamiento normal de la persona. Este es el caso de las personas con discapacidad intelectual y trastorno del control de los impulsos, donde los efectos son aún más significativos en el funcionamiento y la comunicación del individuo. De hecho, muchas compulsiones caracterizan las conductas del individuo o los rituales que uno se siente impulsado a llevar a cabo repetidamente. Todo lo anterior se realiza en un intento de moderar las obsesiones, y el alivio es breve porque los pensamientos obsesivos generalmente regresan con más fuerza. La comunicación se ve consecuentemente interrumpida debido a la incapacidad de autocontrol y a la inhibición del comportamiento individual, con consecuencias significativas para las habilidades académicas, sociales y cognitivas del individuo.

En cuanto a las comorbilidades neurocognitivas, la demencia puede ser más frecuente en adultos mayores con discapacidad intelectual que en la población general. Las personas con síndrome de Down presentan un mayor riesgo de enfermedad de Alzheimer (4).

La característica esencial de estos trastornos neurocognitivos asociados en personas con discapacidad intelectual es el deterioro de las cogniciones cognitivas preexistentes que provocan un deterioro aún más grave en el funcionamiento diario de la persona en comparación con su nivel previo. Las etapas posteriores de la demencia entre las personas con síndrome de Down se asocian con dispraxia (Prasher, 1995), así como con el desarrollo de síntomas neurológicos como problemas para tragar, sacudidas mioclónicas y convulsiones. Esta persona tiene dificultades significativas para comunicar con éxito incluso información básica. Por ejemplo, las respuestas sí/no pueden ser inexactas. Esto puede extenderse al uso de la comunicación no verbal, como asentir, sacudir la cabeza o hacer gestos con los pulgares hacia arriba/abajo. De esta forma, la persona puede indicar sí cuando quiere decir no y viceversa. En general, la historia natural de estos trastornos implica una pérdida progresiva de habilidades, una mayor pérdida de independencia y, por tanto, una mayor dependencia de otras personas para la asistencia personal y el mantenimiento de la rutina diaria.

En conclusión, los trastornos asociados afectan aún más las habilidades de comunicación de las personas con discapacidad intelectual. Los trastornos asociados mencionados aquí afectan aún más la capacidad de una persona para comprender lo que se dice, lo que incluye escuchar, prestar atención, habilidades de memoria y procesamiento de información. Afectan tanto a la comprensión como a la expresión, y estos pueden variar de leves a graves. Las personas con un diagnóstico doble tienen aún más dificultades para comunicar sus deseos y necesidades. Son incapaces de describir su experiencia, sus síntomas o lo que sienten y utilizan, principalmente, la conducta para comunicar su angustia y sus necesidades. Estas dificultades deterioran aún más sus relaciones interpersonales y conducen al aislamiento social.

1.<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1750946721000404>

2.<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6813838/>

3.<https://www.aucd.org/docs/webinars/Mental%20Health%20Diagnosis%20in%20IDD%20-%20AUCD.pdf>

4.<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0891422213000851>.

¿Qué es la comunicación?

“ La comunicación es: la forma en la que controlamos nuestras vidas, la forma en la que establecemos relaciones de amistad, la forma en la que nos volvemos independientes, la forma en la que elegimos, la forma en la que expresamos nuestros sentimientos, pensamientos. ”

De acuerdo con la Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición (ASHA por sus siglas en inglés), la comunicación es el proceso activo del intercambio de información e ideas. La comunicación implica la comprensión y la expresión. La comunicación incluye movimientos corporales, gestos, objetos, verbalización, vocalización, imágenes, signos, símbolos, palabras impresas y resultados de dispositivos de comunicación aumentativos y alternativos (CAA) personalizados. Cuando la comunicación es efectiva, ambas partes pueden expresar sus necesidades, deseos, sentimientos y preferencias de tal manera que estos puedan ser comprendidos por los demás.

El derecho de toda persona a la libertad de expresión, la libre determinación y la inclusión está reconocido en varios acuerdos y declaraciones internacionales sobre derechos individuales. El artículo 19 de la Declaración Universal de Derechos Humanos establece: Toda persona tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas sin límites por cualquier medio de expresión.

La posible discapacidad o la necesidad de apoyo no deben afectar los derechos de la persona. El artículo 21 de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) establece:

“Los Estados Partes adoptarán todas las medidas pertinentes para garantizar que las personas con discapacidad puedan ejercer el derecho a la libertad de expresión y opinión, incluida la libertad de buscar, recibir y difundir información e ideas en igualdad de condiciones con las demás y mediante todas las formas de comunicación de su elección, tal como se define en el artículo 2 de la presente Convención, incluso mediante:

a) Proporcionar a las personas con discapacidad información destinada al público en general en formatos accesibles y tecnologías adecuadas a los diferentes tipos de discapacidad, de manera oportuna y sin costo adicional; b) Aceptar y facilitar el uso de las lenguas de señas, el sistema Braille, la comunicación aumentativa y alternativa y todos los demás medios, modos y formatos de comunicación accesibles de su elección por las personas con discapacidad en las interacciones oficiales; c) Instar a las entidades privadas que prestan servicios al público en general, incluso a través de Internet, a que proporcionen información y servicios en formatos accesibles y utilizables para las personas con discapacidad; d) Alentar a los medios de comunicación, incluidos los proveedores de información a través de Internet, a que hagan que sus servicios sean accesibles a las personas con discapacidad; e) Reconocer y promover el uso de las lenguas de señas”

Etapas del desarrollo

Etapas del desarrollo

Infancia temprana (0-6 años):

Arrullos (2-3 meses): El bebé produce sonidos de arrullo, expresando placer.

Balbuceo (6-8 meses): El balbuceo implica repetir combinaciones de consonantes y vocales (p. ej., "ba-ba-ba").

Gestos (9-12 meses): El bebé comienza a usar gestos como señalar para comunicar necesidades.

Primeras palabras (12-18 meses): El bebé dice sus primeras palabras reconocibles.

Ampliación del vocabulario (18-24 meses): El niño pequeño aprende más palabras y comienza a combinarlas en frases simples.

Primeras oraciones (2-3 años): el niño forma oraciones simples y amplía su vocabulario.

Desarrollo gramatical (4-6 años): las oraciones se vuelven más complejas y las habilidades gramaticales mejoran.

Habilidades narrativas (4-6 años): el niño comienza a contar historias coherentes.

Infancia Intermedia (7-12 años):

Crecimiento del vocabulario (7-9 años): el vocabulario continúa expandiéndose.

Habilidades de lectura y escritura (7-12 años): el niño aprende a leer y escribir, lo que mejora sus habilidades de comunicación.

Habilidades lingüísticas complejas (10-12 años): el niño expresa ideas y pensamientos de manera más elaborada.

Adolescencia (13-18 años):

Pensamiento abstracto (13-15 años): Los adolescentes desarrollan habilidades de pensamiento abstracto y crítico, lo que mejora la complejidad de la comunicación.

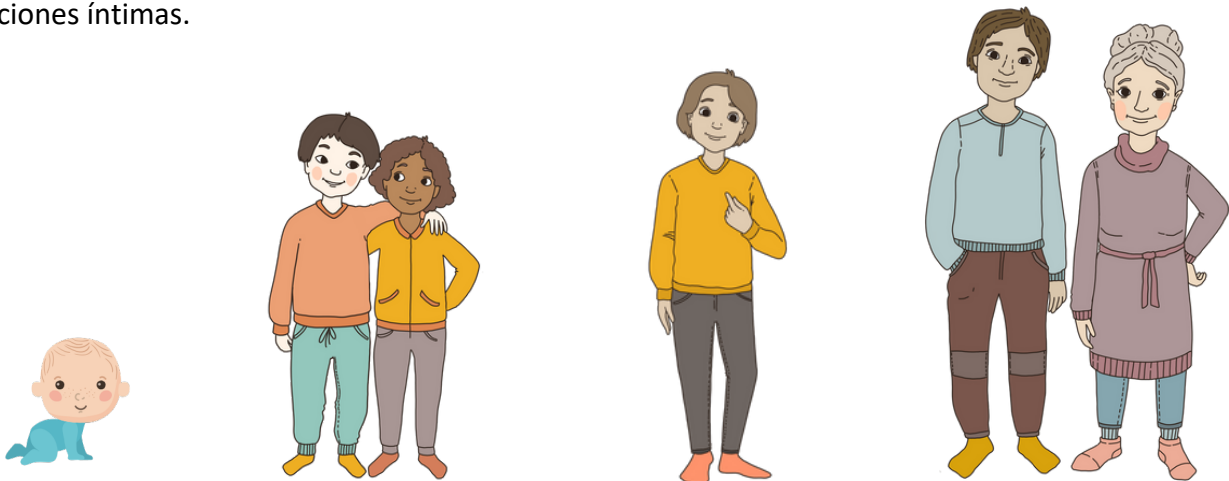
Comunicación persuasiva (16-18 años): Los adolescentes perfeccionan su capacidad para persuadir, argumentar y expresar opiniones de manera eficaz.

Comunicación social (13-18 años): La comunicación se vuelve más matizada y se centra en las interacciones y relaciones sociales.

Edad adulta temprana (19-25 años):

Comunicación profesional (19-25 años): Los adultos jóvenes perfeccionan sus habilidades de comunicación para contextos académicos y profesionales.

Relaciones íntimas (19-25 años): Las habilidades de comunicación son cruciales para formar y mantener relaciones íntimas.



¿Cómo afecta la discapacidad intelectual a la comunicación?

El desarrollo del lenguaje: Las personas con discapacidad intelectual pueden experimentar demoras en el desarrollo del lenguaje. Esto puede afectar tanto el lenguaje expresivo (comunicación hablada o escrita) como el lenguaje receptivo (comprensión y procesamiento de la información).

La comunicación social: A las personas con discapacidad intelectual les puede resultar difícil comunicarse socialmente de manera eficaz. Esto incluye dificultades para comprender las señales sociales, mantener un contacto visual adecuado e interpretar la comunicación no verbal.

Habilidades lingüísticas pragmáticas: el lenguaje pragmático se refiere al uso del lenguaje en contextos sociales. Las personas con discapacidad intelectual pueden tener dificultades con las habilidades lingüísticas pragmáticas, lo que les dificulta participar en conversaciones de manera adecuada, respetar los turnos en la comunicación o comprender los matices de esta en entornos diferentes .

Producción de sonidos del habla: algunas personas con discapacidad intelectual pueden experimentar dificultades para articular los sonidos del habla con claridad. Esto puede afectar la inteligibilidad del habla, lo que dificulta la comprensión del mensaje por parte de los demás.

Memoria de trabajo: la discapacidad intelectual puede afectar la memoria de trabajo, lo que dificulta el procesamiento y retención de la información durante el proceso de comunicación. Esto puede afectar su capacidad para seguir instrucciones, participar en debates o comprender un lenguaje más complejo.

Estrategias de comunicación adaptativa: las personas con discapacidad intelectual pueden desarrollar estrategias de comunicación adaptativa para compensar sus desafíos. Estas estrategias pueden incluir el uso de gestos, apoyos visuales o dispositivos de comunicación aumentativa y alternativa (CAA).

Interlocutores y su papel en el proceso de comunicación

El éxito de la interacción comunicativa depende de las habilidades comunicativas de cada individuo que participa en el intercambio. Un interlocutor es la persona o personas que envían y reciben mensajes entre sí. Este término se utiliza con frecuencia para referirse a las personas que utilizan CAA. En esta guía, el término "interlocutores" se utiliza para referirse a todos aquellos que participan directa o indirectamente en el proceso de comunicación con personas que presentan dificultades al comunicarse. Los interlocutores tienen un papel fundamental en el apoyo a las personas con discapacidad intelectual. Interactúan con el individuo en diferentes roles y en diferentes entornos.

Una discapacidad en la comunicación impacta directamente no solo a las personas que intervienen en el proceso, sino también, indirectamente, a sus familias, así como a otros interlocutores más "lejanos", como compañeros de vida/amigos, profesionales y miembros de la comunidad. En base a eso, la discapacidad en la comunicación está inexorablemente vinculada con el nivel de comunicación de cada persona. Sin embargo, esto afecta también a otros niveles como a las autoridades o a los proveedores de servicios.

A nivel individual:

Involucra interlocutores directos (familia, amigos, trabajadores de apoyo y otros) los que pueden identificar lo que funciona mejor para la persona con DI (comunicación inmediata / interacción con otras personas).

Su papel en el proceso de comunicación:

Garantizar que utilicen herramientas o métodos de comunicación inclusivos para maximizar el acceso a información clave y la expresión propia. Garantizar que las personas con dificultades para comunicarse puedan utilizar herramientas o métodos de comunicación inclusivos, incluida la CAA, para comprender la información y expresarse de tal manera que utilicen sus puntos fuertes de comunicación y satisfagan esas necesidades. Cualquier método de comunicación (verbal o no verbal) que funcione mejor para una persona debe ser utilizado de manera consistente por todos los que se comuniquen directamente con ella. Como la naturaleza de cada discapacidad es diferente, la calidad de vida de las personas con discapacidad depende de la interacción de sus características personales con los factores ambientales. El bienestar de los ciudadanos de una sociedad se construye en función de las decisiones políticas y los acuerdos legislativos que reconocen el derecho de cada ciudadano a mantener el control sobre su vida diaria y a ser capaz de satisfacer sus necesidades básicas (psicológicas, morales y biológicas). Más específicamente, la aplicación de la comunicación inclusiva puede considerarse como la inclusión de tres niveles que están directa o indirectamente involucrados en el proceso de comunicación de la persona. Es así que un modelo holístico de comunicación inclusiva debe incluir y enfatizar la importancia de todos los niveles.

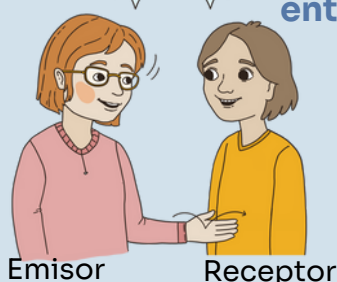
A nivel de proveedores de servicios:

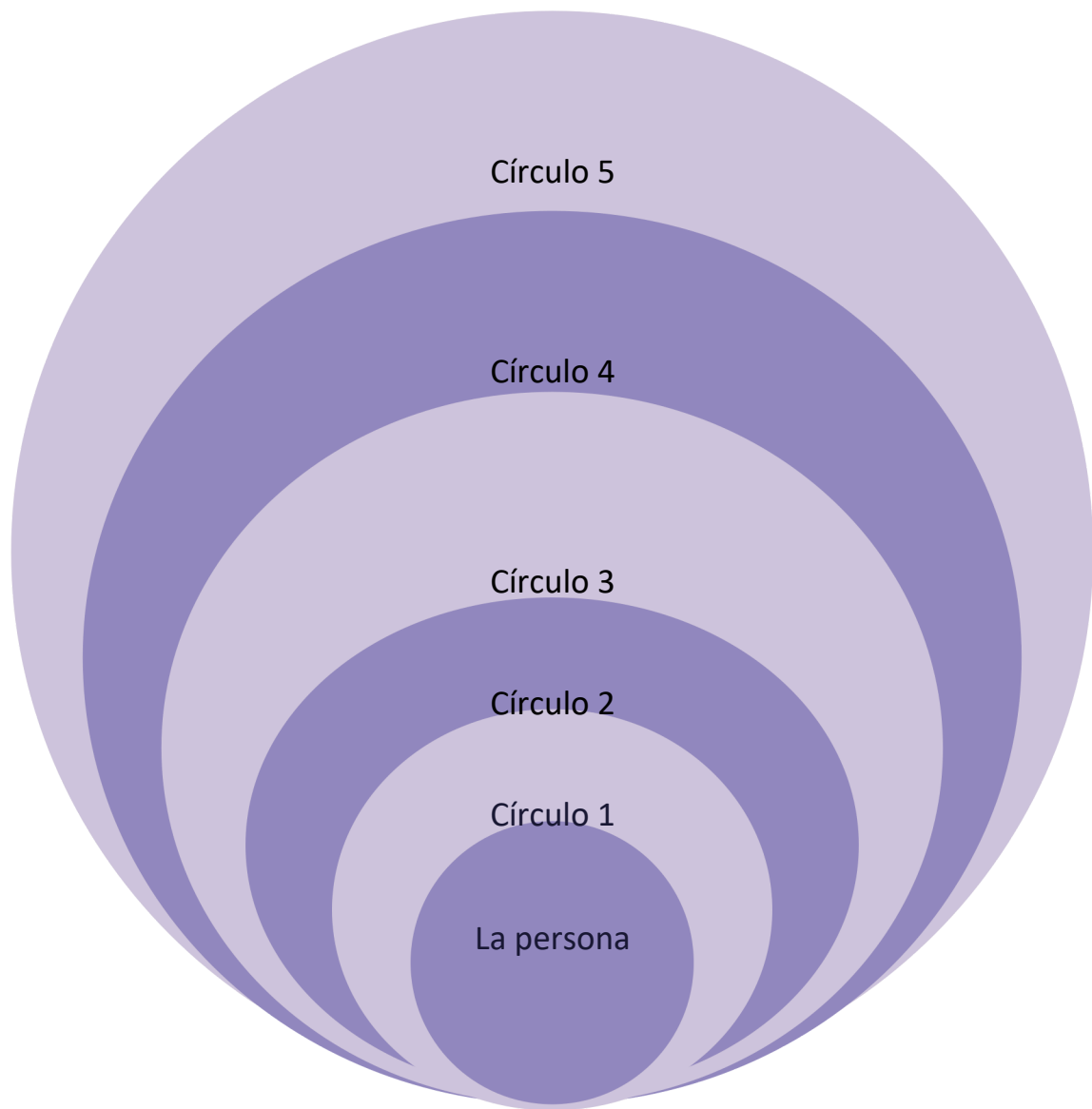
Servicios, organizaciones, por ejemplo, líderes, gerentes de servicios. Garantizar que las barreras de comunicación ya no restrinjan el acceso a los servicios. Los proveedores de servicios, como los líderes y gerentes de organizaciones, servicios o lugares en los que se encuentran las personas con discapacidad de comunicación, garantizan que se implementen prácticas de comunicación inclusivas y que haya acceso a los servicios sin restricciones. Esto incluye garantizar una planificación conjunta actualizada, capacitación y acceso a recursos de CAA adecuados.

A nivel de autoridades: Garantizar que las necesidades de comunicación de toda la población sean atendidas por las autoridades locales, la OMS, las Naciones Unidas, los líderes y las partes interesadas clave. Las autoridades locales y las partes interesadas clave a nivel de la población reconocen, comprenden y comparten la necesidad de una comunicación inclusiva, de modo que se satisfagan las diversas fortalezas y necesidades de comunicación de comunidades y poblaciones enteras. El nivel de las autoridades establece y formula políticas, el nivel de los proveedores de servicios planifica e implementa y el nivel individual se basa en lo que se ha logrado en los otros dos niveles y se beneficia de ellos.

Communication is the process of sending and receiving messages through verbal or nonverbal means

Mensaje Retroalimentación





- Círculo 1:** compañeros de comunicación cercanos y permanentes (padres, hermanos, etc.)
Círculo 2: amigos/familiares cercanos
Círculo 3: personas conocidas pero no amigos cercanos.
Círculo 4: profesionales (médicos, psicólogos, educadores, maestros, logopedas, etc.)
Círculo 5: compañeros desconocidos

Estos círculos representan diferentes capas de la vida de una persona. Cada círculo añade un color único a la historia de sus experiencias personales y sociales. Juntos, crean un mosaico que refleja la fuerza de las relaciones y la variedad de conexiones que dan forma a quiénes son. Es como un tapiz colorido que cuenta la historia de su viaje, en el que cada círculo aporta su propio hilo especial a la narrativa.

¿Qué es la comunicación inclusiva?

La comunicación eficaz es un ingrediente crucial para el éxito del cambio y una herramienta que puede utilizarse para abordar directamente cualquier necesidad identificada (Lewis, 2006; Lewis et al, 2006).¹ La comunicación inclusiva es clave para una comunicación eficaz, porque permite la participación activa de todos los miembros de la sociedad/comunidad.

Si se considera una discapacidad de comunicación desde una perspectiva social, se puede pensar que, como cualquier forma de discapacidad, se forma y se establece no tanto a partir de la discapacidad individual en sí, sino más bien a partir de diferentes niveles de barreras sociales (Walmsley, 2001).

De ello se desprende que superar dichas barreras es esencial para la mejora de la calidad de vida de las personas con cualquier dificultad de comunicación. Para ello, el concepto de comunicación inclusiva resulta útil, ya que su objetivo es reducir las barreras de comunicación.

Los cinco estándares de una buena comunicación

Una buena comunicación permite relaciones inclusivas, ayudando a las personas a tener una variedad de opciones, mayor control, mayor independencia y mejores resultados de salud. Las mejoras sostenibles en la comunicación solo se pueden lograr mediante un "enfoque de sistemas completo".

El Real Colegio de Terapeutas del Habla y el Lenguaje (RCSLT) recomienda cinco estándares de buenas prácticas para satisfacer las necesidades de habla, lenguaje y comunicación de las personas. Estos estándares proporcionan un marco práctico mediante el cual las familias, los cuidadores, los amigos, los profesionales y los comisionados pueden saber si un servicio ha realizado ajustes razonables en su práctica de comunicación. Cada estándar está claramente definido en términos de qué es un estándar, a qué se denomina una buena comunicación y cómo sabrán los demás que se ha logrado.

Estándar 1: Hay una descripción detallada de la mejor manera de comunicarse con las personas. Todos comprenden y valoran las necesidades de habla, lenguaje y comunicación de una persona. Las personas reciben apoyo y se las implica en el proceso, junto con las personas que las conocen mejor, para desarrollar una descripción detallada de las mejores formas de interactuar juntas. Esta descripción es acordada, activa, actualizada periódicamente y fácilmente disponible. Esta descripción puede denominarse pasaporte, directriz o perfil de comunicación. Incluye las mejores maneras de apoyar la comprensión y la expresión, promoviendo la interacción y la participación así como describiendo "cómo interactuar con alguien".

Estándar 2: Los servicios muestran cómo apoyan a las personas con dificultades de comunicación para que participen activamente en las decisiones sobre su atención y sus servicios. Los proveedores de servicios reconocen que las personas comprenden y se expresan de diferentes maneras. Para ellas, esto significa obtener información y expresarse de maneras que satisfagan sus necesidades. La comunicación inclusiva es un enfoque que busca "crear un entorno de comunicación de apoyo y eficaz, utilizando todos los medios de comunicación disponibles para comprender y ser comprendido". Para que los servicios demuestren inclusión y participación, a menudo se requieren soluciones innovadoras y creativas para comprender las opiniones de las personas involucradas.

Estándar 3: El personal valora y utiliza de manera competente los mejores enfoques para comunicarse con cada individuo. El personal reconoce las dificultades de comunicación.

Entiende que necesita cambiar su estilo de comunicación para apoyar al usuario del servicio y tiene el conocimiento y las habilidades para adaptar sus niveles, estilos y métodos de comunicación. El personal es consciente de los factores que afectan la comunicación, especialmente la audición, la vista y la integración sensorial. El personal sabe cómo son, qué piensan y cómo dicen las cosas. El personal comprende cómo una buena comunicación sustenta el consentimiento informado y la capacidad.

Estándar 4: Los servicios crean oportunidades, relaciones y entornos que hacen que las personas quieran comunicarse.

Un entorno comprensivo, acogedor y socialmente enriquecedor es fundamental para las relaciones de todas las personas, y en particular de las personas con dificultades de comunicación. Las relaciones son fundamentales para el bienestar de la persona. Conseguir un entorno de comunicación adecuado contribuye a dejar que las personas vivan vidas valiosas y significativas. Es la calidad de la interacción la que contribuye al bienestar emocional y mental en general, proporcionando un sentido de pertenencia, participación e inclusión. La interacción puede no implicar necesariamente el habla. La interacción es una forma de “estar” con otra persona, estableciendo un contacto significativo con aquellas personas a las que les es difícil llegar o que es, muchas veces, fácil ignorar.

Estándar 5: Se apoya a las personas para que comprendan y expresen sus necesidades en relación con su salud y bienestar.

Las personas con discapacidad de aprendizaje enfrentan desigualdades en materia de salud. La comunicación limitada y los escasos conocimientos sobre salud reducen la capacidad de transmitir sus necesidades de salud de manera efectiva. Es esencial considerar las dificultades de comunicación para ayudar a las personas con su salud. Llegar a un diagnóstico puede resultar difícil si una persona no puede describir sus signos y síntomas fácilmente, o si su comportamiento es malinterpretado. El personal debe ser consciente de cómo las personas se comunican sobre su salud y cómo muestran que tienen dolor. Esto incluye considerar la mala salud como una causa de cambios en el comportamiento. Saber cuánto puede llegar a comprender una persona también es esencial para decidir sobre su capacidad para recibir un determinado tratamiento de salud.

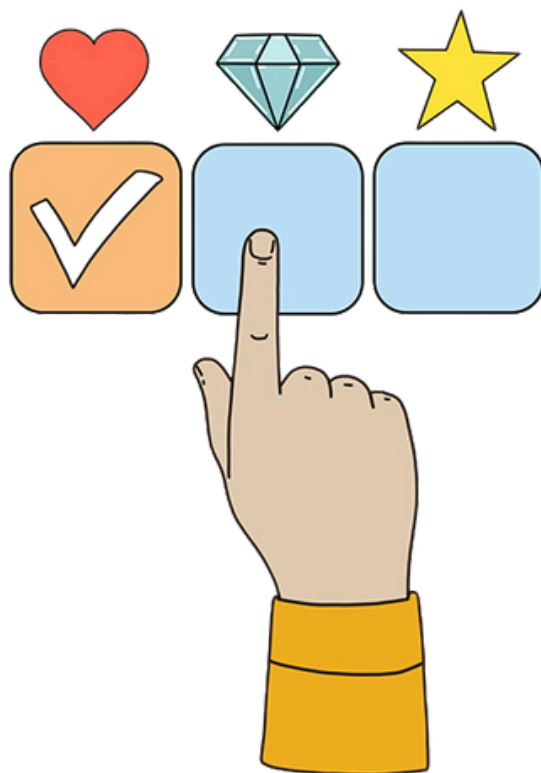
En consecuencia, observamos que la comunicación inclusiva reduce la desigualdad y el aislamiento social. Promueve los derechos humanos y ayuda a las autoridades públicas a evitar la discriminación. La comunicación inclusiva hace que los servicios sean más accesibles para todos. Ayudará a lograr resultados exitosos para las personas y la comunidad en general. Permite a las personas vivir de forma más independiente y participar en la vida pública.



Enfoques para apoyar la comunicación

“Los empleados no necesitan saber cómo usar todas las herramientas y métodos para apoyar la comunicación. Sin embargo, es importante que el empleado entienda la importancia de usar los métodos en términos de la implicación del cliente”.

Manual de servicios para personas con discapacidad, Finlandia



Cuando se trata de apoyar la comunicación de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo (IDD), es importante considerar sus necesidades y capacidades únicas. A continuación, se presentan algunas estrategias que pueden ayudar a facilitar la comunicación:

- Comunicación aumentativa y alternativa (CAA): los sistemas de CAA pueden ser beneficiosos para las personas que tienen dificultades con la comunicación verbal. Estos sistemas pueden variar desde simples tableros con imágenes hasta sofisticados dispositivos electrónicos. Trabaja con un terapeuta del lenguaje y el habla o un especialista en CAA para determinar el sistema de CAA más apropiado para la persona.
- Apoyos visuales: las ayudas visuales pueden mejorar la comunicación y la comprensión de las personas con IDD. Utiliza horarios visuales, historias sociales y señales visuales para ayudar a transmitir información y apoyar la comprensión del mensaje.
- Simplifica el lenguaje: utiliza un lenguaje claro y conciso al comunicarse. Divide la información compleja en partes más simples y manejables. Evita utilizar jerga o conceptos abstractos que puedan ser difíciles de entender para la persona.
- Escucha activa: sé un oyente activo y dale a la persona suficiente tiempo para procesar la información y responder al mensaje. Utiliza señales no verbales, como asentir con la cabeza, mantener el contacto visual y ofrecer gestos alentadores para demostrar que está participando en la conversación.
- Fomenta la interacción social: fomenta las interacciones sociales y brinda oportunidades para que la persona interactúe con sus pares y familiares. Las actividades estructuradas, los debates en grupo y el entrenamiento de habilidades sociales pueden ayudar a desarrollar las habilidades de comunicación y socialización.
- Utiliza enfoques multisensoriales: incorpora múltiples sentidos a la comunicación para mejorar la comprensión. Por ejemplo, utiliza gestos, señales visuales y objetos táctiles para transmitir información. Esto puede ayudar a las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo que pueden tener dificultades para procesar la información sólo a través de canales verbales.
- Entorno de apoyo: crea un entorno de apoyo e inclusión que fomente la comunicación. Minimiza las distracciones, proporciona un espacio tranquilo si es necesario y asegúrate de que la persona se sienta segura y cómoda para expresarse.
- Capacitación y colaboración: colabora con profesionales como terapeutas del lenguaje y el habla, terapeutas ocupacionales y maestros de educación especial. Pueden brindar orientación, recursos y capacitación para ayudar a desarrollar habilidades de comunicación y apoyar el desarrollo general de la persona.

Recuerda que cada persona con discapacidad intelectual y del desarrollo es única y sus necesidades de comunicación pueden variar. Es importante evaluar sus habilidades, preferencias y desafíos para brindar apoyo personalizado. Trabajar en estrecha colaboración con profesionales y cuidadores puede ayudar a crear un plan de comunicación eficaz adaptado a las necesidades de la persona.

¿Qué es el CAA?

Comunicación que apoya, complementa y reemplaza el habla (comunicación aumentativa y alternativa).

Término general para los medios de comunicación utilizados para complementar, apoyar o reemplazar el lenguaje hablado.

Por ejemplo:

imagenes

objetos

gestos y lenguaje corporal

signos de apoyo

escritura y dibujo

herramientas de comunicación

dispositivos del habla



Un interacción intensiva

- Modelo operativo que utiliza métodos de interacción temprana para comunicarse con personas con discapacidad grave del desarrollo o personas con autismo.
- Lo más importante es la interacción en sí misma. El propósito de la comunicación no es necesariamente intercambiar información o pedir cosas, sino estar juntos.
- El propósito es que las personas que dependen de la interacción temprana aprendan las bases de la comunicación.
- En este método, comenzamos a comunicarnos de la misma manera que lo hace una persona con discapacidad. Las formas de comunicación pueden ser, por ejemplo, el contacto visual, la sonrisa, la vocalización o el balanceo.
- El objetivo de potenciar la interacción no es solo fortalecer las bases de la comunicación, sino también mejorar la calidad de vida. El enfoque ayuda a las personas con discapacidad intelectual grave a conectarse con los demás.



Expresiones faciales, gestos y lenguaje corporal

Las expresiones faciales, los gestos y el lenguaje corporal también se pueden utilizar de forma consciente cuando se desea enfatizar en el tema y sus características. Se requiere que un interlocutor competente tenga sensibilidad y la capacidad de detenerse y observar, y escuchar con sinceridad. A veces, la iniciativa puede ser tan sutil o estar localizada en una parte del cuerpo en específico que es difícil notarla e interpretarla como un mensaje. El uso de gestos en la comunicación es natural y, a menudo, más rápido que decir con palabras. Los medios de expresión de una persona con discapacidad intelectual profunda pueden ser la vocalización, el llanto y diferentes tonos de llanto, la vocalización alegre, la vocalización de contacto, la risa, la mirada, la relajación física o la tensión, la actividad general o la pasividad y, a veces, también gestos simples como señalar con la mano. Con estos medios, una persona puede expresar sus estados emocionales y necesidades básicas o tomar decisiones sencillas.

El éxito de un anuncio depende siempre de la interpretación activa de las personas cercanas. Las expresiones lingüísticas esenciales suelen ser muy individuales y sutiles, y no siempre es fácil interpretarlas de forma inequívoca. Las personas cercanas a la persona con discapacidad del habla suelen aprender a interpretar las acciones y la comunicación no verbal de la persona con discapacidad del habla en diferentes situaciones cotidianas, lo que puede servir para describir y presentar cosas incluso sin palabras (un ejemplo de ello es la pantomima).

El uso de imágenes en la comunicación

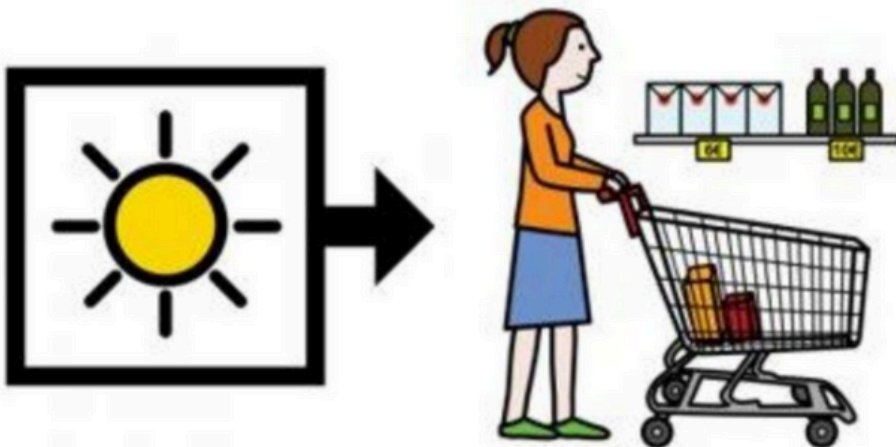
Esto significa el uso de símbolos pictóricos junto con la comunicación verbal y no verbal. Una imagen también es una forma de ilustrar un contenido que es difícil de entender de forma hablada o escrita.

Las imágenes pueden funcionar en la comunicación de una persona cuando esta comprende la conexión entre la imagen y lo que esta representa. Es necesario tener la experiencia de que una imagen puede hacer referencia a lo que representa. Este proceso requiere preguntas aclaratorias del interlocutor y la redacción del mensaje producido.

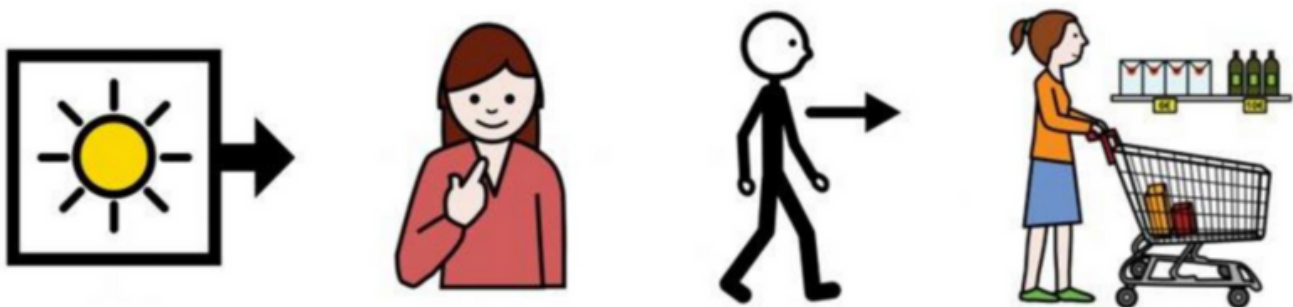
La comunicación puede tener lugar con una o más imágenes, tableros con imágenes, carpetas con imágenes o comunicación, tabletas, dibujos, etc.

Al utilizar imágenes y representaciones gráficas en las herramientas de comunicación, los pictogramas no siempre son la mejor opción.

Antes de conceptualizar la herramienta de comunicación, es importante definir el nivel de representación del beneficiario.



Narración con pictogramas individuales (palabras clave): **MAÑANA**
- IR DE COMPRAS



Contar una historia con varios pictogramas siguiendo también el orden de las palabras de la oración: **MAÑANA - YO - IRÉ - DE COMPRAS**

Las imágenes también se pueden utilizar para elegir actividades

En este ejemplo, la persona elige una actividad de ocio. La persona puede indicar su elección o transferir la imagen a su propio programa diario. Hay pedazos de Velcro detrás de las imágenes. Es una herramienta muy útil para aprender a hacer tus propias elecciones en determinadas situaciones. Practica primero con dos opciones y amplía gradualmente el número de opciones.



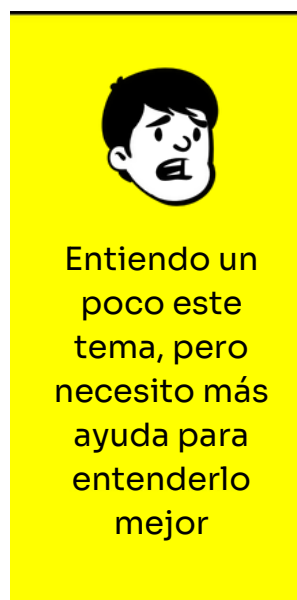
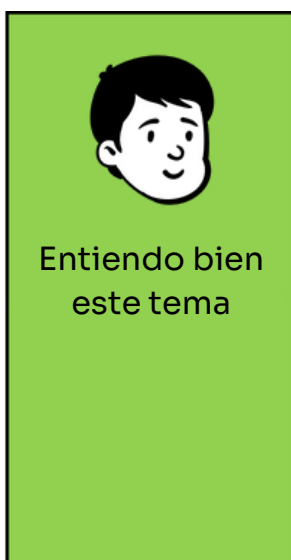
A continuación se muestra un ejemplo de Tarjetas Primero - Después. Las tarjetas ilustran los eventos del futuro cercano en el orden de implementación.



Puede resultar difícil llevar siempre encima fotografías o carpetas grandes. Una forma práctica de hacerlo es hacer miniaturas para colgarlas en un llavero.



A continuación se muestra un ejemplo de Tarjetas con semáforos. También pueden contener una imagen ilustrativa además del texto o en lugar de este.



Un ejemplo de un programa semanal y la estructuración de la vida cotidiana

Una buena estructura responde a cinco preguntas:

¿Qué hacer?



¿Dónde hacerlo?



¿Cuándo hacerlo?



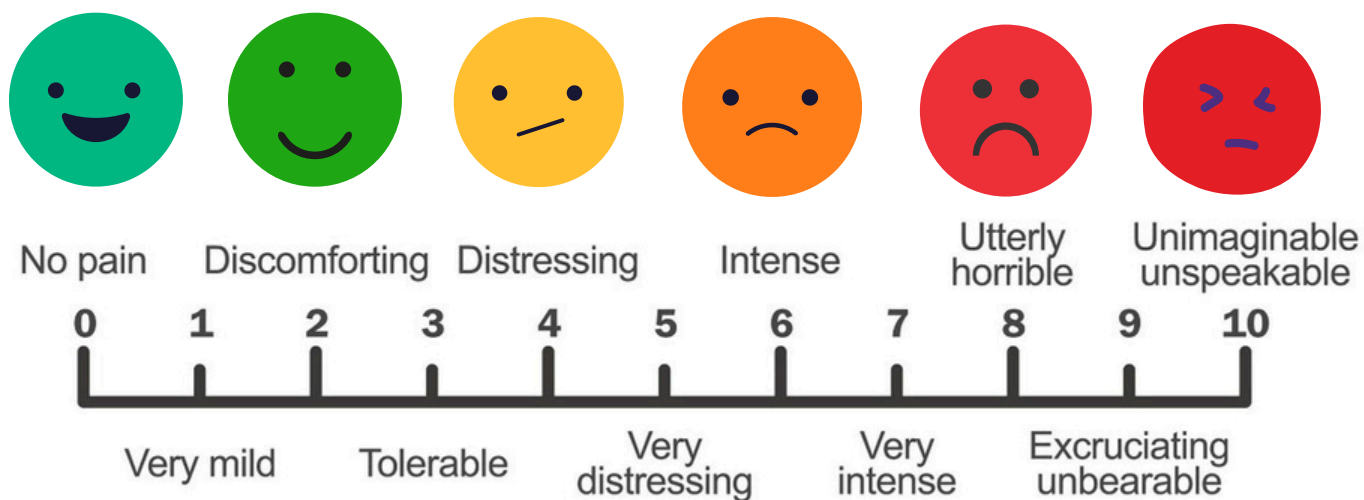
¿Cuánto tiempo lleva hacerlo?

¿Con quién se realiza la actividad?



Ejemplos de medidores de estado de ánimo / dolor

Furioso		Necesito estar seguro
Enojado		Necesito tomar un descanso y usar una estrategia de calma
Preocupado, Asustado, Ansioso		Necesito parar y respirar. Puedo también usar una estrategia sensorial para relajarme
Feliz		Me siento bien
Triste o cansado		Puedo pedir ayuda, un abrazo o un descanso



Las historias sociales

Las historias sociales fueron creadas por Carol Gray en 1991. Son descripciones breves de una situación, evento o actividad particular, que incluyen información específica sobre qué esperar en esa situación y por qué.

¿Para qué son las historias sociales?

Las historias sociales se pueden utilizar para:

- desarrollar habilidades de autocuidado (por ejemplo, cómo lavarse los dientes, las manos o vestirse), habilidades sociales (por ejemplo, compartir, pedir ayuda, decir gracias, interrumpir) y habilidades académicas
- ayudar a alguien a entender cómo otros podrían comportarse o responder en una situación particular
- ayudar a otros a entender la perspectiva de una persona autista y por qué puede responder o comportarse de una manera particular
- ayudar a una persona a lidiar con cambios en la rutina y eventos inesperados o angustiantes (por ejemplo, ausencia de un maestro, mudanza, tormentas eléctricas)
- brindar retroalimentación positiva a una persona sobre un área de fortaleza o logro para desarrollar la autoestima como una estrategia conductual (por ejemplo, qué hacer cuando se está enojado, cómo lidiar con las obsesiones).



Objetos en la comunicación

- Se utilizan principalmente con personas con discapacidad sensorial y de desarrollo difícil.
- Son signos concretos que son más fáciles de visualizar que las imágenes.
- El objeto se puede mirar y sentir, su superficie se puede oler o incluso saborear.
- Puede ser, por ejemplo, un objeto real, un objeto parecido al real (por ejemplo, una manzana de plástico), un modelo en miniatura, un objeto que evoca asociaciones (por ejemplo, un CD -> música), etc.



Dibujar

Al dibujar, el interlocutor de la persona con discapacidad del habla puede ilustrar y presentar opciones durante la conversación.

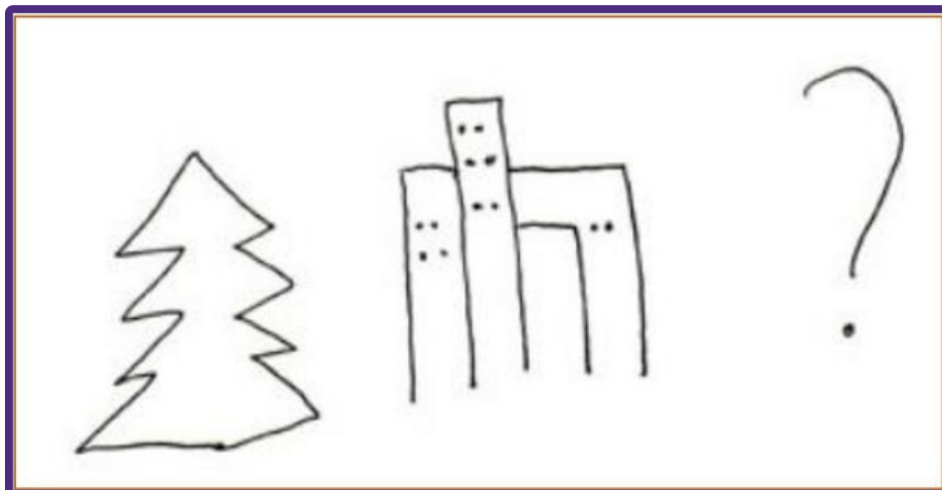
El dibujo también se puede utilizar para la comunicación con imágenes cuando hace falta la imagen necesaria.

Mantén el umbral bajo: ¡siéntete libre de tomar el bolígrafo!

Recuerda siempre dar también "algo más" como opción.

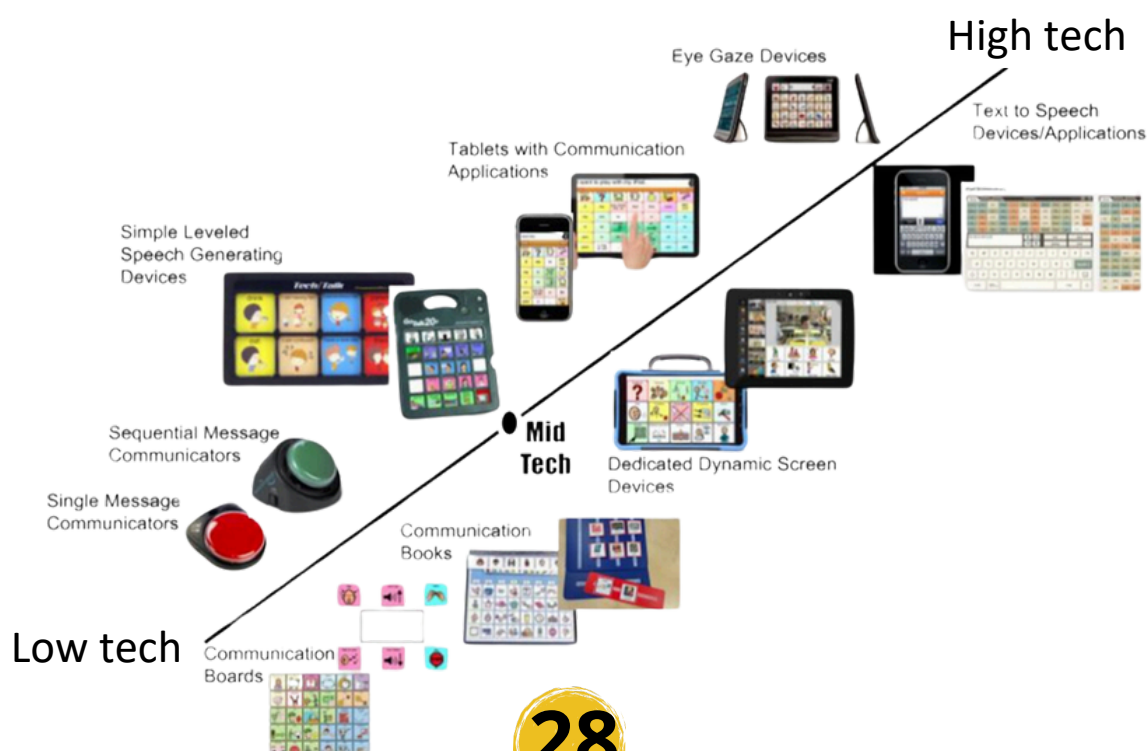
- https://youtu.be/uZA_NioJshs (3 min 1 s)

La persona con discapacidad del habla también puede dibujarse a sí misma para apoyar lo que quiere decir.



Dispositivos de comunicación aumentativa y alternativa (CAA)

Un dispositivo de comunicación aumentativa y alternativa (CAA) es una tableta o computadora portátil que ayuda a comunicarse a una persona con problemas de habla o lenguaje. El término dispositivo CAA se usa a menudo indistintamente con términos como dispositivo generador de voz (SGD) o dispositivo de comunicación asistida o simplemente dispositivo de comunicación. Los dispositivos CAA ayudan a los usuarios a comunicarse a través de una combinación de palabras, oraciones e imágenes que el dispositivo luego "dice en voz alta". Además, los usuarios también pueden comunicarse escribiendo o dibujando, compartiendo imágenes y videos, o incluso repitiendo palabras que escuchan en voz alta.



Support signs

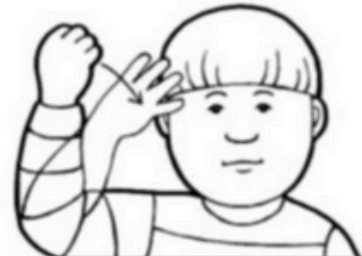
Los signos de apoyo son signos básicos individuales en la lengua de signos. Siempre se utiliza el habla junto con ellos. El uso de signos ritma, ralentiza y clarifica el habla. Recuerda establecer contacto visual (si es necesario, ten en cuenta las dificultades para hacerlo). Por lo general, sólo se indican las llamadas palabras clave. Por ejemplo: "Ponte los zapatos". ¿Qué palabra indicarías con el signo?



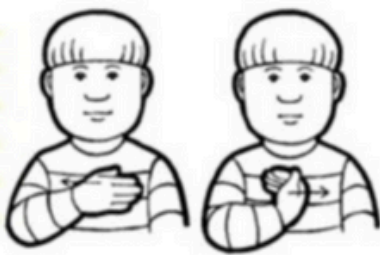
Comer



Beber



Tomar una ducha



Ir al lavabo

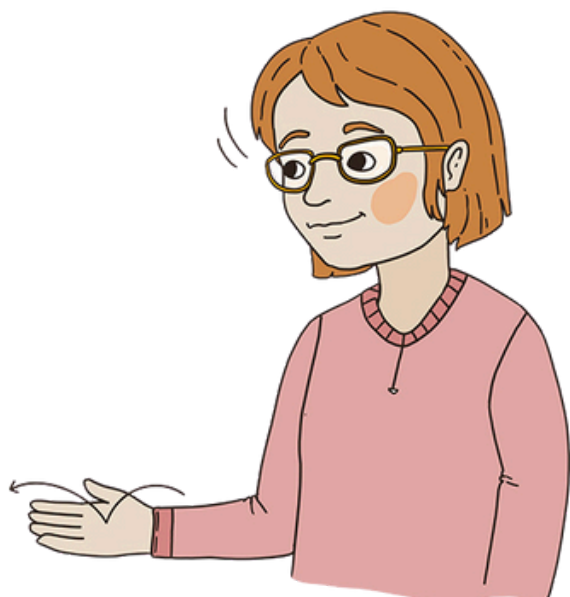


Salir



Dormir

Examples of finnish support signs. Photos: papunet.net



El pasaporte puede ser una tarjeta de una sola página o tener varias páginas. El pasaporte puede construirse, por ejemplo, sobre la siguiente estructura de contenido: 1. Yo: El titular del pasaporte de comunicación se presenta. 2. Información importante: Desde el punto de vista del interlocutor, información esencial sobre la comunicación del titular del pasaporte y los temas a considerar en la interacción y diferentes formas de apoyo que necesitan. 3. Así me comunico: Una breve descripción de las formas más relevantes de comunicación y los significados de los mensajes. 4. Así te comunicas conmigo: Instrucciones sobre cómo debe comunicarse e interactuar el interlocutor. 5. Cosas, personas o lugares importantes: Cosas, personas y lugares que me gustan y que son importantes. 6. Cosas que no me gustan. 7. Mis puntos fuertes: Cosas que el titular del pasaporte de comunicación conoce, en las que es bueno o que tiene práctica. 8. Apóyame así.



Cómo ayudar a las personas a utilizar medios específicos para una buena comunicación

La mirada

La mirada está entre los medios más importantes que intervienen en la comunicación. Es el acto de mirar, con atención o no. Durante una interacción cara a cara entre dos personas, ambas se miran e intercambian diferentes señales, entre ellas la mirada. Por un lado, con la mirada percibimos información de nuestros interlocutores y, por otro, les indica a qué le prestamos atención específicamente. Además, los ojos en la expresión facial también contribuyen a indicar cómo nos sentimos, es decir, nuestro estado de ánimo. Los bebés comienzan a utilizar la mirada de sus cuidadores durante el primer año, a partir de los seis meses. A partir de este período, aparece la atención conjunta. La atención conjunta es cuando dos interlocutores prestan atención a las mismas cosas. Esta es una forma a través de la cual los bebés obtienen información sobre su entorno. Otra forma es a través del gesto de señalar: están mostrando algo (ver gestos).

Los gestos naturales

Los gestos naturales son movimientos no verbales o posturas corporales que pueden participar en las interacciones. Suelen interpretarse fácilmente y se producen de forma espontánea en la mayoría de los niños. Se realiza sin una enseñanza específica. Además, los gestos naturales son universales en todas las culturas. A menudo sirven para complementar o reforzar la comunicación verbal.

No todos los gestos se utilizan con el propósito de comunicarse, pero incluso cuando no se producen con esta intención, la mayoría de ellos pueden ayudar a facilitar la comunicación.

Nuestra expresión facial puede indicar cómo nos sentimos. Por ejemplo, una sonrisa generalmente indica felicidad o amabilidad.

Nuestra postura, es decir, las posiciones de nuestro cuerpo, también dan indicios de nuestros estados de ánimo internos.

Los gestos naturales también pueden ser movimientos utilizados para comunicar una intención. Por ejemplo, los niños pequeños a menudo extienden los brazos hacia los adultos cuando quieren que los levanten o los carguen. La mayoría de ellos también aprenden rápidamente a indicar lo que quieren mediante el gesto de señalar.



Los gestos convencionales

A diferencia de los gestos naturales, los gestos convencionales tienen significados compartidos por los miembros de una cultura. Por lo tanto, no son universales, se aprenden y tienen significados contruidos socialmente. Ejemplos de gestos convencionales son:

- Tomar la mano y estrecharla para saludar Cruzar los dedos índice y medio para simbolizar el deseo de buena suerte en algunas culturas occidentales Namaste es un gesto de saludo hindú que se hace juntando las palmas de las manos en una posición similar a la de una oración frente al pecho El gesto de señalar es un gesto que la mayoría de los niños hacen espontáneamente muy temprano, pero pueden necesitar tiempo para comprenderlo cuando lo hace otra persona. Por ello, necesitarán aprender su significado. Por lo tanto, el gesto de señalar se convierte en un gesto convencional.



Los gestos en la comunicación

Los gestos desempeñan un papel fundamental en la comunicación humana. Ayudan a transmitir emociones, intenciones y señales sociales en diversas situaciones. Pueden utilizarse en lugar de la comunicación verbal, o bien pueden complementar o reforzar la comunicación verbal.

Algunos gestos también desempeñan un papel crucial durante el desarrollo. Éste es el caso, en particular, del gesto de señalar. Una de las principales funciones del gesto de señalar es dirigir la atención hacia objetos o situaciones externas. Con la adquisición del gesto de señalar, es posible compartir la atención con otras personas hacia objetos y eventos de interés mutuo, lo que corresponde a la atención conjunta. También es posible seguir la atención y los gestos de las otras personas hacia los objetos. Las personas que han adquirido estos gestos tienen más posibilidades de comunicarse: seguir la atención y los gestos de las otras personas hacia los objetos es una forma de entender de qué están hablando. Por ejemplo, si estoy hablando de «Polaris» mientras estoy señalando a mi gato, entenderás que «Polaris» es su nombre. Lo mismo ocurre con las palabras nuevas. Las investigaciones han demostrado que los gestos de señalar están asociados con una mayor frecuencia de inicio de la comunicación y con mejores resultados lingüísticos.

Así, comprender y saber utilizar los gestos convencionales ayuda a adquirir el uso adecuado del lenguaje.

Apoyo a la toma de decisiones

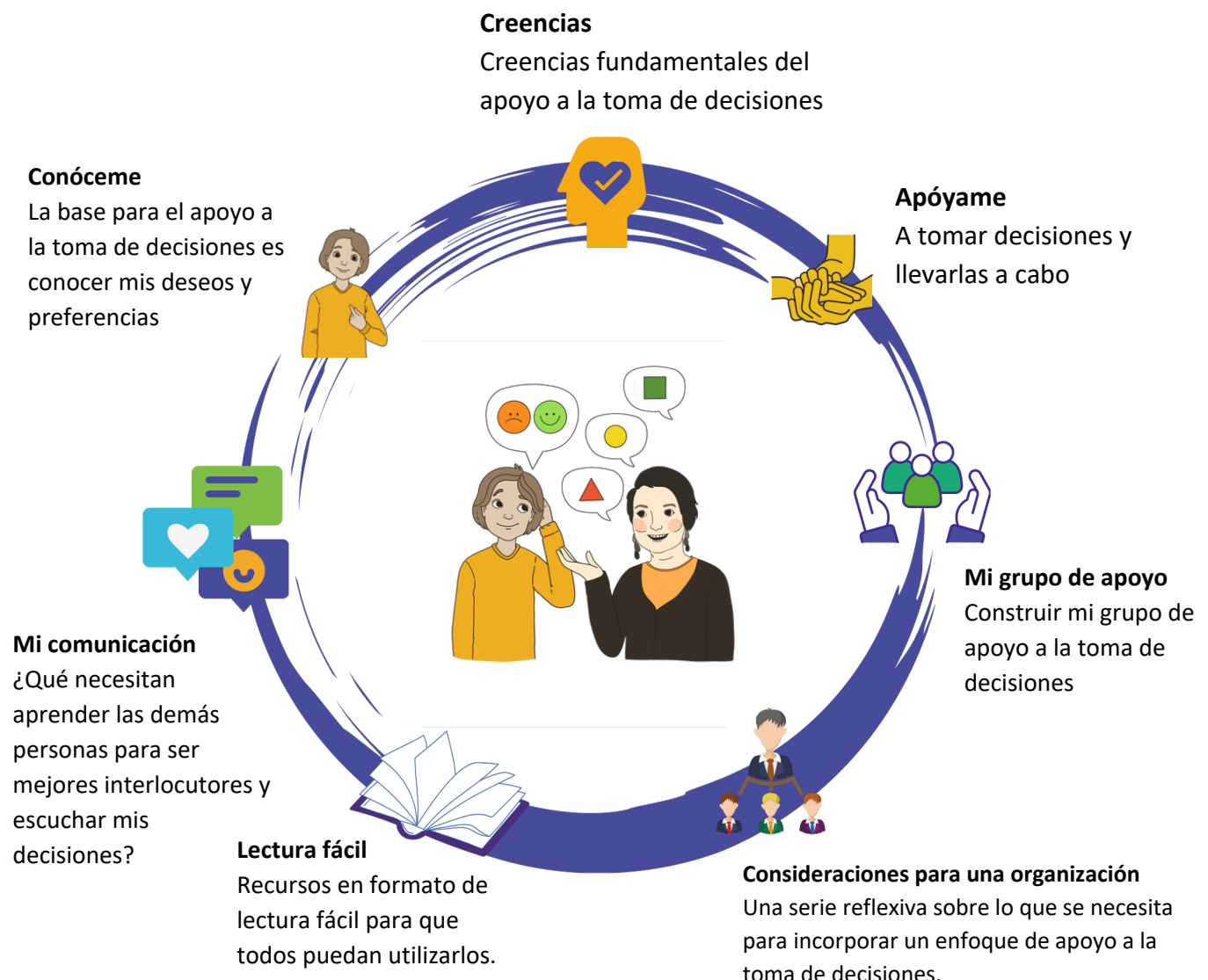
El apoyo a la toma de decisiones permite a las personas con discapacidad tomar decisiones sobre su propia vida con el apoyo de un equipo de personas que ellas eligen. Las personas con discapacidad eligen a personas que conocen y en las que confían para que formen parte de una red de apoyo que las ayude con la toma de decisiones.

El apoyo a la toma de decisiones es una alternativa a la tutela. En lugar de que un tutor decida por la persona con discapacidad, el apoyo a la toma de decisiones permite que la persona con discapacidad tome sus propias decisiones.

¿Qué es el apoyo a la toma de decisiones?

‘No existe una definición formal de “apoyo a la toma de decisiones” y cada persona la utiliza de forma diferente. Nosotros la utilizamos para referirnos a cualquier proceso en el que se le brinda a una persona todo el apoyo que necesita para que pueda: 1) tomar una decisión por sí misma; y/o 2) expresar su voluntad y preferencias en el contexto de una toma de decisiones sustitutiva (por ejemplo, tutela o tratamiento obligatorio para un trastorno mental).

En ambos casos, el propósito del apoyo a la toma de decisiones es garantizar que la voluntad y las preferencias de la persona sean fundamentales y se respeten plenamente en las decisiones que la afectan.





Apoyo a la comunicación de niños y adolescentes (de 10 a 18 años) con discapacidad intelectual

Apoyar la comunicación con niños y adolescentes de 10 a 18 años con discapacidad intelectual y del desarrollo (IDD) puede ser una tarea gratificante pero muy desafiante. Es fundamental reconocer la singularidad de cada niño u adolescente, ya que sus necesidades y habilidades pueden variar significativamente de uno a otro. Para facilitar una comunicación eficaz, es esencial emplear un lenguaje claro y sencillo, utilizando soporte visual y símbolos según sea necesario. Es fundamental generar confianza y empatía con el niño demostrando paciencia, empatía y actitudes no críticas. Además, el uso de soporte visual como horarios y ayudas de comunicación puede mejorar la comprensión y la expresión del lenguaje. Para aquellos con dificultades de comunicación más significativas, los sistemas de comunicación aumentativa y alternativa (CAA) pueden ser beneficiosos. El uso de señales no verbales, la escucha activa y la adaptación de la comunicación a las necesidades individuales son estrategias esenciales. Establecer un entorno estructurado y predecible, adaptado a los intereses del niño, e involucrar a los padres y cuidadores puede crear un ecosistema de apoyo en la comunicación. Por último, es fundamental celebrar cualquier progreso y respetar las elecciones de comunicación del niño, promoviendo su autonomía y autoestima durante todo el proceso.



Plan de educación individualizado (PEI)

Un plan de educación individualizado (PEI) es un plan educativo personalizado diseñado para satisfacer las necesidades y objetivos únicos de un alumno en específico. Considera las fortalezas, debilidades, intereses y estilo de aprendizaje del alumno, y proporciona una hoja de ruta para su progreso académico. Los PEI se utilizan comúnmente en escuelas, universidades y otros entornos educativos para apoyar a los estudiantes que requieren atención personalizada o tienen desafíos de aprendizaje específicos. Estos son algunos elementos clave que generalmente se incluyen en un plan de aprendizaje individualizado:

Evaluación: El PEI comienza con una evaluación de las habilidades, conocimientos y capacidades actuales del alumno. Esto puede implicar pruebas, entrevistas, observaciones o evaluaciones por parte de maestros, padres o especialistas.

Metas y objetivos: En función de la evaluación, se establecen metas y objetivos específicos para el alumno. Estos objetivos a menudo se dividen en pasos más pequeños y alcanzables para realizar un seguimiento del progreso.

Instrucción individualizada: El PEI describe las estrategias y los recursos de instrucción que se utilizarán para respaldar el progreso del alumno. Esto puede incluir modificaciones al currículo, materiales especializados, tecnología de asistencia o apoyo adicional de maestros o especialistas.

Adaptaciones y modificaciones: si el alumno tiene problemas o discapacidades de aprendizaje específicas, el PEI puede incluir adaptaciones y modificaciones para garantizar que se satisfagan sus necesidades. Esto puede incluir ajustes en el entorno de aprendizaje, métodos de enseñanza o métodos de evaluación.

Cronogramas y seguimiento del progreso: el PEI establece cronogramas para alcanzar los objetivos establecidos e incluye métodos para supervisar el progreso. Esto puede implicar evaluaciones periódicas, controles o informes de progreso para realizar un seguimiento del desarrollo del alumno.

Servicios de apoyo: si el alumno requiere servicios de apoyo adicionales, como terapia del habla, asesoramiento o terapia ocupacional, el PEI puede describir los servicios específicos y cómo se integrarán en el plan de aprendizaje.

Comunicación y colaboración: el PEI fomenta la comunicación y la colaboración continuas entre el alumno, los maestros, los padres y otros profesionales involucrados en su educación. Esto garantiza que todos sean conscientes de las necesidades del alumno y puedan trabajar juntos para apoyar su progreso.

Es importante tener en cuenta que un PEI es altamente personalizado y está adaptado a las necesidades individuales del alumno. Permite flexibilidad y adaptabilidad para garantizar la mejor experiencia de aprendizaje y los mejores resultados posibles para el estudiante.



El apoyo pedagógico

El apoyo pedagógico para las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo (IDD) es un aspecto crucial para garantizar una educación inclusiva y eficaz. El término "pedagogía" se refiere a las estrategias y métodos empleados en la enseñanza y, cuando se adaptan para abordar las necesidades únicas de las personas con IDD, se convierte en una herramienta poderosa para fomentar su desarrollo cognitivo, social y emocional.

Al brindar apoyo pedagógico a las personas con IDD, es esencial adoptar un enfoque centrado en la persona. Este enfoque reconoce y respeta la individualidad de cada alumno, reconociendo sus fortalezas, intereses y estilos de aprendizaje preferidos. Los maestros y educadores deben emplear una instrucción diferenciada, adaptando los métodos y materiales de enseñanza para dar cabida a diversas capacidades y desafíos dentro del espectro de las IDD.

Ejemplos de cómo puedes apoyar

- Capta la atención del estudiante antes de comunicarte
- Sé claro y específico
- Usa instrucciones visuales
- A algunos estudiantes les puede resultar más fácil si pueden usar gestos
- Algunos pueden necesitar señalar la respuesta correcta en lugar de hablar.
- Da indicaciones breves inmediatamente antes de cada actividad
- Brinda aliento y orientación
- Considera usar indicaciones de menor a mayor grado
- Brinda oportunidades para trabajar con sus compañeros
- Asigna tareas específicas cuando se trabaja en grupo
- Es posible que sea necesario adaptar algunas tareas para que los estudiantes se involucren más
- Incluye los intereses de los estudiantes
- Establece una rutina constante
- Considera enseñar el autocontrol a toda la clase
- Brinda muchas oportunidades para practicar
- Es posible que los estudiantes deban practicar una tarea o un comportamiento muchas veces
- Ofrece menos tareas con más oportunidades para practicar



Apoyo al comportamiento positivo

El apoyo al comportamiento positivo (PBS, por sus siglas en inglés) es un enfoque basado en evidencia que apunta a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual. Se centra en comprender las razones detrás de las conductas desafiantes e implementar estrategias proactivas para promover un cambio de conducta positivo. El PBS se basa en los principios de respeto, dignidad y centrado en la persona. A continuación, se presentan algunos componentes y estrategias clave involucrados en el PBS para personas con discapacidad intelectual:

Evaluación funcional del comportamiento (FBA, por sus siglas en inglés): este proceso implica identificar las causas subyacentes o las funciones de las conductas desafiantes. Incluye la recopilación de información sobre el entorno del individuo, los desencadenantes, los antecedentes y las consecuencias de la conducta. La FBA ayuda a comprender por qué ocurren ciertas conductas y guía el desarrollo de estrategias de apoyo efectivas.

Planificación centrada en la persona: este enfoque reconoce las fortalezas, preferencias y objetivos únicos de las personas con discapacidad intelectual. Implica esfuerzos colaborativos con la persona, su familia y el equipo de apoyo para crear planes personalizados que se centren en mejorar su bienestar general y lograr resultados significativos.

Refuerzo positivo: el uso del refuerzo positivo es un aspecto fundamental del PBS. Implica ofrecer recompensas o incentivos por conductas deseadas para aumentar la probabilidad de que estas se repitan. El refuerzo puede ser en forma de elogios, fichas, privilegios u otros elementos o actividades preferidos. El objetivo es crear un entorno positivo que anime a las personas a adoptar conductas adecuadas.

Modificaciones ambientales: modificar el entorno para favorecer una conducta positiva es otra estrategia importante. Esto puede incluir la creación de rutinas estructuradas, garantizar la accesibilidad física, proporcionar apoyos visuales (como horarios o señales visuales) y eliminar o reducir los factores desencadenantes que contribuyen a las conductas desafiantes. Un entorno organizado y de apoyo puede promover la independencia, reducir el estrés y mejorar el bienestar general.

Enseñar habilidades alternativas: enseñar a las personas habilidades alternativas para sustituir las conductas desafiantes es un aspecto clave del PBS. Esto implica identificar y enseñar nuevas conductas que cumplan la misma función que la conducta desafiante pero que sean más apropiadas socialmente. Por ejemplo, si una persona adopta una conducta autolesiva para llamar la atención, enseñarle formas alternativas de solicitar atención de manera eficaz puede ayudar a reducir la conducta problemática.

Apoyo colaborativo: el apoyo conductual positivo requiere un enfoque colaborativo que involucre a la persona, su equipo de apoyo, los miembros de la familia y los profesionales pertinentes. La comunicación abierta, el intercambio de información y los esfuerzos coordinados son esenciales para implementar estrategias efectivas y garantizar la coherencia en diferentes entornos.

Recopilación y análisis de datos: la recopilación de datos sobre las conductas y la eficacia de las estrategias de intervención es crucial para la evaluación y el ajuste continuos. El seguimiento y el análisis periódicos de los datos ayudan a identificar patrones, evaluar el progreso y tomar decisiones informadas para modificar o refinar las estrategias de apoyo.

El apoyo conductual positivo es un enfoque empoderador que enfatiza la comprensión, el respeto y la promoción de las fortalezas individuales. Al centrarse en estrategias proactivas y crear un entorno de apoyo, tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar general de las personas con discapacidad intelectual.

Modelo de la mano de educación positiva

Dedo pulgar: da una retroalimentación

positiva

La autoestima y la confianza en las propias competencias se fortalecen con un feedback constante y real. Un feedback positivo exitoso motiva a crecer, desarrollarse, intentarlo una y otra vez, incluso ampliando el nivel de la propia competencia. En el mejor de los casos, el feedback aumenta la confianza de la persona en sus propias capacidades y abre nuevas perspectivas para el futuro.

Dedo índice: habla de sus fortalezas.

Cuando el lenguaje de las fortalezas se vuelve familiar, puede convertirse en un lenguaje vivo y de uso frecuente. Es importante que la persona sepa que su éxito se debe a la perseverancia y al coraje, no a la casualidad ni mucho menos a la magia.

Es bueno que el lenguaje de las fortalezas crezca desde el nivel individual hasta el nivel de del entorno.

Dedo medio: aprovecha sus fortalezas

Hablar de las fortalezas es importante para que conozcamos las herramientas de nuestra mente.

Es esencial que las personas tengan experiencias reales del uso de sus propias fortalezas, no solo que conozcan su existencia. Es bueno brindarles la oportunidad de pensar en qué situaciones se utilizan mejor sus fortalezas y con qué personas, y darles espacio para que actúen de manera autónoma.

Dedo anular: fomenta la cohesión

Uno de los factores más importantes para el bienestar y la felicidad es el sentimiento de pertenencia y de ser lo suficientemente bueno. Tener un grupo propio y seguro y la oportunidad de compartir cosas con él sin temor son de suma importancia para cada estudiante y son los factores que hacen que la escuela sea más divertida.

Los sentimientos de cohesión y aceptación grupal se pueden fomentar de manera concreta enseñando habilidades sociales como la amabilidad, el liderazgo, la compasión y el perdón.

Dedo meñique: predica con el ejemplo

El ejemplo propio del profesional en una actividad presente, entusiasta y genuinamente solidaria es más importante que la elección del material de aprendizaje o del método de enseñanza.

Los alumnos pueden olvidar lo que han aprendido, pero nunca olvidarán lo que el profesional les hace sentir. La actitud cálida y positiva del profesional motiva al joven a trabajar, lo involucra en el tema en cuestión y reduce el comportamiento disruptivo.



Colaboración con terapeutas del habla y del lenguaje (SLT, por sus siglas en inglés)

1. Orientación de expertos: los terapeutas del habla y el lenguaje poseen experiencia en la evaluación de las necesidades y capacidades comunicativas únicas del niño. Pueden formular planes de comunicación personalizados y brindar intervenciones especializadas según el perfil del niño.
2. Evaluación: los terapeutas del habla y el lenguaje realizan evaluaciones integrales para determinar las fortalezas y los desafíos del habla y del lenguaje del niño. Estas evaluaciones sirven como base para desarrollar estrategias específicas para él.
3. Objetivos de la terapia: las discusiones colaborativas con los terapeutas del habla y el lenguaje ayudan a alinear los objetivos de la terapia con las necesidades de comunicación educativas y de la vida diaria del niño. Esto garantiza un enfoque consistente en una entornos múltiples.
4. Seguimiento del progreso: la colaboración regular con los terapeutas del habla y el lenguaje permite un seguimiento continuo del progreso y ajustes al plan de comunicación a medida que se desarrollan las habilidades del niño.



La participación de la familia

1. La participación de la familia es igualmente vital para apoyar a un niño con discapacidad intelectual y se extiende más allá de las sesiones de terapia.
2. Aprender estrategias de comunicación: alentar a los padres y cuidadores a asistir a sesiones de terapia y talleres con terapeutas del habla y del lenguaje les permite adquirir estrategias de comunicación efectivas. Este conocimiento se puede aplicar en casa, reforzando el progreso del niño.
3. Entorno enriquecido de comunicación: las familias pueden crear un entorno enriquecido en comunicación en casa, utilizando herramientas y técnicas recomendadas por los terapeutas del habla y el lenguaje. El soporte visual, los horarios y los sistemas de comunicación aumentativa y alternativa (CAA) se pueden integrar en las rutinas diarias.
4. Percepción y retroalimentación: las familias suelen tener un conocimiento profundo de las preferencias, intereses y patrones de comunicación del niño. Sus conocimientos son invaluable para adaptar las estrategias de comunicación de manera eficaz.
5. Coherencia en los distintos entornos: la participación familiar garantiza que el apoyo comunicativo del niño sea coherente en distintos entornos, ya sea en el hogar, la escuela o la comunidad.
6. Apoyo emocional: el apoyo emocional y el estímulo que brindan los miembros de la familia son esenciales para la autoestima y la motivación del niño durante su recorrido comunicativo.

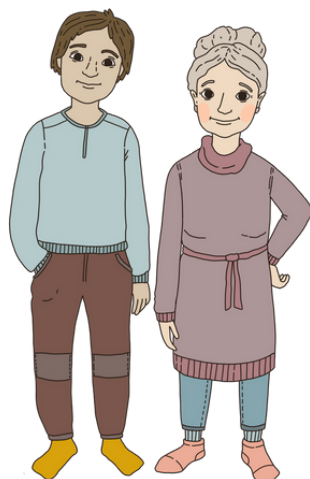




Edad del grupo 2

Apoyo a la comunicación de adultos (de 18 a 25 años) con discapacidad intelectual

El apoyo a las necesidades comunicativas de los jóvenes con discapacidad intelectual requiere un enfoque holístico desde diferentes áreas de especialización dentro del marco de la organización. El plan individualizado de cada beneficiario es desarrollado por la persona con discapacidad intelectual, junto con su familia y el equipo multidisciplinario de la organización, en función de las necesidades específicas del beneficiario. Paralelamente, los profesionales ofrecen una variedad de nuevas experiencias para las personas con discapacidad intelectual, con el fin de familiarizarse con diferentes entornos de comunicación y, finalmente, apoyar su inclusión social.



Plan de Intervención Individualizado

El desarrollo del Plan de Intervención Individualizado es implementado por los miembros del Consejo Interdisciplinario y el personal educativo de la organización. Cumple con las directrices ISO 9001:2008.

Pasos:

1. Elaboración de un Plan de Intervención Individualizado por parte del Consejo Interdisciplinario.
2. Planificación de la implementación por parte de los profesionales, formadores y terapeutas.
3. Evaluación del Plan de Intervención Individualizado por parte del Consejo Interdisciplinario.
4. Realización de un Plan de Intervención Individualizado por parte de los profesionales, formadores y terapeutas.

Análisis:

Etapa 1: El Consejo Interdisciplinario de la organización, teniendo en cuenta las valoraciones iniciales del beneficiario, elabora el Plan de Intervención Individual del beneficiario que incluye lo siguiente:

- La situación actual y potencial del beneficiario
- El programa de formación

El Plan de Intervención Individualizado se plasma en un documento y es firmado por los miembros del Consejo Interdisciplinario.

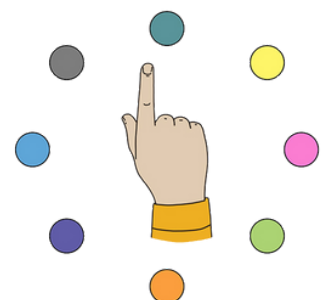
Una vez finalizado el Plan de Intervención Individualizado, el Formador Coordinador recopilará todo el programa por taller en el “Programa de Talleres” y lo comunicará al formador correspondiente.

Los Servicios Sociales también informan a los padres/tutores legales y al beneficiario del programa a seguir. En caso sea necesario, se convoca una reunión entre los tutores legales/beneficiario con el Consejo Interdisciplinario.

Etapa 2: Cada formador implementa el plan dentro de su taller en base a los temas planificados según se describe en cada “Descripción del Taller”. El formador llena el “Registro de Asistencia al Taller” con la asistencia de los participantes y todos los eventos y comportamientos destacables del beneficiario. Semanalmente el Consejo Interdisciplinario realiza reuniones donde se discuten los avances e incidencias de los participantes.

Etapa 3: Dos veces al año y cuando se requiera, el Consejo Interdisciplinario evalúa los objetivos establecidos en el Plan de Rehabilitación Individual y los actualiza cuando sea necesario. La evaluación de los objetivos se registrará en el Plan de Rehabilitación Individual. Las evaluaciones se registrarán en el Libro de Actas del Consejo.

Etapa 4: Al final del año académico, se realiza la evaluación final del Plan de Intervención Individualizado por parte de los profesionales y formadores. El plan completo es archivado en el expediente del participante por Servicios Sociales.



Actitudes y valores para comunicarse con personas con discapacidad intelectual

- Asegurarse de que haya tiempo suficiente antes de que comience una conversación
- Asegurarse de que las condiciones de la sala sean las adecuadas para la comunicación (ruido, ausencia de otras personas)
- Asegurarse de que el interlocutor esté preparado/dispuesto a comunicarse
- Tener en cuenta el contexto/entorno en el que se desarrolla la comunicación (escuela, trabajo)
- Tener en cuenta la edad de la persona con DID
- Adoptar un comportamiento comunicativo adecuado en cuanto a postura, distancia física y volumen de voz
- Establecer y mantener el contacto visual
- Acompañar su discurso con gestos
- Acompañar su discurso con expresiones faciales
- Asegurarse de que el interlocutor le entiende
- Reformular el mensaje de una manera diferente cuando no se entiende.
- Adaptar la comunicación de acuerdo con las capacidades del interlocutor
- Promover el diálogo empoderando al interlocutor para que se exprese.
- Darle tiempo al interlocutor para que se exprese
- Entender y respetar los sentimientos expresados por el interlocutor, ya sea verbalmente o no verbalmente.
- Formar una opinión después de que el interlocutor haya terminado de hablar
- Juzgar la gravedad de un asunto basándose en la experiencia del interlocutor en lugar de en su juicio subjetivo
- Hacer preguntas aclaratorias que permitan garantizar la coherencia y la comprensión del proceso de comunicación
- Ayudar al interlocutor a reconocer sus sentimientos.
- Verbalizar los elementos emocionales presentes en las expresiones del interlocutor
- Alentar a la otra persona a expresar sus sentimientos negativos con palabras
- Dar opciones (2 o 3) al interlocutor para que pueda decidir entre opciones específicas
- Repetir varias veces lo que se ha dicho en caso sea necesario
- Resumir los puntos principales al final de cada conversación



Necesidades de comunicación de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo

1. Comunicación no verbal (contacto visual, proximidad adecuada/espacio personal apropiado)
2. Volumen de habla apropiado
3. Ritmo del habla
4. Capacidad de respuesta y participación en la conversación
5. Habla espontánea
6. Comprensión del tema de la conversación
7. Comprensión del problema
8. Comprensión de la causa y el efecto
9. Comprensión de los detalles
10. Reconocimiento y denominación de las emociones
11. Comprensión de las intenciones emocionales de los demás
12. Nombrar y describir síntomas/condiciones que requieren vocabulario especializado
13. Distinguir entre deseos y situaciones inminentes
14. Comprensión de conceptos abstractos
15. Comprensión de oraciones complejas/oraciones introducidas por vínculos temporales o hipotéticos
16. Secuencia de reglas
17. Conceptos y secuencias temporales
18. Comprensión de la voz pasiva
19. Comprensión de oraciones que contienen negación
20. Comprensión del uso de la forma imperativa
21. Morfología y estructura sintáctica de las oraciones
22. Aproximación al interlocutor, iniciando una conversación y continuando el diálogo



Recomendaciones para una recomendación inclusiva

1. Uso de los elementos visuales
2. Instrucciones que se darán en dos partes
3. Ritmo lento del habla
4. Enriquecer el habla con gestos
5. Presentación segmentada de textos orales e intervención dirigida al recuerdo de información.
6. Uso de estímulos para utilizar oraciones completas
7. Apoyo en la comprensión de ideas mediante preguntas de "cómo, dónde, cuándo y por qué"
8. Apoyo para identificar y justificar lo que está bien y lo que está mal con material visual (para enriquecer las habilidades de razonamiento)
9. Uso de una tabla de recuerdo semántico, así como apoyo general para la organización semántica y el enriquecimiento del vocabulario
10. Uso de material visual de acompañamiento para la comprensión de órdenes largas u órdenes que contengan conceptos como "antes/después" o "además de"
11. Entrenamiento y uso de material visual para hacerle recordar al usuario el volumen de voz correcto.
12. Hacer recordar con asistencia fonológica o semántica
13. Refuerzo de cada concepto nuevo de forma multisensorial que implique imágenes, gestos y la forma escrita de una palabra.
14. Uso de material visual (por ejemplo, un libro de comunicación o un "llavero" que se podría utilizar para mejorar la expresión espontánea en actividades más desafiantes o menos estructuradas (por ejemplo, el descanso).
15. Juegos de rol
16. Uso de material visual para recordar a las personas que utilicen el contacto visual durante una discusión, esperar su turno en el diálogo.
17. Preparación temprana: "ensayo" de oraciones (reduciendo la posible ansiedad)
18. Permitir tiempo suficiente para responder
19. No tener a alguien que intente completar la respuesta de la persona
20. Mantener el contacto visual durante la conversación mediante el vínculo con el profesional
21. Entrenar y reforzar la capacidad de expresarse mediante técnicas básicas de comunicación por ejemplo trabajo en grupo, el uso de materiales visuales para recordar a las personas que utilicen todas las partes de una frase
22. Hacer recordar a las personas que esperen antes de comenzar una respuesta
23. Entrenarse en la descripción de imágenes/textos para comprender y extraer la idea central y mejorar la retención de esa idea/tema (sin referencia a información irrelevante)
24. Tiempo suficiente para responder y garantía de ello para minimizar la ansiedad
25. Uso de un "recordatorio" visual de las partes de una frase y práctica mediante actividades específicas para mejorar tanto el ritmo como la organización del pensamiento.
26. Uso de un libro de comunicación personal ayudaría a mejorar el inicio de una conversación.
27. Saber redirigir la atención de la persona
28. Entrenar y mejorar la capacidad de expresarse en diferentes situaciones de comunicación tanto de forma individual (por ejemplo, justificación de un posible malentendido, normas sociales, etc.)
29. Historias sociales, burbujas de pensamiento.
30. Apoyo para describir imágenes o textos con el fin de transmitir toda la información, vincular mejor las oraciones pronunciadas y extraer un tema central con la ayuda de elementos visuales.
31. Uso de información visual en un "tablero de memoria"
32. Una comprensión más profunda y una "práctica" de las posibles reacciones emocionales (vocabulario emocional) y cómo se reflejan en las expresiones faciales, por ejemplo, a través de juegos de roles.
33. Nombrar las reacciones emocionales.
34. Capacitación en el uso de una tabla visual de habla lenta.



Desarrollo de habilidades sociales

Las habilidades sociales se adquieren mediante la observación e imitación de la conducta de los demás en el marco de una variedad de procesos.

En primer lugar, se desarrollan a través del sistema familiar y, en una etapa posterior, en la escuela y la sociedad. Son un prerrequisito para las interacciones interpersonales exitosas. Bellack (1983 en Bielecki & Swender, 2004) definió las habilidades sociales como conductas interpersonales observables y medibles que promueven la independencia, la aceptación de la sociedad y la calidad de vida, que son importantes para la inclusión social y la funcionalidad de una persona. También permiten al individuo establecer relaciones sociales saludables, evitar conflictos interpersonales y hacer frente a situaciones de estrés. Por otro lado, los hallazgos de la investigación muestran que las habilidades sociales deficientes están asociadas con numerosos problemas, incluidos el déficit de atención, el aislamiento social y el retraimiento de la persona, el comportamiento agresivo y antisocial y el comportamiento desafiante. Las personas con deficiencias en las habilidades sociales tienen probabilidades más altas de ser rechazadas por los miembros de los grupos a los que pertenecen y/o se retiran, quedándose apartados de estos grupos. La probabilidad de tener habilidades sociales insuficientes es mayor en las personas con discapacidad intelectual.

Las habilidades sociales incluyen:

- Comprender y utilizar señales de comunicación verbales y no verbales
- Capacidad para escuchar atentamente
- Empatía
- Capacidad para adaptar el comportamiento teniendo en cuenta el entorno comunicativo
- Eficacia para hacerse entender y transmitir información con claridad
- Comprensión de las normas sociales
- Habilidades de diálogo: iniciar, mantener y finalizar una conversación sin problemas (escuchar, comprender, compartir pensamientos, esperar su turno, pedir lo que necesita, dar retroalimentación)
- Reconocimiento y expresión apropiada de emociones
- Desarrollo de la autoestima / autoimagen (la baja autoestima puede implicar aislamiento social o dificultades en las relaciones)
- Habilidades interpersonales: mejorar la capacidad de crear y mantener relaciones cercanas y de calidad. Las relaciones que implican intimidad, apego emocional y confianza pueden caracterizarse como relaciones de calidad
- Habilidades de colaboración
- Habilidades de responsabilidad
- Habilidades de establecimiento de límites / negación / afirmación. La capacidad de establecer límites y de negarse se refiere a la capacidad de una persona con discapacidad intelectual de establecer límites y negar situaciones o peticiones que no desea de forma adecuada. La capacidad de asertividad se refiere a la capacidad de defender lo que uno desea de forma adecuada.
- Capacidad de resolución de problemas
- Gestión de la frustración: la capacidad de las personas con discapacidad intelectual de aceptar y gestionar la frustración o el fracaso en situaciones relacionadas con sus objetivos o deseos.



Las técnicas utilizadas para mejorar las habilidades sociales son herramientas importantes en el contexto del desarrollo de la naturaleza social de las personas con discapacidad intelectual. Estas técnicas varían y se centran en la creación de un entorno positivo y de apoyo.

Algunas de estas técnicas son:

Las historias sociales están diseñadas para ayudar al desarrollo de las habilidades sociales, aumentando la comprensión y la adaptación a las situaciones sociales cotidianas. Estas historias suelen incluir descripciones y narraciones ilustradas sobre situaciones sociales específicas, comportamientos y expectativas, lo que proporciona a las personas con discapacidad intelectual una estructura para comprender y afrontar los desafíos sociales.

Las historias visuales utilizan imágenes o representaciones gráficas para facilitar la comprensión de situaciones específicas o normas sociales. Estas narraciones ilustradas son una herramienta para enseñar y explicar situaciones e interacciones sociales de forma visual, haciendo que la información sea más accesible y fácil de entender.

El programa visualizado presenta diversas actividades, tareas o rutinas a través de instrucciones ilustradas o representaciones gráficas. Esto ayuda a las personas con discapacidad intelectual a comprender y prepararse para sus actividades diarias siguiendo una serie de pasos con más facilidad y confianza. A través de la representación visual, es más fácil comprender las acciones y expectativas previstas en cualquier situación social.

Las reglas visualizadas presentan normas sociales, conductas sugeridas o reacciones esperadas mediante ejemplos ilustrados o gráficos. Esto ayuda a comprender e integrar las reglas de comportamiento en diversas situaciones sociales. Las reglas hacen que las expectativas y las pautas sean más accesibles y comprensibles, lo que ayuda a adaptar eficazmente al individuo al entorno social.

Grupos de asesoramiento y grupos de discusión entre pares: estos son otros dos métodos importantes en los que las personas con experiencias y desafíos similares entran en contacto e interactúan en un entorno de apoyo. A través del diálogo y el intercambio de puntos de vista, los participantes aprenden a escuchar y comprender los mismos, al mismo tiempo que desarrollan la capacidad para expresar sus propias ideas con claridad. Aprenden cómo funciona el proceso de comunicación, la necesidad de escucharse mutuamente y el intercambio de puntos de vista con respeto. Se les anima a desarrollar habilidades como la capacidad de expresar sus pensamientos y sentimientos, prestar atención al orden del habla y formar discusiones constructivas. Fomentan la cooperación social, el apoyo mutuo y el desarrollo de la confianza entre los miembros del equipo, proporcionando un entorno rico para practicar y mejorar sus habilidades sociales. A través de esta interacción, los participantes pueden practicar cómo interactúan, aprender a comunicarse de manera efectiva y crear relaciones sociales más constructivas e igualitarias. Durante los grupos de asesoramiento, los participantes tienen la oportunidad de compartir experiencias, intercambiar ideas y desarrollar habilidades de interacción social. Estos grupos proporcionan un entorno seguro donde los participantes pueden sentirse en confianza y comprendidos por otras personas que experimentan desafíos similares. Esto aumenta la autoconfianza y el sentido de pertenencia a un grupo. A través del apoyo mutuo y el intercambio de puntos de vista, los participantes se capacitan en el reconocimiento de señales sociales, la comunicación y la gestión de diversas situaciones sociales. Además, a través de estos grupos, se pueden crear una variedad de actividades y prácticas que mejoren las habilidades sociales, como juegos de roles, ejercicios de expresión emocional y simulación de situaciones sociales cotidianas.

- Las técnicas de dramaterapia también son una herramienta poderosa e incluyen juegos de rol, juegos teatrales, fisioterapia, actividades interactivas y de expresión creativa a través del arte para fomentar las habilidades sociales de la persona. A través de estas técnicas se promueve la expresión de emociones, el desarrollo de la comunicación y la autoconfianza. La participación en estas actividades promueve el desarrollo de las habilidades sociales ya que los participantes desarrollan la capacidad de reaccionar ante situaciones sociales, comunicarse con los demás y comprender los sentimientos tanto de sí mismos como de los demás. Mediante este enfoque, las personas con discapacidad intelectual adquieren una mayor conciencia de sí mismas y de las diferentes dinámicas sociales, mejorando sus habilidades para reaccionar e interactuar con su entorno.
- Finalmente, el establecimiento de normas y estándares de comportamientos aceptables por parte de los profesionales es un medio esencial para el desarrollo de las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual. Estas normas actúan como guía, proporcionando un marco y definiendo los comportamientos sociales esperados en diversas situaciones. Además, las normas ayudan a crear un entorno seguro al fomentar la comodidad y la seguridad de los individuos para interactuar y explorar sus habilidades sociales. Además, los profesionales guían el comportamiento social, enseñando y promoviendo la comprensión de los comportamientos sociales esperados, ayudando así a los individuos a desarrollar su capacidad para gestionar diferentes situaciones sociales. La creación de un marco de normas también potencia su autonomía, proporcionándoles una estructura y un marco de referencia en su vida cotidiana y en sus actividades sociales. La aplicación y demostración de normas y estándares de conducta aceptables por parte de los profesionales fomenta las relaciones sociales positivas y ayuda a desarrollar las habilidades de interacción y comunicación de las personas con discapacidad intelectual.



Soporte visual y gestos

Los apoyos visuales se refieren a cualquier herramienta u objeto utilizado para facilitar la comunicación y la comprensión de un mensaje determinado. Estas herramientas mejoran el proceso de comunicación. Desde los movimientos corporales hasta los elementos ambientales, los soportes visuales aumentan la capacidad de una persona para recibir información. Pueden incluir imágenes, gráficos, tablas, programas, calendarios, símbolos, herramientas especialmente diseñadas u otros elementos visuales que pueden ayudar a organizar la información y comprender diversas actividades diarias. Es importante incorporar estos soportes en el entorno educativo del programa para mejorar el aprendizaje y aumentar la participación exitosa de los beneficiarios. Más específicamente, el soporte visual puede contribuir significativamente a mejorar la comunicación de las personas con discapacidad intelectual en las siguientes áreas:

1. **Comprensión y memoria:** Las herramientas visuales pueden proporcionar instrucciones visuales, imágenes o representaciones gráficas que simplifican la información compleja y facilitan la comprensión, explicación y comunicación de conceptos, ideas y datos, lo que hace que la comunicación sea más fácil de entender. Además, las personas tienden a retener mejor la información cuando se presenta visualmente. Las ayudas visuales involucran múltiples sentidos, mejorando la memoria y haciendo que sea más probable que las personas recuerden puntos clave.
2. **Organización y estructura:** Las herramientas visuales pueden ayudar a estructurar la información mediante una organización con gráficas, tablas o diagramas.
3. **Mejora de las habilidades sociales:** El uso de herramientas visuales puede ayudar a mejorar las habilidades sociales, facilitando la interacción y la participación social.
4. **Autonomía y confianza en sí mismo:** A través de herramientas visuales, las personas con discapacidad intelectual pueden ganar autonomía, mejorar sus habilidades y aumentar su confianza en sí mismos en sus actividades cotidianas.
5. **Accesibilidad:** Los soportes visuales pueden mejorar la accesibilidad para diferentes públicos, incluidos aquellos con diferentes estilos de aprendizaje, diferentes necesidades lingüísticas y cognitivas o diferentes niveles de alfabetización. Proporcionan un medio universal de comunicación que va más allá de las diferencias cognitivas o culturales.

Al proporcionar herramientas visuales que se adapten a las necesidades de cada individuo, podemos mejorar su proceso de comunicación y su funcionamiento diario, ayudándoles a desarrollar sus habilidades y a satisfacer las demandas de su entorno.



Los gestos son una forma adicional de comunicación que utiliza el lenguaje corporal y la expresión motora. En muchos casos, los gestos pueden ayudar a facilitar la comprensión o expresión de ideas, sentimientos o necesidades específicas. Para las personas que tienen dificultades para comprender y/o utilizar el lenguaje, los gestos pueden actuar como un medio adicional para comunicarse de forma más efectiva y superar posibles obstáculos. Más concretamente, algunas formas en las que los gestos contribuyen a este propósito son:

1. Potenciar la comunicación verbal: Los gestos proporcionan un medio adicional de expresividad, que mejora la comunicación del lenguaje. Pueden acompañar a las expresiones verbales, ofreciendo información adicional y aclarando su contenido. Las personas con discapacidad intelectual pueden utilizar los gestos para enfatizar y añadir información adicional a su comunicación.
2. Expresión de emociones: Los gestos pueden ayudar a expresar emociones, como alegría, tristeza, enfado, etc. Esto permite a las personas con discapacidad intelectual expresar sus sentimientos de una forma más completa y eficaz.
3. Comunicación social: Los gestos pueden mejorar la interacción social ayudando a las personas a reconocer las señales y los significados asociados a los gestos. Los gestos pueden facilitar la interacción social, ya que ofrecen una forma adicional de comunicarse que fortalece las relaciones interpersonales.
4. Mejorar la comprensión: los gestos pueden utilizarse para apoyar las expresiones habladas y ayudar a comprender el contenido de las conversaciones.
5. Mejorar la memoria: los gestos pueden ayudar a mejorar las habilidades de memoria, ya que el movimiento de las manos y la integración pueden mejorar el almacenamiento y la recuperación de la información.
6. Acceso a la educación y al trabajo: los gestos pueden utilizarse para facilitar la educación y el empleo de las personas con discapacidad intelectual al ofrecer un método de apoyo a la comunicación. Los gestos pueden utilizarse como puntos de referencia para elaborar las directrices, especialmente cuando se necesita dirigir o alentar al interlocutor a moverse en una determinada dirección.

Los gestos añaden flexibilidad, riqueza y profundidad a la comunicación de las personas con discapacidad intelectual, ayudándolas a comunicarse de forma más eficaz y a participar plenamente en la sociedad.

En general, los soportes visuales y los gestos funcionan de forma eficaz para todas las edades y todos los niveles de habilidad, y pueden ser útiles para proporcionar información, mejorar la memoria y retener información, organizar el pensamiento, reducir el estrés, gestionar el cambio y enseñar rutinas. Los entornos en los que se pueden aplicar estos soportes y gestos incluyen la educación, la salud, la inclusión social y la vida cotidiana.



El lenguaje simplificado

El término "lenguaje simplificado" se refiere al proceso de reducir la complejidad de un texto o lenguaje con el fin de facilitar la comprensión por parte del oyente o lector. Al simplificar el lenguaje, se utilizan palabras sencillas, frases cortas y una estructura comprensible para hacer accesible la información a un público más amplio. Esta práctica se aplica a menudo a materiales de formación, textos científicos, manuales y otros documentos, con el objetivo de aumentar la accesibilidad y mejorar la comprensión del contenido. Este enfoque es especialmente beneficioso cuando se comunica verbalmente con personas con discapacidad intelectual que tienen dificultades para procesar un lenguaje complejo o abstracto. Esto se puede hacer de las siguientes maneras:

- Vocabulario sencillo: utiliza palabras sencillas y cotidianas en lugar de palabras complejas o complicadas. Esto hace que la comunicación sea más accesible y fácil de entender.
- Frases cortas: formula ideas en frases cortas para que sean más fáciles de entender.
- Instrucciones claras: utiliza palabras con significados claros que no aumenten la probabilidad de una mala interpretación.
- Estructura del discurso: organiza el discurso con una estructura sencilla y un significado claro con el fin de facilitar la comprensión.
- Visualización: Utiliza imágenes o gráficos en el proceso del habla para mejorar la comprensión.
- Repetición: Repite información importante para mejorar la memoria y la comprensión.

Estas prácticas ayudan a crear un contenido más accesible para las personas con discapacidad intelectual, lo que hace que la comunicación sea más efectiva.

La simplificación del lenguaje en la comunicación con personas con discapacidad intelectual cumple varios propósitos importantes:

- Comprensión: Las personas con discapacidad intelectual pueden tener dificultades para comprender frases o terminologías complejas. La simplificación del lenguaje facilita la comprensión del diálogo y la comunicación.
- Accesibilidad: El uso de vocabulario simple y comprensible permite a las personas con discapacidad intelectual tener un acceso más fácil a la información y los servicios destinados a ellos, eliminando las barreras que pueden surgir debido a la dificultad del lenguaje.
- Autonomía: La simplificación del lenguaje mejora la autonomía de las personas con discapacidad intelectual, lo que les permite expresarse y comprender su entorno con mayor comodidad.
- Participación social: La simplificación del lenguaje facilita la integración y participación de las personas con discapacidad intelectual en actividades sociales, lo que les permite contribuir a la comunidad.

En general, la simplificación del lenguaje ayuda a crear un entorno más accesible e inclusivo donde todos pueden comunicarse y participar de manera más autónoma.

Interacción entre pares

La interacción entre pares se refiere a la interacción social que se produce entre personas de edad, estatus o capacidades similares. A estos individuos se los suele denominar pares. La interacción entre pares es un aspecto fundamental del desarrollo humano, especialmente durante la infancia y la adolescencia, pero sigue siendo importante a lo largo de la vida.

Los aspectos clave de la interacción entre pares incluyen:

Socialización: la interacción entre pares brinda a las personas oportunidades de aprender y practicar sus habilidades sociales. Ayuda a desarrollar habilidades de comunicación, cooperación y resolución de conflictos.

Desarrollo emocional: la interacción entre pares permite a las personas experimentar una variedad de emociones y aprender a manejarlas y expresarlas. Las relaciones con pares pueden ofrecer apoyo emocional y contribuir a un sentido de pertenencia a un grupo.

Formación de la identidad: los pares desempeñan un papel importante en la formación de la identidad de una persona. Las personas a menudo se comparan con sus pares y pueden adoptar comportamientos, valores y actitudes basados en la influencia social.

Aprender unos de otros: la interacción entre pares promueve el intercambio de aprendizaje. Las personas pueden intercambiar ideas, perspectivas e información, lo que mejora su desarrollo cognitivo e intelectual.

Normas culturales y sociales: Los grupos de pares suelen reforzar las normas culturales y sociales. Los individuos dentro de un grupo de pares pueden adoptar conductas y normas comunes que prevalecen en su contexto social.

Resolución de problemas: Las actividades colaborativas entre pares promueven las habilidades de resolución de problemas. Colaborar en proyectos o resolver conflictos puede mejorar el pensamiento crítico y las habilidades para la toma de decisiones.

Amistad: Las interacciones entre pares pueden llevar a la formación de relaciones amistosas. Las amistades brindan apoyo emocional, compañerismo y oportunidades para actividades recreativas.

Independencia y autonomía: La interacción con pares permite a las personas desarrollar un sentido de independencia y autonomía. Aprenden a desenvolverse en situaciones sociales sin la guía constante de los adultos.

Es importante señalar que el impacto de la interacción entre pares puede variar según la naturaleza de las relaciones, el contexto y las diferencias individuales. Las interacciones positivas entre pares pueden contribuir al crecimiento y el bienestar personal, mientras que las interacciones negativas pueden tener efectos negativos en la salud mental y el desarrollo social.



Para mejorar las habilidades comunicativas de las personas con discapacidad intelectual es necesario reconocer y abordar sus necesidades específicas. Las interacciones entre pares desempeñan un papel fundamental en este proceso. Las formas en las que pueden ayudar a mejorar las habilidades comunicativas son:

Modelación e imitación: las interacciones entre pares brindan a las personas con discapacidad intelectual la oportunidad de observar e imitar las conductas comunicativas de sus pares. La modelación ayuda a aprender el uso apropiado del lenguaje, las habilidades sociales y las estrategias para lograr una conversación. Los pares pueden servir como modelos positivos para esta. Fomentar conductas inclusivas y enseñar cómo apoyar a los demás puede crear un entorno que promueva una comunicación eficaz.

Socialización y refuerzo: participar en interacciones entre pares permite a las personas practicar sus habilidades comunicativas en situaciones del mundo real. La socialización ayuda a desarrollar la autoconfianza y familiarizarse con diferentes contextos de comunicación.

Retroalimentación y refuerzo: los pares pueden ofrecer retroalimentación constructiva y refuerzo positivo durante sus interacciones sociales. Esta retroalimentación es valiosa para que las personas con discapacidad intelectual comprendan qué funciona bien en su proceso de comunicación y en qué áreas pueden necesitar mejorar.

Aprendizaje compartido: las interacciones entre pares suelen implicar experiencias de aprendizaje compartidas. Las actividades colaborativas con pares pueden mejorar el vocabulario, las habilidades de resolución de problemas y el desarrollo cognitivo general.

Apoyo emocional: las relaciones entre pares brindan apoyo emocional, lo que crea un entorno positivo y alentador. Sentirse aceptado y apoyado por los pares puede aumentar la autoestima y la motivación, lo que afecta positivamente sus habilidades de comunicación.

Desarrollo de habilidades sociales: la interacción entre pares permite a las personas desarrollar y mejorar sus habilidades sociales, como esperar turnos, escuchar a los demás, hacer contacto visual e interpretar señales no verbales, todos componentes clave de una comunicación eficaz.

Entornos inclusivos: la creación de entornos inclusivos que fomenten las interacciones entre pares mejora el sentido de pertenencia a un grupo. Cuando las personas se sienten incluidas, es más probable que participen en la comunicación con sus pares y practiquen sus habilidades en una variedad de entornos.

Programas sociales estructurados: la implementación de programas sociales estructurados o intervenciones que se centren en el desarrollo de las habilidades de comunicación puede ser beneficiosa. Estos programas pueden incluir actividades, juegos o ejercicios específicos diseñados para mejorar la comunicación en un entorno de apoyo y controlado. Es importante que estas intervenciones se adapten individualmente a las necesidades y capacidades de cada individuo. Además, es importante la participación de profesores, logopedas y otros profesionales para ofrecer un apoyo específico que mejore aún más las habilidades comunicativas de las personas con discapacidad intelectual.

Paciencia y empatía

La paciencia y la empatía son dos habilidades importantes relacionadas con la forma en que tratamos y nos comunicamos con los demás. Estos enfoques mejoran la comprensión mutua, fomentan la cooperación y facilitan la creación de relaciones positivas con el entorno. Estos son aspectos cruciales que contribuyen a una comunicación más eficaz.

Las personas con discapacidad intelectual a menudo se enfrentan a déficits de comunicación que pueden deberse a su dificultad para comprender o expresar determinadas expresiones verbales o incluso a la necesidad de más tiempo o repetición durante el proceso de comunicación.

La paciencia y la empatía son requisitos previos para un entorno de apoyo comunicativo y que se adapte a estas necesidades individuales de las personas con discapacidad intelectual.

La paciencia se refiere a la capacidad de esperar con calma incluso ante dificultades o retrasos y de mostrar comprensión y tolerancia, dando al interlocutor el tiempo y el espacio que necesita para comprender y expresarse. Es crucial en muchos aspectos de la vida, incluidas las relaciones interpersonales, el trabajo y la gestión de desafíos.

Más específicamente, las formas en que la paciencia ayuda a promover la comunicación con personas con discapacidad intelectual son:

- **Tiempo para la expresión:** las personas con discapacidad intelectual pueden necesitar más tiempo para expresar sus pensamientos o responder preguntas. La paciencia les da el tiempo que necesitan, mejorando así la comunicación.
- **Repetición y reformulación:** La comunicación con personas con discapacidad intelectual puede requerir la repetición de preguntas o la reformulación de la información para asegurar su comprensión. La paciencia es una habilidad esencial, ya que permite la repetición y la reformulación en condiciones óptimas y sin ejercer presión.
- **Entender y aceptar la diversidad:** La paciencia ayuda a comprender, aceptar y respetar la diversidad y las necesidades únicas que puede tener cada persona con discapacidad intelectual.
- **Crear un entorno seguro y amigable:** La paciencia ayuda a crear y mantener un entorno de comunicación amigable, lo cual es importante para la comodidad y la seguridad de las personas con discapacidad intelectual.



La empatía es la capacidad de comprender y empatizar con los sentimientos, necesidades y experiencias de los demás. Ponerse en el lugar del otro y percibir el mundo desde esa otra perspectiva.

Como las personas con discapacidad intelectual suelen desarrollar formas no verbales de comunicación para compensar sus dificultades, la comprensión y la empatía de quienes las rodean pueden ayudar a resolver los desafíos del proceso de comunicación.

Garantizar la empatía al interactuar con personas con discapacidad intelectual es importante por diversas razones:

Mejor comprensión de las necesidades: la empatía ayuda al interlocutor a comprender mejor las necesidades y los desafíos que enfrentan las personas con discapacidad intelectual. Como consecuencia, esta comprensión le permite al interlocutor ajustar su propia comunicación.

Mejora de la autoestima: la empatía ayuda a impulsar la autoestima de las personas con discapacidad intelectual, ya que se sienten aceptadas y que sus necesidades son comprendidas por el resto.

Mejor colaboración: a través de la empatía, se promueve un marco de cooperación, ya que la comprensión compartida crea un clima positivo que promueve un proceso de comunicación abierta.

Fomentar la confianza: la empatía ayuda a establecer confianza entre las personas, ya que un sentido de comprensión reduce el miedo al rechazo y las posibilidades de retraimiento.

Fomentar la participación: la empatía fomenta la participación de las personas con discapacidad intelectual en actividades sociales y otros contextos de comunicación.

Como la comunicación es un proceso bidireccional, es importante que la paciencia y la empatía se cultiven en la propia persona con discapacidad intelectual.

Algunas formas de desarrollar la empatía y la paciencia son:

- **Historias sociales:** las historias sociales son una herramienta poderosa para desarrollar la empatía y la paciencia en las personas con discapacidad intelectual. Estas historias ofrecen descripciones estructuradas de situaciones e interacciones sociales cotidianas, ayudando a las personas a comprender y predecir comportamientos. A través de este marco, se les puede entrenar para reconocer emociones, respetar los espacios personales y comprender las reglas sociales. A través de este proceso, se mejora la empatía, mientras que la exposición repetida a situaciones ayuda a moldear la paciencia, promoviendo un mejor marco de comprensión. **Visualización:** la visualización es otra herramienta para desarrollar la empatía y la paciencia en las personas con discapacidad intelectual. A través de la representación visual, estas personas pueden percibir y comprender la información y los conceptos de manera más eficaz. El uso de gráficos, imágenes y colores puede mejorar la comprensión, mientras que la representación visual del tiempo y los procesos puede contribuir al desarrollo de la paciencia, ayudando a los individuos a reconocer relaciones entre diferentes elementos y desarrollar la capacidad de esperar con paciencia. **Juegos de rol:** Los juegos de rol son una excelente manera de desarrollar la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. Durante estos juegos, los participantes asumen diversos roles, incorporando nuevas experiencias y posiciones sobre diversas temáticas. Este proceso interactivo fomenta el reconocimiento de los diferentes propósitos, sentimientos y necesidades de los personajes, al tiempo que mejora la empatía y la comprensión de los demás. Así como los participantes enfrentan desafíos y contradicciones en el contexto del juego, desarrollan su paciencia a medida que aprenden a enfrentar y resolver diferentes situaciones. A través de este enfoque interactivo, se desarrollan habilidades críticas que mejoran la comunicación social y se toma conciencia de las necesidades de los demás.

- **Grupos/Asambleas de Orientación:** Los Grupos/Asambleas de Orientación son un entorno eficaz y seguro para el desarrollo de la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. A través de la participación en estos grupos, las personas se enfrentan a diversas dinámicas sociales y humanas, se les anima a expresar sus pensamientos y sentimientos y a escuchar las opiniones de los demás. La naturaleza interactiva de los grupos promueve el contacto social y mejora las habilidades de comunicación. Además, las interacciones frecuentes brindan oportunidades de capacitación en temas relacionados con el manejo de las emociones, mejorando la paciencia y la capacidad para afrontar ciertas dificultades. A través de estos grupos, los participantes desarrollan la inteligencia emocional y demuestran un mayor nivel de paciencia a medida que las afrontan y crecen a través de diferentes situaciones.
- **Participación en actividades de la comunidad:** La participación en actividades de la comunidad es un factor poderoso en el desarrollo de la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. La interacción constante con diversas experiencias sociales y culturales promueve la comprensión de uno mismo y de los demás, al tiempo que mejora la capacidad de percibir y responder a diversas situaciones. La participación en actividades comunitarias brinda oportunidades de integración social, aumentando la autoconfianza y la capacidad de gestionar los desafíos. Además, las diferentes actividades requieren de una participación activa y desarrollan la paciencia al enfrentarse a diferentes retos y retrasos.
- **Actividades colaborativas:** Las actividades colaborativas son un medio poderoso para desarrollar la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. Durante la colaboración, la necesidad de comprensión y comunicación mutuas potencia la empatía, ya que los socios reconocen y respetan las diferentes necesidades y habilidades de cada individuo. El desarrollo de la paciencia surge de la necesidad de afrontar diferentes velocidades y enfoques, mientras que la interacción constante y el intercambio de ideas contribuyen al desarrollo de la confianza y las relaciones constructivas, fomentando la paciencia como clave para alcanzar objetivos comunes.
- **Actividades deportivas en equipo:** Las actividades deportivas en grupo son un campo ideal para desarrollar la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. La participación en entornos deportivos promueve la interacción, ayudando a los deportistas a desarrollar la sensibilidad hacia sus compañeros y a comprender las necesidades del equipo. La percepción de cooperación y la necesidad de paciencia son fundamentales para alcanzar objetivos comunes. Durante los entrenamientos y las competencias, los deportistas se entrenan para afrontar los retos con paciencia, desarrollando la capacidad de afrontar las dificultades con perseverancia y flexibilidad. A través de la comunicación constante y la participación en deportes de equipo, se fortalecen no solo físicamente, sino también social y emocionalmente.
- **Estrategias para reconocer y gestionar emociones:** Las estrategias de reconocimiento y gestión de emociones están demostrando ser extremadamente efectivas para desarrollar la empatía y la paciencia en personas con discapacidad intelectual. Al reconocer sus emociones, estas personas desarrollan sensibilidad no solo a las suyas sino también a las de los demás. La gestión de sus emociones les permite afrontar de manera más eficaz los retos y la espera, a la vez que fomenta el desarrollo de la paciencia. Al llevar a cabo esto, desarrollan la capacidad de reconocer diversos estados emocionales y gestionar de manera más eficaz la incertidumbre o los problemas que surjan en el camino, mejorando así la empatía y la capacidad de reaccionar con paciencia.
- En general, la empatía y la paciencia mutuas se combinan para crear un enfoque comunicativo constructivo y cultivar una relación cooperativa de confianza que respeta la dignidad e individualidad de cada individuo.

References

Arvio, M. & Aaltonen, S. 2011. Kehitysvammainen potilaana. [Developmentally disabled as a patient] Helsinki: Duodecim

Intensive Interaction Institute, 2023. www.intensiveinteraction.org/

Kaski, M. 2012. Kehitysvammaisuus. [Developmental disability] Helsinki: SanomaPro.

Beukelman, D. & Mirenda, P. (2013). Augmentative and Alternative Communication: Supporting Children & Adults with Complex Communication Needs 4th Edition. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.

Gray, Carol A.; Garand, Joy D. (1993). "Social Stories: improving responses of students with autism with accurate social information". Focus on Autistic Behavior. 8 (1): 1–10. [doi:10.1177/108835769300800101](https://doi.org/10.1177/108835769300800101). S2CID 146442978.

Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus - kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. [Interaction - development, risks, and support through rehabilitation] Kehitysvammaliitto ry. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Launonen, K. & Korpijaakko-Huuhka, A.-M. 2003. Kommunikoinnin häiriöt - syitä, ilmenemismuotoja ja kuntoutuksen perusteita. [Communication disorders - causes, manifestations and basics of rehabilitation] Helsinki: Palmenia.

Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E.-L. 2006. Esteistä mahdollisuuksiin, Vammaistyön perusteet. [From obstacles to opportunities, the basis of disability work] Porvoo: WSOY.

Marjatta Takala, Aino Äikäs , Suvi Lakkala (ed.) Lotta Uusitalo & Kaisa Vuorinen, Impossible inclusion? Identify challenges and opportunities, PS publishing, 1st edition, 2020.

Kent-Walsh & McNaughton, 2005

Beukelman & Light 2020

Manolopoulou C. et al., 2012

RCSLT, 2001

Fox, Keller, Grede, & Bartosz, 2007

Papunet 2024, papunet.net

