



Reforçar el dret de totes les persones a comunicar-se

Guia dedicada als professionals per donar suport a les habilitats comunicatives de persones amb discapacitat intel·lectual



**Co-funded by
the European Union**



Erasmus+

Continguts

Introducció	4
Part 1: <i>Què és la comunicació i per què és important?</i>	5
Part 2: <i>Enfocaments de suport a la comunicació</i>	18
Part 3: <i>Infantil i Juvenil (de 10 a 18 anys)</i>	34
Part 4: <i>Adolescents (de 18 a 25 anys)</i>	40
Referències	56



Introducció

La guia COM-IN forma part del Projecte Erasmus+ “Promoció del desenvolupament comunicatiu en infants i adolescents amb discapacitat intel·lectual per afavorir la seva inclusió - COMIN” (2021-1-FR01-KA220-VET-000033251). Aquesta guia està dissenyada per ajudar els professionals a comunicar-se amb persones amb discapacitat intel·lectual. Amb aquesta guia, aprendràs a adaptar el teu estil de comunicació per satisfer les necessitats úniques de cada individu i a construir relacions positives i respectuoses.

L'objectiu del projecte COM-IN és la millora de les habilitats comunicatives dels joves (entre 10 i 25 anys) amb discapacitat intel·lectual. Per això, el consorci ha realitzat una enquesta entre els professionals que treballen amb persones amb discapacitat intel·lectual per tal d'identificar les necessitats comunicatives clau d'aquesta població.

En la segona fase del projecte, el consorci ha elaborat aquesta guia dedicada als professionals que treballen amb joves amb discapacitat intel·lectual. La guia se centra en la promoció de les habilitats comunicatives de les persones amb discapacitat intel·lectual i el seu suport en entorns comunicatius quotidians.

La guia inclou informació general sobre comunicació i sensibilització sobre les necessitats específiques de les persones amb discapacitat intel·lectual. També inclou dues parts, una per als professionals que treballen principalment amb adolescents (de 10 a 18 anys) i una altra per als professionals que treballen principalment amb persones adultes joves (de 18 a 25 anys), ja que les consideracions clau no són exactament les mateixes per als dos grups. És important donar suport als primers signes de dificultat de comunicació. Els destinataris d'aquest projecte es van limitar a persones amb discapacitat intel·lectual d'entre 10 i 25 anys i la guia ofereix informació sobre les necessitats de comunicació dels destinataris.

Declaració Universal dels Drets Humans

Tothom té dret a la llibertat d'opinió i d'expressió; aquest dret inclou la llibertat de... buscar, rebre i difondre informació i idees a través de qualsevol mitjà...

(Article 19)

Definició de Discapacitat Intel·lectual (DI)

Segons la classificació de malalties de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), ICD10, la discapacitat intel·lectual es refereix a una condició en què el desenvolupament del rendiment mental està inhibit o incomplet. Les habilitats que sorgeixen durant l'edat de desenvolupament, és a dir, les habilitats cognitives, lingüístiques, motrius i socials que afecten el rendiment mental general, estan insuficientment desenvolupades. La DI pot ocórrer sola o en combinació amb qualsevol condició física o mental.

L'OMS classifica la DI segons el quocient d'intel·ligència (QI) mitjançant proves d'intel·ligència en quatre grups: lleu (QI aprox. 50-70), intermedi (QI 35-49), greu (aprox. 20-34) i profund (QI menys de 20) discapacitat del desenvolupament intel·lectual. A més, hi ha una categoria de "discapacitats intel·lectuals no especificades quan no s'ha avaluat el coeficient intel·lectual o quan les proves d'intel·ligència no han donat un resultat fiable".

Característiques de la comunicació en una discapacitat intel·lectual lleu

Per regla general, la comunicació en una persona amb discapacitat intel·lectual lleu no causa problemes, entenen bé les estructures i els discursos concrets i clars i sovint aprenen a llegir i escriure fins a cert punt. No obstant això, poden experimentar trastorns lingüístics especials que dificulten el desenvolupament de l'expressió funcional de la parla o que ho impedeixen del tot. També poden tenir dificultats d'aprenentatge. Com a mitjà de comunicació, una persona amb discapacitat intel·lectual lleu utilitza la parla, en la qual es poden produir alguns errors gramaticals o de pronunciació. Poden correspondre en contacte; tanmateix, els temes de discussió es limiten a qüestions concretes. Si cal, utilitzen mètodes alternatius per donar suport a la seva comunicació. De vegades, les persones amb discapacitat intel·lectual lleu desenvolupen trastorns lingüístics especials que poden interferir amb l'expressió de la parla o impedir-la del tot. Amb l'ajuda de suport i orientació, les persones amb discapacitat intel·lectual lleu poden aprendre a actuar de manera bastant independent en els assumptes quotidians. Tanmateix, sovint necessiten ajuda amb diverses tasques domèstiques, finances i habitatge, però sovint poden viure sols i tenir cura dels fonaments bàsics de les seves finances. També poden trobar feina en diferents llocs de treball amb suport o protegit. Tanmateix, el treball requereix molta orientació i ajuda.

Característiques de la comunicació en una discapacitat intel·lectual moderada

Les persones amb discapacitat intel·lectual moderada solen ser capaços d'estructurar bé situacions i entorns familiars. Poden prendre la iniciativa en la comunicació i correspondre. Poden aprendre bé un discurs clar utilitzat en situacions quotidianes. Tanmateix, entendre el llenguatge conceptual i operar amb imatges és un repte per a ells. Els mètodes de comunicació que donen suport i substitueixen la parla són importants perquè estiguin disponibles quan sigui necessari. Les persones amb discapacitat intel·lectual moderada sovint aprenen a expressar-se mitjançant la parla, però l'aprenentatge de la parla és bastant lent i sovint es beneficien de mitjans de comunicació que recolzen i substitueixen la parla juntament amb la parla. Sovint aprenen a comprendre un discurs estructurat gramaticalment clar. Tanmateix, la majoria de la gent necessita mètodes de CAA juntament amb la parla, ja que pot ser difícil que els estranys interpretin el seu discurs a causa de les seves anomalies lingüístiques o de pronunciació. Una persona amb discapacitat intel·lectual moderada sovint té problemes similars en les activitats diàries que les persones amb discapacitat intel·lectual severa. Necessiten serveis d'habitatge així com orientació i ajuda amb la higiene, entre altres coses. Les habilitats d'alfabetització també són sovint deficientes. Les persones amb discapacitat intel·lectual secundària poden fer front a les activitats diàries de manera bastant independent amb suport, però, la necessitat de suport varia de persona a persona. Poden realitzar tasques limitades i supervisades.

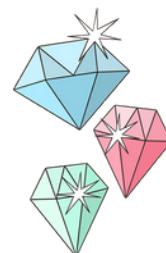
Característiques de la comunicació en una discapacitat intel·lectual severa

La majoria de les persones amb discapacitat intel·lectual greu tenen dificultats de comunicació. Sovint entenen un discurs senzill relacionat amb una situació familiar. Per recolzar la comprensió, sovint necessiten diversos mitjans per recolzar i substituir la parla, com ara expressions facials, senyals, pes de la veu o altres mitjans visuals o concrets de percepció. La majoria d'ells necessiten diferents mètodes alternatius de comunicació al llarg de la seva vida. Les persones amb discapacitat intel·lectual severa necessiten suport i assistència contínues en diferents àmbits de la vida, com les activitats diàries, com la higiene i la selecció de roba. Els falten habilitats de lectura i escriptura i no perceben les hores del dia ni coneixen, per exemple, els valors monetaris. Per tant, donar suport i interactuar amb altres persones és essencial per a una bona qualitat de vida per a ells. Amb l'ajuda d'una rehabilitació llarga i orientada a objectius, una persona amb discapacitat intel·lectual severa pot aprendre les habilitats de les activitats diàries i fer front a les activitats de manera força independent. Poden realitzar tasques limitades i supervisades.

Característiques de la comunicació en una discapacitat intel·lectual profunda

En la majoria dels casos, una persona amb una discapacitat intel·lectual profunda té una percepció força desestructurada del món que l'envolta i de la seva relació amb ell. Sovint no tenen condicions suficients per a la iniciativa i l'acció activa, per aquests motius depenen bastant dels esforços de persones properes per establir contacte i formes d'acció, per exemple, comunicació i interacció. Aquest col·lectiu de persones amb discapacitat intel·lectual té dificultats de comunicació difícils, i els mitjans d'expressió solen ser la vocalització, l'aspecte físic, la mirada, els gestos senzills com apuntar o arribar, i l'activitat general o la passivitat. Perquè la interacció tingui èxit, la persona propera ha de considerar maneres que permetin a la persona amb discapacitat intel·lectual percebre experiències sensorials clares que destaquen de la resta de l'entorn. Els sentits del tacte, el tacte i el moviment s'han d'utilitzar en la comunicació.

Les persones amb discapacitat intel·lectual profunda poden percebre el món que les envolta malgrat els dèficits sensorials i les limitacions de moviment, però això requereix que les persones properes s'adaptin a l'entorn per donar suport a les seves necessitats. En aquesta situació, l'entorn juga un paper important en l'èxit de la comunicació i la interpretació, perquè les persones puguin entendre el seu missatge, que es transmet fins i tot d'una manera molt individual. Sovint aprenen a distingir entre situacions i persones amb les quals poden reaccionar, els somriures, per exemple. Per a una persona amb una discapacitat intel·lectual profunda, la comprensió de les expressions de la parla és limitada. Per tant, el comunicador hauria d'utilitzar altres canals de comunicació al costat de les expressions de la parla. Els missatges es poden aclarir utilitzant diferents tons, objectes, comunicació d'objectes i expressions facials en parlar. El company de comunicació ha d'utilitzar els mateixos mètodes de CAA en situacions d'interacció que utilitza la persona amb discapacitat intel·lectual. Les persones amb discapacitat intel·lectual profunda també es caracteritzen per diverses dificultats de mobilitat, per la qual cosa estan sotmeses a molts procediments diferents. L'objectiu és activar-los mitjançant diferents mètodes especials. Les persones amb discapacitat intel·lectual profunda poden aprendre tasques laborals senzilles, però necessiten una orientació i atenció constants. Una persona amb una discapacitat intel·lectual profunda depèn completament de l'ajuda d'altres persones, i el requisit bàsic és la supervisió les 24 hores del dia. La persona necessita ajuda amb totes les seves activitats diàries perquè li costa fer-se càrrec dels seus assumptes personals.



Trastorns associats i necessitats de comunicació

La discapacitat intel·lectual (DI) es classifica com a "trastorn del desenvolupament intel·lectual" a la classificació de l'OMS, com a "discapacitat intel·lectual" a la classificació nord-americana DSM 5 i com a "deficiència mental" a la classificació francesa CFTMEA. Són diversos trastorns associats a la discapacitat intel·lectual com a comorbiditats: malalties físiques, trastorns motors, trastorns sensorials, trastorns cognitius i trastorns mentals.

DSM 5 (pàg. 45) distingeix entre trastorns del neurodesenvolupament (trastorns de la comunicació, trastorns de l'espectre autista, dèficit d'atenció, moviments estereotipats, trastorns neurocognitius principals, trastorns específics de l'aprenentatge) i trastorns mentals (depressius, bipolars, ansietat, control d'impulsos, trastorns de la personalitat).

Entre els trastorns anteriors els més freqüents en la discapacitat intel·lectual són: Trastorn per Dèficit d'Atenció/Hiperactivitat (TDAH), Trastorn de l'espectre autista, Trastorn depressiu, Trastorn bipolar, Trastorn d'ansietat, Trastorn del control d'impulsos i Trastorns neurocognitius majors.

Trastorn per dèficit d'atenció/hiperactivitat (TDAH) causa deficiències funcionals importants que varien des de l'augment de malalties mentals comòrbides, el mal ús de substàncies, lesions accidentals i l'atur fins a molts altres àmbits de la vida (Gjervan et al, 2012). Les persones amb TDAH i DI tenen un "doble dèficit" en el funcionament cognitiu secundari tant al TDAH com a la DI. Això, entre moltes altres restriccions, pot afectar significativament la comunicació en els tres components: parla, llenguatge i pragmàtica.

Les persones amb DI i TDAH presenten un augment del volum i la variabilitat en el to quan parlen, juntament amb patrons particulars com ara un augment del nombre de pauses vocals. També s'observen més repeticions vocals o emplenats de paraules, mentre intenten organitzar els seus pensaments.

A causa de la distracció i dels símptomes relacionats amb el TDAH, és més probable que les persones es desvinguin del tema quan parlen. També sovint lluiten per trobar les paraules adequades i reunir els pensaments de manera ràpida i lineal en la conversa.

La comprensió auditiva es pot veure afectada directament, en particular a causa de la dificultat per manejar el llenguatge parlat ràpidament o per gestionar entorns sorollosos i distractors. Quan escolten, poden perdre el control dels fils de conversa per complet o perdre detalls i, per tant, no registren peces d'informació vitals.

Parar atenció al fil de la conversa també pot arribar a ser encara més problemàtic per a una persona amb DI i TDAH en grup o en una situació de soroll. Es pot distreure amb qualsevol petita interrupció. La capacitat, també, de mantenir l'atenció en un sol parlant i de fer la transició entre parlants és un repte, amb implicacions socials.

A causa de la distracció, la impulsivitat o altres deficiències de la funció executiva, és possible que no segueixin aquestes mateixes regles en un moment determinat, o fins i tot noten indicis socials (com ara "espera el teu torn per respondre").



La DI amb TDAH comòrbid sovint s'associa amb presentacions **d'epilèpsia** més complexes. En aquest cas, s'observa una major càrrega de símptomes i una major comorbiditat mental (Holdsworth et al, 1974), (Reilly et al, 2017), (Ettinger et al) 2015). Més concretament, la gent té més dificultats per entendre el que algú està dient. Tenen dificultats per entendre els senyals o rutines ambientals. És més difícil per a ells comunicar-se amb altres persones mitjançant el llenguatge corporal o les expressions facials. Això pot ser perquè una persona té problemes de parla o dificultats amb la interacció social. Encara els costa més parar atenció i escoltar una persona o una activitat.

El trastorn de l'espectre de l'autisme (TEA) i la discapacitat intel·lectual (DI) sovint es produeixen conjuntament, amb estimacions recents que suggereixen que aproximadament el 30% de les persones de l'espectre autista tenen DI (Baio et al., 2018), amb aquesta prevalença potencialment més gran (Thurm. et al., 2019). Els individus amb aquest diagnòstic dual, a més dels seus dèficits en la capacitat cognitiva i el funcionament adaptatiu, presenten dèficits importants en la interacció social i la comunicació, amb conductes repetitives i processament sensorial alterat, propis de l'espectre autista. Les persones de l'espectre de l'autisme amb DI concomitante solen experimentar majors dificultats en la comunicació verbal i no verbal, comportaments persistents de preocupació i sovint presenten comportaments repetitius, estereotipats i autolesius en comparació amb els seus homòlegs sense DI concomitent (Tureck). et al., 2014) (1).

Més concretament, a les persones amb DI i TEA, sovint s'observen poques habilitats de conversa no verbal, com la manca d'ús de gestos amb les mans, com ara assenyalar, i evitar el contacte visual. Aquests condueixen a sentiments de frustració i, en conseqüència, a problemes de comportament. Sovint també s'observa un canvi constant de tema. Algunes persones tenen problemes per "mantenir-se al tema" perquè la seva ment es mou ràpidament i processa informació i molts estímuls. De vegades, aquestes persones perden l'interès pel que estan parlant i volen passar a una conversa diferent. El focus en el significat literal de les paraules és molt comú. Les persones amb aquest doble diagnòstic solen tenir més problemes per entendre llenguatges expressius o metàfores. El llenguatge repetitiu o rígid també és un altre tret comunicatiu característic de les persones amb DI i TEA. Aquestes persones poden dir coses sense significat directe ni rellevància per a la conversa. Sovint, presenten ecolàlia, és a dir, repeteixen paraules que han escoltat. La prosòdia, és a dir, el ritme i l'entonació de la veu, també es pot veure alterada. Poden existir interessos estrets i habilitats excepcionals fins al punt que l'individu pugui centrar el seu interès comunicatiu en aquests temes concrets. Són capaços de comunicar un monòleg sencer sobre el tema d'interès sense poder mantenir una conversa completa.

Les habilitats pragmàtiques són, també, un repte comú que s'enfronten aquests individus pel que fa a les dificultats per utilitzar el llenguatge i la comunicació social de manera eficaç en situacions socials. Aquests reptes poden afectar diversos aspectes de la vida diària, com ara fer amics, participar en converses i comprendre els senyals socials.

Pel que fa als **trastorns mentals**, la investigació mostra que s'ha demostrat que aquests són de tres a quatre vegades més elevats entre les persones amb DI, en comparació amb la població general (Cooper i Collacott 1996; Deb et al. 2001). Les persones que tenen una comorbiditat amb **trastorns mentals** condueixen molt sovint a l'aïllament social perquè hi ha un prejudici contra ells i un estigma social. Això és fruit de la coexistència de la DI amb un trastorn mental, que complica encara més la vida quotidiana de la persona (Torr, 2013).

La vulnerabilitat als trastorns mentals de les persones amb DI està sustentada per una varietat de factors biològics, psicològics i socials. Les persones amb identificació més lleu i bones habilitats de comunicació solen ser capaços de descriure el que estan experimentant i, normalment, es presenten d'una manera que coneixen la majoria dels professionals de la salut mental. Tanmateix, la presentació sovint és atípica en aquells amb DI més greu o en persones amb dificultats de comunicació. Per tant, els equivalents conductuals són l'expressió dels signes i símptomes de la malaltia mental a través del comportament més que a través de la descripció verbal. L'impacte que tenen diferents malalties mentals en la comunicació es pot agreujar en persones amb discapacitat intel·lectual (per exemple, la parla lenta associada a la depressió també pot presentar-se en persones amb discapacitat intel·lectual com una verbalització reduïda).

Les investigacions mostren que la **depressió** és un dels trastorns mentals més freqüents en adults amb discapacitat intel·lectual (Borthwick-Duffy, 1994; Linna et al., 1999; Richards et al., 2001). També han demostrat que els infants i adults amb DI presenten un augment de les taxes de problemes de conducta, retrament social i estat d'ànim irritable quan estan deprimits. Es va informar que les persones amb DI estaven experimentant tristesa, cansament, agitació, autocrítica, plors, pèrdua d'energia, canvis en els patrons de son, irritabilitat i pèrdua d'interès per les activitats que abans gaudien (McGillivray i McCabe, 2007). Les persones deprimides amb discapacitat intel·lectual lleu experimenten un índex elevat d'interaccions socials estressants i la seva discapacitat es va associar amb una freqüència més gran d'interaccions socials negatives (Nezu, Nezu, Rothenberg, DelliCarpini i Groag 1995).

Per tant, un índex elevat **d'ansietat** és més freqüent en infants i adolescents amb discapacitat intel·lectual que en els seus companys en desenvolupament típic (Dekker i Koot, 2003; Emerson, 2003; Whitaker i Read, 2006). Per tant, els infants i adolescents amb discapacitat intel·lectual que ja s'enfronten a limitacions cognitives i de vegades físiques addicionals poden ser encara més restringits en les seves accions. A més, sembla que l'ansietat està associada a nivells més alts de comportament desafiant i altres problemes de comportament (Pruijssers et al., 2014; Moskowitz et al., 2017) i nivells més baixos d'acceptació social i amistat.

En comparació amb la població general, sembla que el **trastorn bipolar** també existeix al doble que en aquells diagnosticats amb DI (Cain et al., 2003; Cooper, Smiley, Allison i Morrison, 2018; Cooper, Smiley, Morrison, Williamson, & Allan 2007). Per a les persones amb diagnòstic doble de DI i trastorn bipolar, l'agressió és un comportament observat habitualment (Tsioulis, Kim i Cohen, 2011). Una sèrie de comportaments desafiants i deficiències funcionals s'havien associat amb la mania en persones amb DI (Cain et al., 2003). Els individus amb DI diagnosticats de trastorn bipolar eren més propensos a mostrar més símptomes de l'estat d'ànim, com ara irritabilitat, estat d'ànim elevat i estat d'ànim eufòric que els individus diagnosticats de depressió no psicòtica, depressió major (amb psicosi) o esquizofrènia (Cain et al., 2003). A més, també es va informar que les persones amb discapacitat bipolar i amb DI eren més propenses a presentar símptomes no relacionats amb l'estat d'ànim, com ara augment de l'autoestima, trastorns de la parla, augment d'energia, disminució del son, distracció i augment de la participació en activitats agradables (2). La parla pressionada pot aparèixer com un augment de la vocalització (ritme o volum) o gesticular en individus amb un llenguatge expressiu limitat (3). S'observen un augment de dèficits d'habilitats socials, com ara "vocacions repetitives inadequades", "comentaris vergonyosos", "pertorbar als altres". (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993), (Cain et al., 2003), (Ruedrich, 1993; Lowry, 1993).

La impulsivitat de les persones amb DI és més alta que la de les persones en desenvolupament típic, perquè el desenvolupament cognitiu s'associa amb la inhibició del comportament. (Burbidge et al., 2010), (Seager i O'Brien, 2003). Un de cada set adolescents amb DI presenta comportaments impulsius (Bradley i Isaacs, 2006). La impulsivitat és una característica comuna dels trastorns mentals anteriors i pot ser notable com a símptomes d'aquests trastorns. Els símptomes, però, poden progressar fins al punt que es produeixen en episodis diferents i freqüents i comencen a interferir amb el funcionament normal de la persona. És el cas de les persones amb discapacitat intel·lectual i **trastorn del control dels impulsos**, on els efectes són encara més significatius en el funcionament i la comunicació de l'individu. De fet, molts impulsos caracteritzen els comportaments o el ritual de l'individu que se sent impulsat a actuar repetidament. Tot l'anterior es realitza en un intent de temperar les obsessions, i l'alleujament és breu perquè els pensaments obsessius solen tornar més forts. En conseqüència, la comunicació es veu interrompuda a causa de la incapacitat d'autocontrol i la inhibició del comportament individual amb conseqüències significatives per a les habilitats acadèmiques, socials i cognitives de l'individu.

Pel que fa a les comorbiditats **neurocognitives**, la demència pot ser més freqüent en persones grans amb discapacitat intel·lectual que en la població general. Les persones amb síndrome de Down presenten un major risc de patir la malaltia d'Alzheimer (4).

La característica essencial d'aquests trastorns neurocognitius associats en persones amb discapacitat intel·lectual és el deteriorament de les cognicions cognitives preexistents que provoca un deteriorament encara més greu en el funcionament diari de la persona en comparació amb el seu nivell anterior. Les etapes posteriors de la demència entre les persones amb síndrome de Down s'associen amb la dispràxia (Prasher, 1995), així com el desenvolupament de símptomes neurològics com ara problemes per deglutir, sacsejades mioclòniques i convulsions. La persona té dificultats importants per comunicar amb èxit fins i tot informació bàsica. Fins i tot les respostes sí/no poden ser inexactes. Això pot estendre's a l'ús de la comunicació no verbal, com ara assentir, sacsejar el cap o gestos amb els polzes cap amunt/avall. La persona pot indicar que sí quan vol dir que no i viceversa. En general, la història natural d'aquests trastorns implica una pèrdua progressiva d'habilitats, una major pèrdua d'independència i una major dependència dels altres per a l'assistència personal i el manteniment de la rutina diària.

En conclusió, els trastorns associats afecten encara més les habilitats comunicatives de les persones amb discapacitat intel·lectual. Els trastorns associats que s'esmenten aquí, afecten encara més la capacitat d'una persona per entendre el que està dient, que implica l'escolta, l'atenció, la memòria i les capacitats de processament. Afecten tant la comprensió com l'expressió, i els efectes poden ser de lleus a greus. Les persones amb un diagnòstic doble tenen encara més dificultats per comunicar els seus desitjos i necessitats. Són incapaços de descriure la seva experiència, els seus símptomes o el que senten i utilitzen, principalment, el comportament per comunicar la seva angoixa i necessitats. Aquestes dificultats perjudiquen encara més les relacions interpersonals de la persona i porten a l'aïllament 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>.

Què és la comunicació?

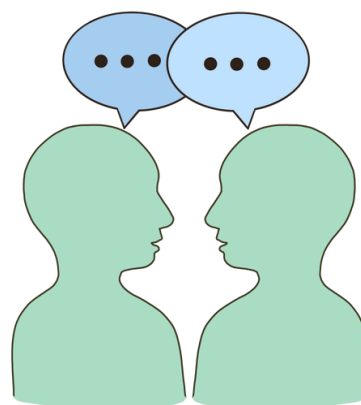
“ La comunicació és: com controlem les nostres vides, com fem amics, com ens independitzem, com fem eleccions, com expressem els nostres sentiments, pensaments i emocions bidireccionals. ”

Segons l'American Speech-Language-Hearing Association (ASHA), la comunicació és el procés actiu d'intercanvi d'informació i idees. La comunicació implica tant entendre com expressar. La comunicació també inclou moviments personalitzats, gestos, objectes, verbalització, vocalització, imatges, signes, símbols, paraules impreses i sortida de dispositius augmentatius i alternatius (AAC). Quan la comunicació és eficaç, ambdues parts poden expressar les seves necessitats, desitjos, sentiments i preferències perquè es puguin entendre.

El dret de tota persona a la llibertat d'expressió, l'autodeterminació i la inclusió està reconegut i reconegut en diversos acords i declaracions internacionals sobre drets individuals. L'article 19 de la Declaració Universal dels Drets Humans diu: Tota persona té dret a la llibertat d'opinió i expressió; aquest dret inclou la llibertat de tenir opinions sense interferències i de buscar, rebre i difondre informació i idees per qualsevol mitjà i sense tenir en compte les fronteres.

La possible discapacitat o la necessitat de suport no ha d'afectar els drets de la persona. L'article 21 de la Convenció de les Nacions Unides sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat (CDPD) diu: Llibertat d'expressió i opinió i accés a la informació Els estats part prendran totes les mesures adequades per garantir que les persones amb discapacitat puguin exercir el dret a la llibertat d'expressió i opinió, inclosa la llibertat de cercar, rebre i difondre informació i idees en igualtat de condicions amb els altres i mitjançant totes les formes de comunicació que escollissin, tal com es defineix a l'article 2 de la present Convenció, incloent-hi:

- (a)** Proporcionar informació destinada al públic a les persones amb discapacitat en formats i tecnologies accessibles adequades als diferents tipus de discapacitat de manera oportuna i sense cost addicional.
- (b)** Acceptar i facilitar l'ús de les llengües de signes, el braille, la comunicació augmentativa i alternativa, i tots els altres mitjans accessibles, els modes i els formats de comunicació que triïn les persones amb discapacitat en les interaccions oficials.
- (c)** Instar les entitats privades que prestin serveis al públic, fins i tot a través d'Internet, a oferir informació i serveis en formats accessibles i utilitzables per a les persones amb discapacitat.
- d)** Encoratjar els mitjans de comunicació, inclosos els proveïdors d'informació a través d'Internet, perquè els seus serveis siguin accessibles a les persones amb discapacitat.
- e)** Reconèixer i promoure l'ús de les llengües de signes.



Etapes de desenvolupament

Nadó (0-2 anys):

- Amanyac (2-3 mesos): El bebè emet sons d'amanyac, expressant plaer.
- Balboteig (6-8 mesos): balbucejar implica repetir combinacions de consonant-vocal (per exemple, "ba-ba-ba").
- Gestos (9-12 mesos): el nadó comença a utilitzar gestos com assenyalar per comunicar necessitats.
- Primeres paraules (12-18 mesos): el nadó diu les seves primeres paraules.
- Ampliació del vocabulari (18-24 mesos): l'infant aprèn més paraules i comença a combinar-les en frases senzilles.

Primera infància (2-6 anys):

- Frases primerenques (2-3 anys): L'infant forma frases senzilles i amplia el vocabulari.
- Desenvolupament gramatical (4-6 anys): les frases es tornen més complexes i les habilitats gramaticals milloren.
- Habilitats narratives (4-6 anys): L'infant comença a explicar històries coherents.

Infància mitjana (7-12 anys):

- Creixement del vocabulari (7-9 anys): el vocabulari continua ampliant-se.
- Habilitats de lectura i escriptura (7-12 anys): l'infant aprèn a llegir i escriure, potenciant les habilitats comunicatives.
- Habilitats lingüístiques complexes (10-12 anys): l'infant expressa idees i pensaments de manera més elaborada.

Adolescència (13-18 anys):

- Pensament abstracte (13-15 anys): l'adolescent desenvolupa habilitats de pensament abstracte i crític, millorant la complexitat de la comunicació.
- Comunicació persuasiva (16-18 anys): l'adolescent perfecciona la seva capacitat per persuadir, argumentar i expressar opinions de manera eficaç.
- Comunicació social (13-18 anys): La comunicació es fa més matisada, centrada en les interaccions i les relacions socials.

Primera edat adulta (19-25 anys):

- Comunicació professional (19-25 anys): El jove adult perfecciona les seves habilitats comunicatives per a contextos acadèmics i professionals.
- Relacions íntimes (19-25 anys): Les habilitats comunicatives són crucials per formar i mantenir relacions íntimes.



Com afecta la discapacitat intel·lectual la comunicació?

Desenvolupament del llenguatge: Les persones amb discapacitat intel·lectual poden experimentar retards en el desenvolupament del llenguatge. Això pot afectar tant el llenguatge expressiu (comunicació parlada o escrita) com el llenguatge receptiu (comprensió i processament de la informació).

Comunicació social: Les persones amb discapacitat intel·lectual poden trobar difícil participar en una comunicació social eficaç. Això inclou dificultats per comprendre els senyals socials, mantenir un contacte visual adequat i interpretar la comunicació no verbal.

Habilitats lingüístiques pragmàtiques: El llenguatge pragmàtic fa referència a l'ús del llenguatge en contextos socials. Les persones amb discapacitat intel·lectual poden tenir problemes amb les habilitats lingüístiques pragmàtiques, cosa que dificulta que puguin participar en converses de manera adequada, comunicar-se per torns o comprendre els matisos de la comunicació en diferents entorns.

Producció de so de veu: Algunes persones amb discapacitat intel·lectual poden experimentar dificultats per articular els sons de la parla amb claredat. Això pot afectar la intel·ligibilitat del seu discurs, fent que sigui difícil per als altres comprendre'ls.

Memòria de treball: Les discapacitats intel·lectuals poden afectar la memòria de treball, fent que sigui difícil per a les persones processar i retenir la informació durant la comunicació. Això pot afectar la seva capacitat per seguir instruccions, participar en debats o comprendre un llenguatge complex.

Estratègies de comunicació adaptativa: Les persones amb discapacitat intel·lectual poden desenvolupar estratègies de comunicació adaptatives per compensar els seus reptes. Aquestes estratègies poden incloure l'ús de gestos, suports visuals o dispositius de comunicació augmentativa i alternativa (CAA).

Els interlocutors i les seves funcions

L'èxit de la interacció comunicativa depèn de les habilitats comunicatives de cada individu que participa en l'intercanvi. Un soci de comunicació és la persona o persones que s'envien i reben missatges entre elles. Aquest terme s'utilitza amb freqüència quan es refereix a les persones que utilitzen CAA. En aquesta guia s'utilitza el terme "interlocutors" per referir-se a tots aquells que estan directament o indirectament implicats en la comunicació amb persones amb necessitats de comunicació. Els socis de comunicació tenen un paper fonamental en el suport a les persones amb discapacitat intel·lectual. Interaccionen amb l'individu en diferents rols i en diferents entorns.

Una discapacitat comunicativa afecta directament no només les persones interessades, sinó també indirectament les seves famílies, així com altres socis de comunicació més "extensos", com ara socis/amics, professionals i membres de la comunitat. En base a això, la discapacitat comunicativa està indisolublement lligada al nivell individual de comunicació. Tanmateix, també afecta el nivell de proveïdors de serveis i el nivell d'autoritats.

A nivell individual:

Implica els interlocutors directes (família, amics, treballadors de suport i altres) que poden identificar què funciona millor per a una persona amb DI. (comunicació / interacció immediata entre persones)

El seu rol:

Assegurar-se que utilitzen eines o mètodes de comunicació inclusius per maximitzar l'accés a la informació clau i l'expressió personal. Garantir que les persones amb necessitats de comunicació puguin utilitzar eines o mètodes de comunicació inclusius, inclosa la CAA, per entendre la informació i expressar-se d'una manera que faci servir les seves fortaleces de comunicació i satisfer les seves necessitats de comunicació. Qualsevol que siguin els mètodes de comunicació (verbals o no verbals) que funcionin millor per a una persona, els utilitzen de manera coherent tothom que es comunica directament amb l'individu. Com que la naturalesa de cada discapacitat és diferent, la qualitat de vida de les persones amb discapacitat depèn de la interacció de les característiques personals i dels factors ambientals. El benestar dels ciutadans d'una societat és una funció de les decisions polítiques i els arranjaments legislatius que reconeixen el dret de cada ciutadà de la societat a mantenir el control sobre la seva vida diària i a poder satisfer necessitats bàsiques com ara psicològiques, morals i necessitats biològiques. Més concretament, es pot pensar que l'aplicació de la comunicació inclusiva inclou tres nivells que estan directament o indirectament implicats en la comunicació de la persona. Un model holístic de comunicació inclusiva hauria d'incloure i emfatitzar la importància de tots els nivells.

Nivell de proveïdors de serveis:

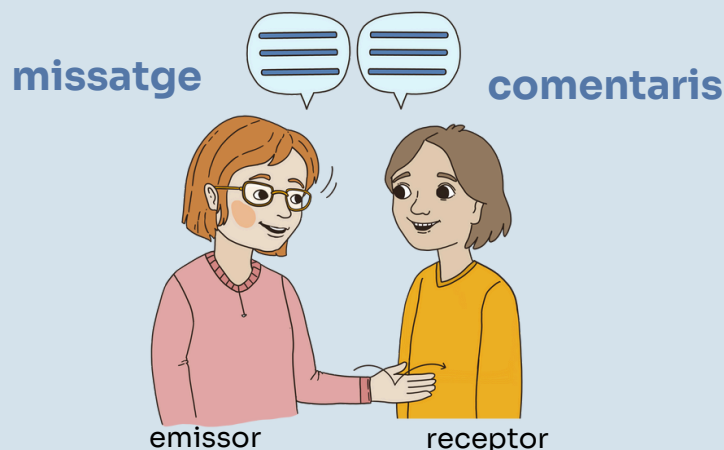
Serveis, organitzacions, per exemple, líders, gestors de serveis, etc.

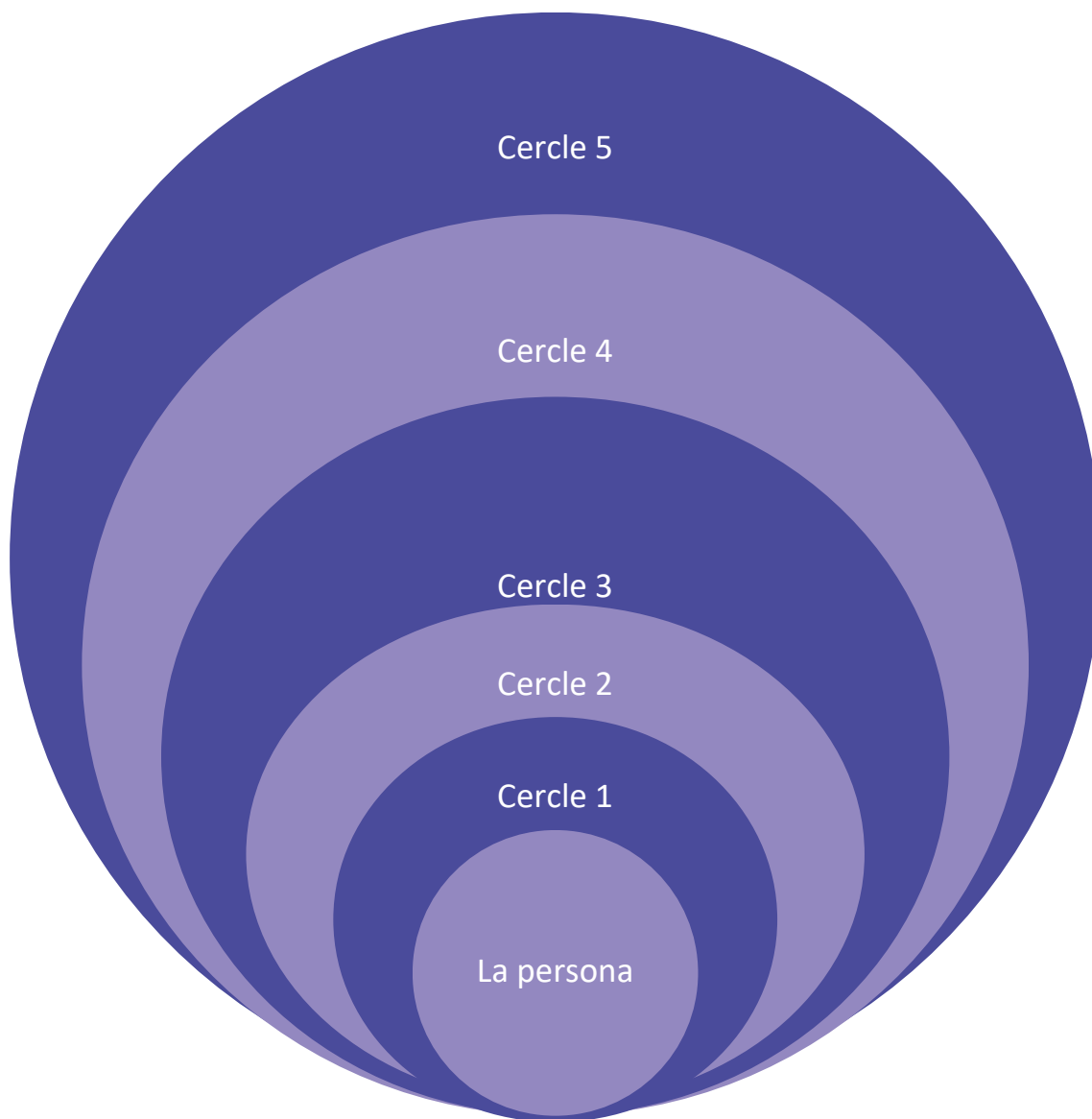
Garantir que les barreres de comunicació ja no restringeixin l'accés als serveis. Els proveïdors de serveis, com ara els líders i els gestors d'organitzacions, serveis o llocs on es troben les persones amb discapacitat comunicativa, asseguruen que s'implementen pràctiques de comunicació inclusiva i que hi hagi accés sense restriccions als serveis. Això inclou garantir la planificació conjunta actualitzada, la formació i l'accés als recursos d'AAC adequats.

Nivell d'autoritats:

Garantir que les autoritats locals, l'OMS, les Nacions Unides, els líders i les parts interessades clau compleixin les necessitats de comunicació de tota la població. Les autoritats locals i les parts interessades clau a nivell de població reconeixen, entenen i comparteixen la necessitat d'una comunicació inclusiva, de manera que es compleixin les diferents fortaleces i necessitats de comunicació de comunitats i poblacions senceres. El nivell d'Autoritats estableix i formula polítiques, el nivell de Proveïdors de Serveis planifica i implementa i el nivell Individual es basa en el que s'ha aconseguit en els altres dos nivells i se'n beneficia.

La comunicació és el procés d'enviar i rebre missatges mitjançant mitjans verbals o no verbals





Cercle 1: interlocutors propers i permanents (pares, germans, etc.)

Cercle 2: amics/família propers

Cercle 3: persones conegudes però no amics propers.

Cercle 4: professionals (metges, psicòlegs, educadors, professors, logopedes, etc.)

Cercle 5: interlocutors desconeguts

Aquests cercles representen diferents capes de la vida de la persona. Cada cercle afegeix un color únic a la història de les seves experiències personals i socials. Junts, creen un mosaic que reflecteix la força de les relacions i la varietat de connexions que configuren qui són. És com un tapís de colors que explica la història del seu viatge, amb cada cercle aportant el seu propi fil especial a la narració.

Què és la comunicació inclusiva

La comunicació eficaç és un ingredient crucial per a un gran canvi i una eina que es pot utilitzar per abordar directament qualsevol necessitat identificada (Lewis, 2006; Lewis et al, 2006).¹ La comunicació inclusiva és clau per a una comunicació eficaç, perquè permet la participació activa de tots els membres de la societat/comunitat.

Considerant una discapacitat comunicativa des d'una perspectiva social, es pot pensar que, com qualsevol forma de discapacitat, es forma i s'estableix no tant a partir de la discapacitat individual per si mateixa, sinó més aviat des de diferents nivells de barreres socials (Walmsley, 2001).

Es dedueix que la superació d'aquestes barreres és essencial per a la millora de la qualitat de vida de les persones amb qualsevol necessitat de comunicació. Per a això, el concepte de comunicació inclusiva és útil ja que el seu objectiu és disminuir les barreres comunicatives.

Els cinc bons estàndards de comunicació

Una bona comunicació permet relacions inclusives, donant suport a les persones perquè tinguin elecció, control, una major independència i millors resultats de salut. Les millores sostenibles en la comunicació només es poden aconseguir mitjançant un "enfocament global de sistemes".

El Royal College of Speech and Language Therapists (RCSLT) recomana cinc estàndards de bones pràctiques per satisfer les necessitats de parla, llenguatge i comunicació de les persones. Aquests estàndards proporcionen un marc pràctic pel qual les famílies, els cuidadors, els amics, els professionals i els comissionats poden saber si un servei ha fet ajustos raonables a la seva pràctica de comunicació. Cada estàndard es defineix clarament en termes de quin és l'estàndard, quin aspecte és bo i com els altres sabran que s'ha assolit.

Estàndard 1: hi ha una descripció detallada de la millor manera de comunicar-se amb les persones.

Tothom entén i valora les necessitats de parla, llenguatge i comunicació d'un individu. Les persones reben suport i implicació, juntament amb les persones que les coneixen millor, per desenvolupar una descripció rica de les millors maneres d'interactuar junts. Aquesta descripció està acceptada, activa, actualitzada periòdicament i disponible. Aquesta descripció es pot referir com a passaport, directriu o perfil de comunicació. Inclou les millors maneres de donar suport a la comprensió i l'expressió, promoure la interacció i la implicació i descriu "com estar amb algú".

Estàndard 2: els serveis demostren com donen suport a les persones amb les necessitats de comunicació que s'han d'implicar en les decisions sobre la seva cura i els seus serveis.

Els proveïdors de serveis reconeixen que les persones s'entenen i s'expressen de diferents maneres. Per a les persones, això significa obtenir informació i expressar-se de manera que respongui a les seves necessitats. La comunicació inclusiva és un enfocament que pretén "crear un entorn de comunicació de suport i eficaç, utilitzant tots els mitjans de comunicació disponibles per entendre i ser entesos". Perquè els serveis demostrin la inclusió i la implicació, sovint es requereixen solucions innovadores i creatives per comprendre les opinions de les persones.

Estàndard 3: El personal valora i utilitza de manera competent els millors enfocaments de comunicació amb cada individu. El personal reconeix les dificultats de comunicació.

Entenen que han de canviar el seu estil de comunicació per donar suport a l'usuari del servei i tenir els coneixements i les habilitats per adaptar els seus nivells, estils i mètodes de comunicació. El personal és conscient dels factors que afecten la comunicació, especialment l'oïda, la vista i la integració sensorial. El personal sap que és important com són, què pensen i com diuen les coses. El personal entén com una bona comunicació sustenta el consentiment informat i la capacitat.

Estàndard 4: Els serveis creen oportunitats, relacions i entorns que fan que les persones vulguin comunicar-se.

Un entorn comprensiu, acollidor i socialment ric és fonamental per a les relacions de totes les persones, i en particular de les persones amb necessitats de comunicació. Les relacions són fonamentals per al benestar. Aconseguir l'entorn de comunicació adequat contribueix a que les persones puguin viure vides valuoses i significatives. És la qualitat de la interacció que contribueix al benestar emocional i mental general, proporcionant un sentiment de pertinença, implicació i inclusió. La interacció pot no implicar necessàriament la parla. La interacció és una manera de "estar" amb una altra persona, establint un contacte significatiu amb aquells que són difícils d'arribar o fàcils d'ignorar.

Estàndard 5: Es dona suport a les persones per comprendre i expressar les seves necessitats en relació amb la seva salut i benestar.

Les persones amb dificultats d'aprenentatge s'enfronten a desigualtats de salut evitables. La limitació de la comunicació i l'alfabetització en salut redueix la capacitat de transmetre les necessitats de salut de manera eficaç. És essencial tenir en compte les necessitats de comunicació per donar suport a les persones amb la seva salut. Arribar a un diagnòstic pot resultar difícil si una persona no pot descriure els signes i símptomes amb facilitat, o si el seu comportament és mal entès i malinterpretat. El personal ha de ser conscient de com les persones es comuniquen sobre la seva salut i com demostren que pateixen. Això inclou considerar la mala salut com a causa dels canvis de comportament. Saber fins a quin punt una persona pot entendre també és essencial per decidir sobre la seva capacitat per rebre tractament sanitari.

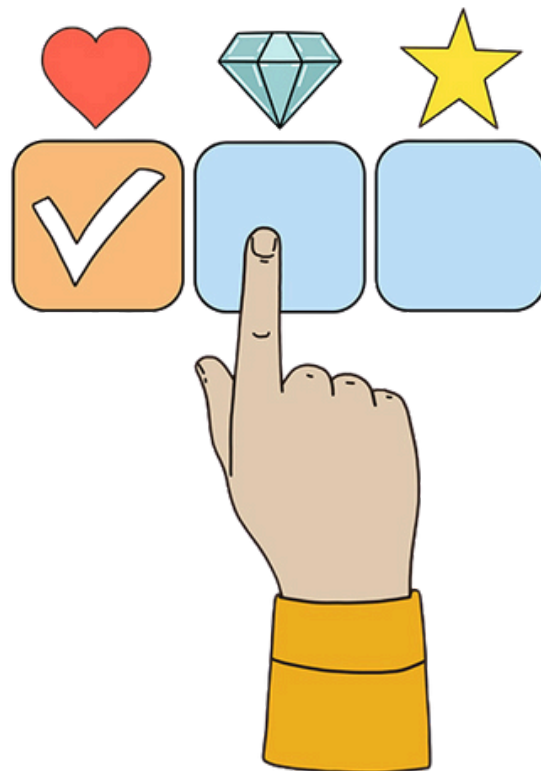
En conseqüència, observem que la comunicació inclusiva redueix la desigualtat i l'aïllament social. Promou els drets humans i ajuda les autoritats públiques a evitar la discriminació. La comunicació inclusiva fa que els serveis siguin més accessibles per a tothom. Ajudarà a aconseguir resultats exitosos per a les persones i la comunitat en general. Permet a les persones viure de manera més independent i participar en la vida pública.



Enfocaments de suport a la comunicació

"Els empleats no necessiten saber com utilitzar totes les eines i mètodes que donen suport a la comunicació. No obstant això, és important que l'empleat entengui la importància d'utilitzar els mètodes pel que fa a la realització de la implicació del client".

-Manual de serveis per a persones amb discapacitat, Finlàndia-



Quan es tracta de donar suport a la comunicació de les persones amb discapacitat intel·lectual (DI), és important tenir en compte les seves necessitats i capacitats úniques. Aquestes són algunes estratègies que poden ajudar a facilitar la comunicació:

- Comunicació augmentativa i alternativa (CAA): els sistemes de CAA poden ser beneficiosos per a persones que tenen dificultats amb la comunicació verbal. Aquests sistemes poden anar des de simples taulers d'imatge fins a dispositius electrònics sofisticats. Treballeu amb un terapeuta de la parla o un especialista en CAA per determinar el sistema de CAA més adequat per a l'individu.
- Suports visuals: les ajudes visuals poden millorar la comunicació i la comprensió de les persones amb DI. Utilitzeu horaris visuals, històries socials i indicis visuals per ajudar a transmetre informació i facilitar la comprensió.
- Simplifica el llenguatge: utilitzeu un llenguatge clar i concís quan us comuniqueu. Desglosseu la informació complexa en fragments més senzills i manejables. Eviteu utilitzar argot o conceptes abstractes que poden ser difícils d'entendre per a l'individu.
- Escolta activa: sigueu un oient actiu i doneu-li temps suficient per processar i respondre. Utilitzeu indicis no verbals com ara assentir amb el cap, mantenir el contacte visual i fer gestos encoratjadors per demostrar que esteu involucrat en la conversa.
- Promoure la interacció social: Fomentar les interaccions socials i oferir oportunitats a l'individu de relacionar-se amb els seus companys i familiars. Les activitats estructurades, les discussions en grup i la formació en habilitats socials poden ajudar a desenvolupar habilitats de comunicació i socialització.
- Utilitzeu enfocaments multisensorials: incorporeu múltiples sentits a la comunicació per millorar la comprensió. Per exemple, utilitzeu gestos, senyals visuals i objectes tàctils quan transmeteu informació. Això pot ajudar les persones amb DI que poden tenir dificultats per processar la informació només a través de canals verbals.
- Entorn de suport: Crear un entorn de suport i incluiu que fomenti la comunicació. Minimitzeu les distraccions, proporcioneu un espai tranquil si cal i assegureu-vos que la persona se senti segura i còmoda expressant-se.
- Formació i col·laboració: Col·laborar amb professionals com ara logopedes, terapeutes ocupacionals i professors d'educació especial. Poden proporcionar orientació, recursos i formació per ajudar a desenvolupar habilitats de comunicació i donar suport al desenvolupament global de l'individu.

Recordeu que tothom amb DI és únic i les seves necessitats de comunicació poden variar. És important avaluar les seves habilitats, preferències i reptes per oferir un suport personalitzat. Treballar estretament amb professionals i cuidadors pot ajudar a crear un pla de comunicació eficaç i adaptat a les necessitats de la persona.

Què és CAA?

Comunicació que recolza, complementa i substitueix la parla (comunicació augmentativa i alternativa)

Terme general per a mitjans de comunicació utilitzats per complementar, donar suport o substituir el llenguatge parlat

Per exemple:

- imatges
- objectes
- gestos i llenguatge corporal
- senyals de suport
- escriptura i dibuix
- eines de comunicació
- dispositius de parla



Una interacció intensa

- Un model operatiu que utilitza mètodes d'interacció primerenc per comunicar-se amb persones amb discapacitats greus del desenvolupament o persones amb espectre autista.
- El més important és la interacció en si. La finalitat de la comunicació no és necessàriament intercanviar informació o demanar coses, sinó estar junts.
- El propòsit és que les persones que depenen de la interacció primerenca aprenguin les bases de la comunicació.
- En el mètode, comencem a comunicar-nos de la mateixa manera que ho comunica una persona amb discapacitat. Les formes de comunicació poden ser, per exemple, el contacte visual, el somriure, la vocalització o el balanceig.
- L'objectiu de potenciar la interacció no és només enfortir les bases de la comunicació sinó també augmentar la qualitat de vida. L'enfocament ajuda les persones amb discapacitat intel·lectual severa a connectar-se amb els altres.



Expressions facials, gestos i llenguatge corporal

Les expressions facials, els gestos i el llenguatge corporal també es poden utilitzar de manera conscient quan es vol emfatitzar el tema i les seves característiques. Requereix que un soci competent tingui sensibilitat i la capacitat d'aturar-se i observar i escoltar genuïnament. De vegades la iniciativa pot ser tan subtil o ubicada en una part del cos que costa notar-la i interpretar-la com un missatge. L'ús dels gestos en la comunicació és natural i sovint més ràpid que explicar amb paraules. Els mitjans d'expressió d'una persona amb discapacitat intel·lectual profunda poden ser la vocalització, el plor i diferents tons de plor, la vocalització alegre, la vocalització de contacte, el riure, la mirada, la relaxació o tensió física, l'activitat general o la passivitat, i de vegades també gestos senzills com assenyalar amb la mà. Amb aquests mitjans, una persona pot expressar els seus estats emocionals i necessitats bàsiques o prendre decisions senzilles.

L'èxit de l'anunci sempre depèn de la interpretació activa de les persones properes. Les expressions lingüístiques essencials solen ser molt individuals i subtils, i no sempre és fàcil interpretar-les sense ambigüitats. Les persones properes solen aprendre a interpretar les accions i la comunicació no verbal de la persona amb problemes de parla en diferents situacions quotidianes. Es poden utilitzar per descriure i presentar coses fins i tot sense paraules (un exemple d'això és la pantomima).

L'ús de les imatges en la comunicació

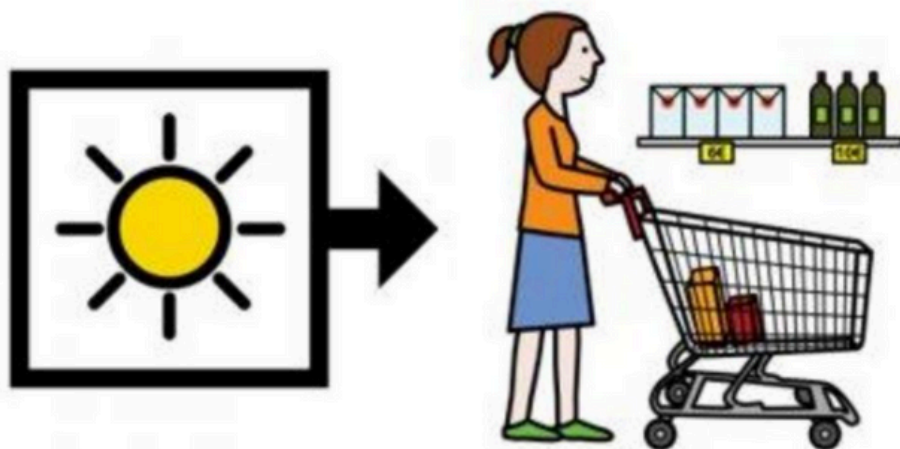
Això significa l'ús de símbols pictòrics juntament amb la parla i la comunicació no verbal. Una imatge també és una manera d'il·lustrar contingut que és difícil d'entendre en forma oral o escrita.

Les imatges poden funcionar en la comunicació d'una persona quan aquesta entén la connexió entre la imatge i el que representa la imatge. Necessites l'experiència que una imatge pugui fer referència a allò que representa. Aquest procés requereix aclarir les preguntes de l'interlocutor i redactar el missatge produït.

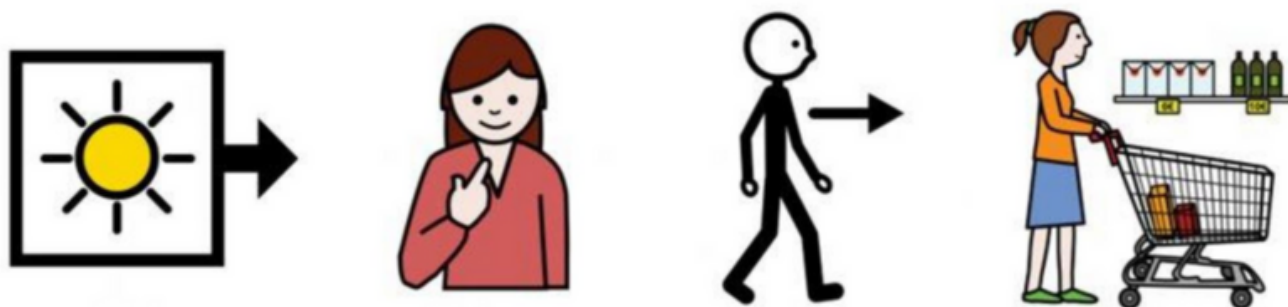
La comunicació pot tenir lloc amb una o més imatges, taulers d'imatges, imatges o carpeta de comunicació, tauleta, dibuix, etc.

Quan s'utilitzen imatges i representacions gràfiques en eines de comunicació, els pictogrames no sempre són la millor opció.

Abans de conceptualitzar l'eina de comunicació, és important definir el nivell de representació del beneficiari.



Narració amb imatges individuals (paraules clau): **DEMÀ - BOTIGA**



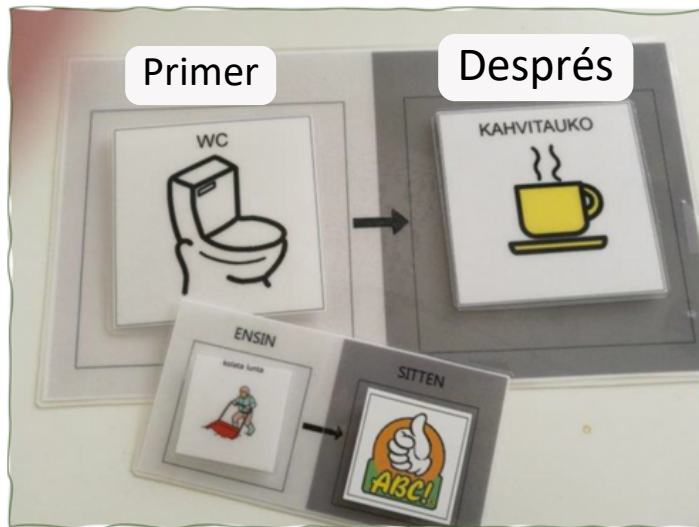
Explica la història amb diverses imatges seguint també l'ordre de les paraules de la frase (escriptura d'imatges):
DEMÀ - JO - VAIG - COMPRAR

Les imatges també es poden utilitzar per triar activitats

En aquest exemple, la persona està escollint una activitat de lleure. Una persona pot indicar la seva elecció o transferir la imatge al seu propi programa diari. Hi ha trossos de velcro darrere de les imatges. És una eina útil per aprendre a fer les vostres pròpies seleccions en situacions. Practiqueu primer entre dues opcions i amplieu gradualment el nombre d'opcions.



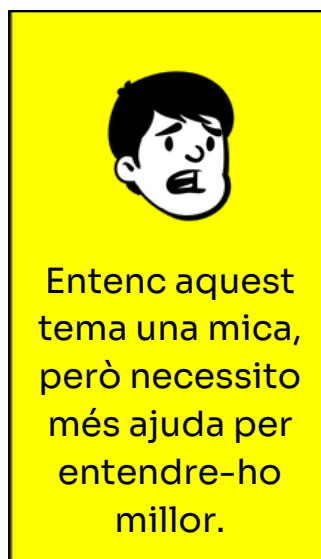
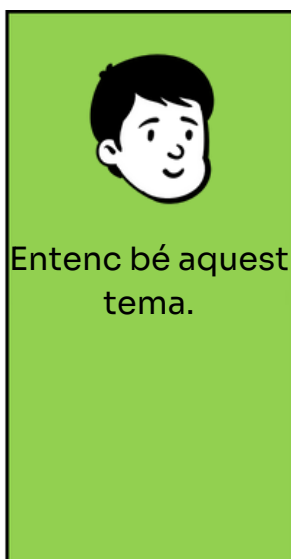
A continuació es mostra un exemple de cartes **Primer - després**. Les targetes il·lustren els esdeveniments del futur proper en l'ordre d'implementació.



Pot ser difícil portar constantment imatges o carpets grans amb vostè. Una manera convenient és fer **miniatures** per adjuntar-les a un clauer.



A continuació es mostra un exemple de **targetes de semàfor**. També poden contenir una imatge il·lustrativa a més/en lloc del text.



Un exemple de programació setmanal i l'estructuració de la vida quotidiana.

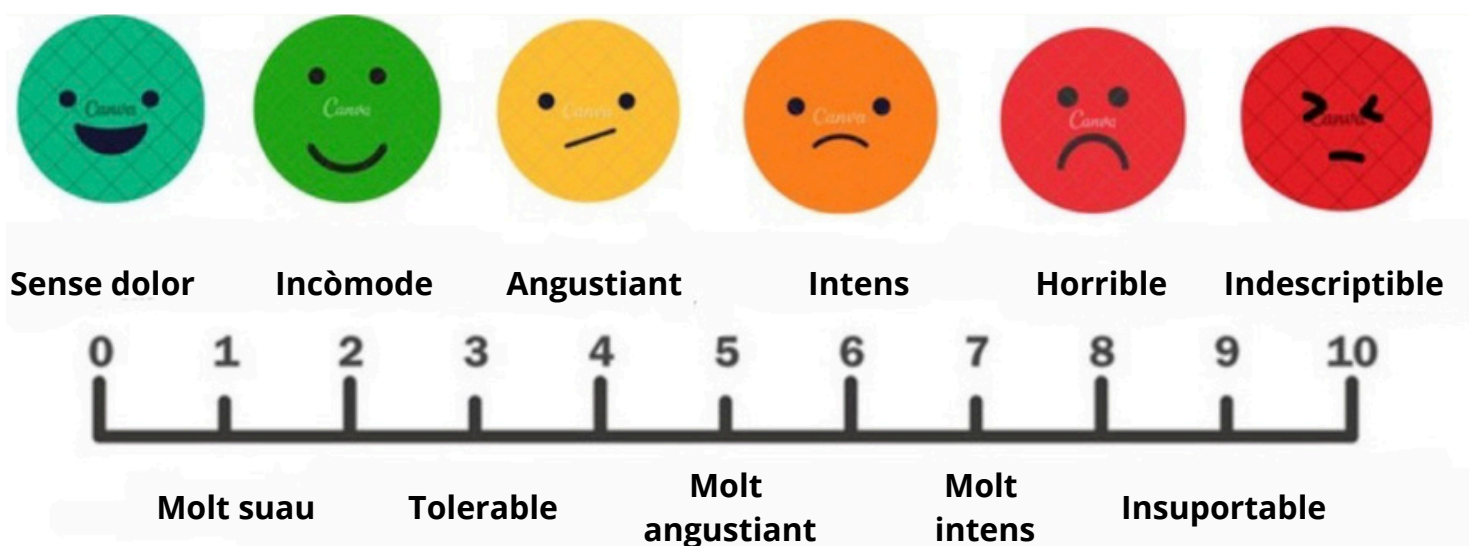
Una bona estructura respon a cinc preguntes:

- Què fer?
- On fer-ho?
- Quan fer-ho?
- Quant de temps triga a fer-ho?
- Amb qui es fa l'activitat?



Exemples de mesuradors d'estat d'ànim/dolor:

Furiòs		Necessito estar segur
Enfadat		Necessito fer una pausa i utilitzar una estratègia calmant
Preocupat, espantat o ansiós		Necessito parar i respirar. També puc utilitzar una estratègia sensorial per relaxar-me.
Feliç		Em trobo bé.
Trist o cansat		Puc demanar ajuda, una abraçada o un descans.



Històries socials

Les històries socials van ser creades per Carol Gray l'any 1991. Són descripcions breus d'una situació, esdeveniment o activitat en particular, que inclouen informació específica sobre què esperar en aquesta situació i per què.

Les històries socials es poden utilitzar per:

- desenvolupar habilitats d'autocura (per exemple, com netejar-se les dents, rentar-se les mans o vestir-se), habilitats socials (per exemple, compartir, demanar ajuda, donar les gràcies, interrompre) i habilitats acadèmiques.
- ajudar algú a entendre com es poden comportar o respondre els altres en una situació concreta
- ajudar els altres a entendre la perspectiva d'una persona autista i per què poden respondre o comportar-se d'una manera determinada
- ajudar a una persona a fer front als canvis de rutina i als esdeveniments inesperats o angoixants (per exemple, absència de professor, canvi de casa, tempestes)
- proporcionar feedback positiu a una persona sobre una àrea de força o assoliment per tal de desenvolupar l'autoestima
- com a estratègia de comportament (per exemple, què fer quan està enfadat, com afrontar les obsessions).



Objectes en la comunicació

- S'utilitza principalment amb persones amb discapacitats sensorials i de desenvolupament difícils
- Són senyals concrets que són més fàcils de visualitzar que les imatges
- L'objecte es pot mirar i sentir, la seva superfície es pot olorar o fins i tot tastar.
- Pot ser, per exemple, un objecte real, un objecte com el real (p. ex., una poma de plàstic), un model en miniatura, un objecte que evoca associacions (p. ex., un CD -> música), etc.



Dibuixar

En dibuixar, l'interlocutor de la persona amb problemes de parla, pot il·lustrar i presentar opcions durant la conversa.

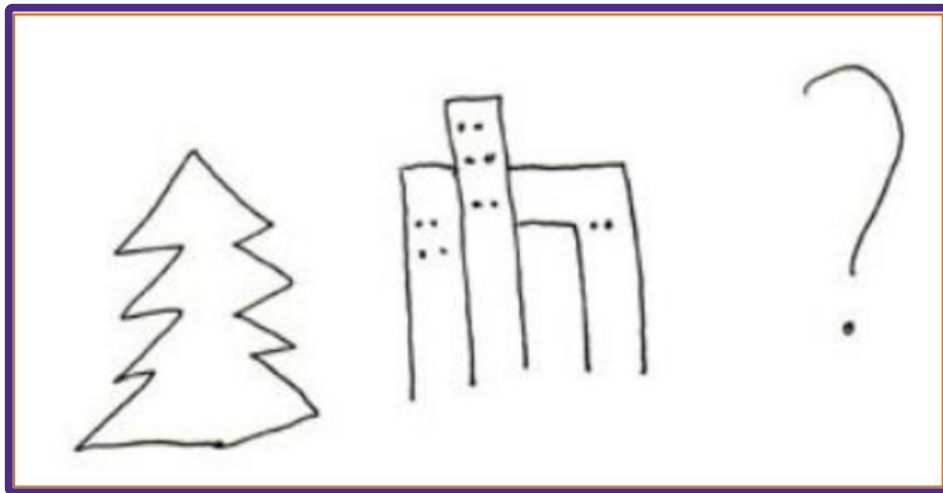
El dibuix també es pot utilitzar per a la comunicació d'imatges quan falta la imatge necessària.

Mantingueu el llistó baix; no dubteu a agafar el llapis!

Recordeu sempre donar també "una altra cosa" com a opció.

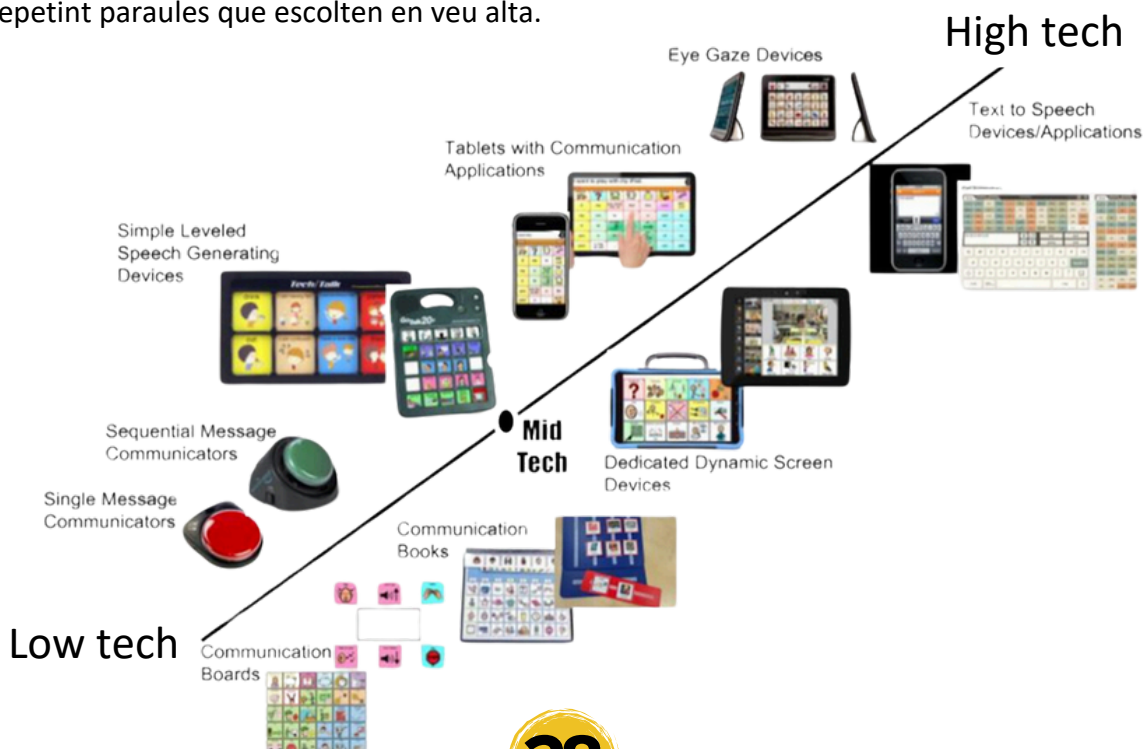
- https://youtu.be/uZA_NioJshs (3 min 1 s)

La persona amb problemes de parla també pot dibuixar-se a ell mateix per donar suport al seu discurs.



Dispositius augmentatius i alternatius (CAA).

Un dispositiu de comunicació augmentativa i alternativa (CAA) és una tauleta o un ordinador portàtil que ajuda a comunicar-se algú amb problemes de parla o llenguatge. El terme dispositiu AAC s'utilitza sovint de manera intercanviable amb termes com ara dispositiu de generació de veu (SGD) o dispositiu de comunicació d'assistència o simplement dispositiu de comunicació. Els dispositius AAC ajuden els usuaris a comunicar-se mitjançant una combinació de paraules, frases i imatges que el dispositiu "diu en veu alta". A més, els usuaris també poden comunicar-se escrivint o dibuixant, compartint imatges i vídeos, o fins i tot repetint paraules que escolten en veu alta.



Signes de suport

Els signes de suport són signes bàsics individuals en llengua de signes. La parla sempre s'utilitza al costat d'ells. L'ús de signes ritma, frena i aclareix la parla. Recordeu fer contacte visual (tingueu en compte els reptes del contacte visual si cal). Normalment només s'indiquen les anomenades paraules clau. Per exemple: "Posa't les sabates" – Quina paraula signaria?



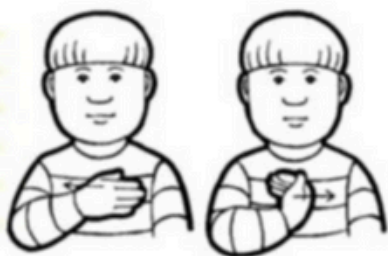
menjar



beure



dutxar



lavabo

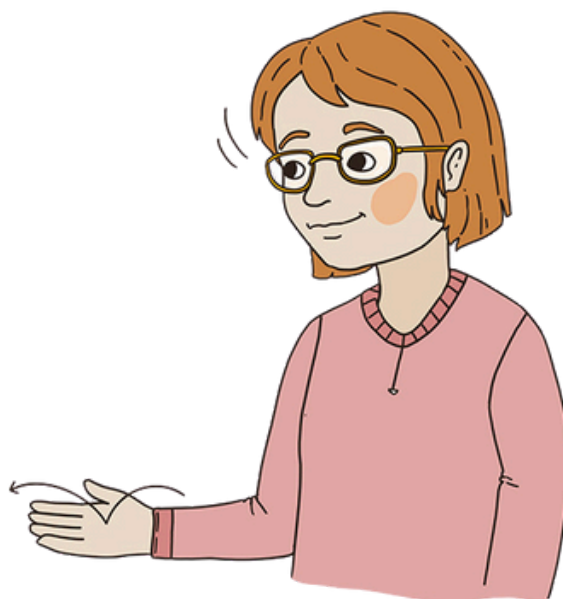


fora



dormir

Exemples de signes de suport. Photos: papunet.net




Passaport de comunicació

El passaport pot ser una targeta d'una pàgina o tenir diverses pàgines.


El passaport es pot construir, per exemple, amb l'estructura de contingut següent:

1. Jo: el propietari del passi de comunicació es presenta.
2. Informació important: Des del punt de vista del soci de comunicació, informació essencial sobre la comunicació del titular del passaport i les qüestions a considerar en la interacció i diferents maneres de donar suport.
3. Així és com em comunico: Una breu descripció de les maneres més importants de comunicar-se i el significat dels missatges.
4. Així és com et comuniqués amb mi: Instruccions sobre com s'ha de comunicar i interactuar la parella.
5. Coses, persones o llocs importants: Coses, persones i llocs que m'agraden i que són importants.
6. Coses que no m'agraden.
7. Els meus punts forts: Coses que el propietari del passi de comunicació sap, és bo o practica.
8. Dona'm suport així.


El meu nom és



Coses que m'agraden



Coses que no m'agraden








Passaport de comunicació

Comunicació

Jo prefereixo comunicar-me amb paraules	Quan et comuniquis amb mi utilitza això
gestos (ulls/mans)	<input type="checkbox"/>
escriure coses a sota	<input type="checkbox"/>
una altra	<input type="checkbox"/>

Si us plau, no

Sensorial: estic afectat d'aquestes maneres

 VISTA	 AUDICIÓ	 OLFACTE	 TACTE	 GUST

Com donar suport a la gent sobre com utilitzar mitjans específics per una bona comunicació

Mirada

La mirada és un dels mitjans importants que intervenen en la comunicació. És l'acte de mirar, amb atenció o no. Durant una interacció cara a cara entre dues persones, ambdues persones es miren i intercanvien diferents senyals entre les quals hi ha la mirada. D'una banda, amb la mirada ocular, percebem informació dels nostres **companys d'interacció** i, d'altra banda, la nostra mirada d'ull específica als nostres **companys d'interacció** a què prestem atenció. A més, els ulls en l'expressió facial també contribueixen a indicar com ens sentim, el nostre estat emocional.

Els nadons comencen a utilitzar la mirada dels seus cuidadors durant el primer any, tan aviat com sis mesos. A partir d'aquest període, apareix l'atenció conjunta. L'atenció conjunta està implicada en situacions en què dos socis d'interacció presten atenció a les mateixes coses.

Aquesta és una manera a través de la qual els nadons obtenen informació sobre el seu entorn. Una altra és a través d'assenyalar: estan mostrant alguna cosa (veure gestos).

Gestos naturals

Els gestos naturals són moviments no verbals o postures corporals que poden estar implicades en les interaccions. Sovint s'interpreten fàcilment i es produeixen espontàniament en la majoria dels infants. Es fan sense ensenyament explícit. A més, els gestos naturals són universals en totes les cultures. Sovint serveixen per complementar o reforçar la comunicació verbal.

No tots els gestos s'utilitzen per a la comunicació, però fins i tot quan no es produeixen amb aquesta intenció, la majoria dels gestos encara poden ajudar a facilitar la comunicació.

La nostra expressió facial pot indicar com ens sentim. Per exemple, un somriure en general indica felicitat o amabilitat.

La nostra postura, és a dir, les posicions del nostre cos, també ens indica els nostres estats interns.

Els gestos naturals també poden ser moviments utilitzats per comunicar una intenció. Per exemple, els infants sovint estenen els braços cap als adults quan volen que els agafin o els portin. La majoria d'ells també aprenen ràpidament a indicar el que volen assenyalant.



Gestos convencionals

Contràriament els gestos naturals, els gestos convencionals tenen significats compartits pels membres d'una cultura. Per tant, no són universals, s'aprenen i tenen significats construïts socialment.

Exemples de gestos convencionals són:

- Agafar-se la mà i saccejar-la per saludar-los
- Creuar els dits l'índex i el mitjà per simbolitzar el desig de bona sort en algunes cultures occidentals
- *Namaste* és un gest de salutació hindú que es fa col·locant els palmells junts en una posició semblant a l'oració davant del pit.
- El comportament d'assenyalar és un gest que la majoria dels nens fan espontàniament molt aviat, però potser necessiten temps per entendre-ho quan ho fa una altra persona. Han d'aprendre el seu significat. Així, el comportament d'assenyalar es converteix en un gest convencional.



Gestos en la comunicació

Els gestos tenen un paper crucial en la comunicació humana. Ajuden a transmetre emocions, intencions i senyals socials en diverses situacions. Es poden utilitzar en lloc de la comunicació verbal; també poden complementar o reforçar la comunicació verbal.

Alguns gestos també tenen un paper crucial durant el desenvolupament. Aquest és especialment el cas del gest d'assenyalar. Una funció principal del gest d'assenyalar és dirigir l'atenció cap a entitats externes. Amb l'adquisició del gest d'assenyalar, és possible compartir atenció amb altres persones a objectes i esdeveniments d'interès mutu, que correspon a una atenció conjunta. També és possible seguir l'atenció i els gestos de les altres persones als objectes. És més probable que les persones que hagin adquirit aquests gestos tinguin accés a la comunicació: seguir l'atenció i els gestos de les altres persones als objectes és una manera d'entendre de què parlen. Per exemple, si parlo de «Polaris» mentre estic assenyalant el meu gat, entendràs que «Max» és el seu nom. El mateix passa amb les paraules noves. La investigació ha demostrat que els gestos d'assenyalar s'associen amb una freqüència més alta d'iniciació de la comunicació i amb millors resultats lingüístics.

Així, entendre i saber utilitzar els gestos convencionals ajuda a adquirir l'ús adequat del llenguatge.

Donar suport a la presa de decisions

La presa de decisions amb suport permet a les persones amb discapacitat prendre decisions sobre les seves pròpies vides amb el suport d'un equip de persones que trien. Les persones amb discapacitat escullen persones que coneixen i en qui confien per formar part d'una xarxa de suport per ajudar en la presa de decisions.

La presa de decisions amb suport és una alternativa a la tutela. En lloc de tenir un tutor que decideixi per la persona amb discapacitat, la presa de decisions amb suport permet a la persona amb discapacitat prendre les seves pròpies decisions.

Què és el suport a la presa de decisions?

‘La presa de decisions amb suport’ no té una definició formal i diferents persones l'utilitzen de manera diferent. L'utilitzem per referir-nos a qualsevol procés en el qual es proporciona a una persona el suport que necessita per tal que sigui capaç de:

- 1) Prendre una decisió per ells mateixos; i/o
- 2) Expressar la seva voluntat i preferències en el context de la presa de decisions substitutives (per exemple, la tutela o el tractament obligatori per a un trastorn mental).

En ambdós casos, l'objectiu de la presa de decisions amb suport és garantir que la voluntat i les preferències de l'individu siguin fonamentals i es respectin plenament en les decisions que els afecten.





Suport a la comunicació adolescent (de 10 a 18 anys) amb discapacitat intel·lectual

Donar suport a la comunicació amb infants d'entre 10 i 18 anys amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament (DI) pot ser un esforç gratificant, però desafiant. És fonamental reconèixer la singularitat de cada infant, ja que les seves necessitats i capacitats poden variar significativament. Per facilitar una comunicació eficaç, és essencial utilitzar un llenguatge clar i senzill, utilitzant ajudes visuals i símbols segons sigui necessari. Crear confiança i relació amb l'infant demostrant paciència, empatia i actituds sense jutjar és clau. A més, l'ús de suports visuals com horaris i ajudes de comunicació pot millorar la comprensió i l'expressió. Per a aquells amb dificultats de comunicació més importants, els sistemes de comunicació augmentativa i alternativa (CAA) poden ser beneficiosos. L'ús de senyals no verbals, l'escolta activa i l'adaptació de la comunicació a les necessitats individuals són estratègies essencials. L'establiment d'un entorn estructurat i previsible, adaptat als interessos de l'infant, i la participació dels pares i cuidadors pot crear un ecosistema de comunicació de suport. Finalment, és fonamental celebrar qualsevol progrés i respectar les opcions comunicatives de l'infant, afavorint la seva autonomia i autoestima durant tot el procés.



Pla Educatiu Individualitzat (PEI)

Un pla d'aprenentatge individualitzat (PEI) és un pla educatiu personalitzat dissenyat per satisfer les necessitats i objectius únics d'un alumne específic. Considera els punts forts, febles, interessos i estil d'aprenentatge de l'alumne i proporciona un full de ruta per al seu progrés acadèmic. Els PEI s'utilitzen habitualment a escoles, universitats i altres entorns educatius per donar suport als estudiants que necessiten atenció personalitzada o tenen reptes d'aprenentatge específics.

Aquests són alguns dels elements clau que normalment s'inclouen en un pla d'aprenentatge individualitzat:

Avaluació: el PEI comença amb una avaluació de les habilitats, coneixements i habilitats actuals de l'alumne. Això pot implicar proves, entrevistes, observacions o avaluacions per part de professors, pares o especialistes.

Objectius i metes: a partir de l'avaluació, s'estableixen metes i objectius específics per a l'alumne. Aquests objectius sovint es desglossen en passos més petits i assolibles per fer un seguiment del progrés.

Instrucció individualitzada: el PEI descriu les estratègies i recursos d'instrucció que s'utilitzaran per donar suport al progrés de l'aprenent. Això pot incloure modificacions al currículum, materials especialitzats, tecnologia d'assistència o suport addicional de professors o especialistes.

Adaptacions i modificacions: si l'alumne té reptes d'aprenentatge o discapacitats específiques, el PEI pot incloure adaptacions i modificacions per garantir que es compleixin les seves necessitats. Això pot incloure ajustaments a l'entorn d'aprenentatge, mètodes d'instrucció o mètodes d'avaluació.

Cronologia i seguiment del progrés: el PEI estableix uns terminis per assolir els objectius establerts i inclou mètodes per controlar el progrés. Això pot implicar avaluacions periòdiques, registres o informes de progrés per fer un seguiment del desenvolupament de l'alumne.

Serveis de suport: si l'alumne necessita serveis de suport addicionals, com ara teràpia de la parla, assessorament o teràpia ocupacional, el PEI pot descriure els serveis específics i com s'integraran al pla d'aprenentatge.

Comunicació i col·laboració: el PEI fomenta la comunicació i la col·laboració contínua entre l'alumnat, els professors, els pares i altres professionals implicats en la seva educació. Això garanteix que tothom sigui conscient de les necessitats de l'alumne i pugui treballar junts per donar suport al seu progrés.

És important tenir en compte que un PEI és altament personalitzat i adaptat a les necessitats individuals de l'alumne. Permet flexibilitat i adaptabilitat per garantir la millor experiència i resultats d'aprenentatge possibles per a l'estudiant.



Suport pedagògic

El suport pedagògic a les persones amb discapacitat intel·lectual (DI) és un aspecte crucial per garantir una educació inclusiva i eficaç. El terme "pedagogia" es refereix a les estratègies i mètodes emprats en l'ensenyament, i quan s'adapta a les necessitats úniques de les persones amb DI, es converteix en una eina poderosa per afavorir el seu desenvolupament cognitiu, social i emocional.

En oferir suport pedagògic a les persones DI, és essencial adoptar un enfocament centrat en la persona. Aquest enfocament reconeix i respecta la individualitat de cada alumne, reconeixent els seus punts forts, interessos i estils d'aprenentatge preferits. Els professors i educadors haurien d'emprar una instrucció diferenciada, adaptant els mètodes i materials d'ensenyament per adaptar-se a les diferents habilitats i reptes dins de l'espectre de DI.

Exemples de com pots donar suport

- Atreu l'atenció de l'alumne abans de comunicar-se
- Sigues clar i específic
- Utilitzeu instruccions visuals
- Alguns estudiants poden trobar-se més fàcil si poden utilitzar gestos
- És possible que alguns hagin d'assenyalar la resposta correcta en lloc de parlar.
- Doneu indicacions breus immediatament abans de cada activitat
- Donar ànims i orientació
- Penseu en l'ús d'indicacions de menys a més
- Oferir oportunitats per treballar amb els seus companys
- Assignar tasques específiques quan es treballa en grup
- És possible que algunes tasques s'hagin d'adaptar per implicar millor l'estudiant
- Incloure els interessos dels estudiants
- Tenir una rutina constant
- Penseu en ensenyar a tota la classe a autocontrolar-se
- Oferir moltes oportunitats per practicar
- És possible que els estudiants hagin de practicar una tasca o comportament moltes vegades
- Oferir menys tasques amb més oportunitats per practicar



Suport a la conducta positiva

El suport a la conducta positiva (SCP) és un enfocament basat en l'evidència que té com a objectiu millorar la qualitat de vida de les persones amb discapacitat intel·lectual. Se centra a comprendre els motius dels comportaments desafiants i a implementar estratègies proactives per promoure un canvi de comportament positiu. PBS es basa en els principis de respecte, dignitat i centrat en la persona. Aquests són alguns components i estratègies clau implicats en SCP per a persones amb discapacitat intel·lectual:

Avaluació funcional de la conducta (AFC): aquest procés implica identificar les causes o funcions subjacents dels comportaments desafiants. Inclou la recollida d'informació sobre l'entorn de l'individu, els desencadenants, els antecedents i les conseqüències de la conducta. L'AFC ajuda a entendre per què es produeixen determinats comportaments i orienta el desenvolupament d'estratègies de suport efectives.

Planificació centrada en la persona: aquest enfocament reconeix els punts forts, les preferències i els objectius únics de les persones amb discapacitat intel·lectual. Implica esforços de col·laboració amb l'individu, la seva família i l'equip de suport per crear plans personalitzats que se centren en millorar el seu benestar general i aconseguir resultats significatius.

Reforç positiu: l'ús del reforç positiu és un aspecte fonamental del SCP. Implica oferir recompenses o incentius per als comportaments desitjats per augmentar la probabilitat que es repeteixin. El reforç pot ser en forma d'elogis, fitxes, privilegis o altres elements o activitats preferides. L'objectiu és crear un entorn positiu que encoratgi les persones a participar en comportaments adequats.

Modificacions ambientals: modificar l'entorn per donar suport a un comportament positiu és una altra estratègia important. Això pot incloure la creació de rutines estructurades, garantir l'accessibilitat física, proporcionar suports visuals (com ara horaris o indicis visuals) i eliminar o reduir els desencadenants que contribueixen a comportaments desafiants. Un entorn organitzat i de suport pot promoure la independència, reduir l'estrès i millorar el benestar general.

Ensenyament d'habilitats alternatives: ensenyar habilitats alternatives de les persones per substituir comportaments desafiants és un aspecte clau del PBS. Això implica identificar i ensenyar nous comportaments que compleixen la mateixa funció que el comportament desafiant però que són socialment més adequats. Per exemple, si una persona té un comportament autolesional per cridar l'atenció, ensenyar-li maneres alternatives de demanar atenció de manera eficaç pot ajudar a reduir el comportament desafiant.

Suport col·laboratiu: el suport al comportament positiu requereix un enfocament col·laboratiu que inclogui l'individu, el seu equip de suport, els membres de la família i els professionals rellevants. La comunicació oberta, l'intercanvi d'informació i els esforços coordinats són essencials per implementar estratègies efectives i garantir la coherència en diferents entorns.

Recollida i anàlisi de dades: la recollida de dades sobre els comportaments i l'eficàcia de les estratègies d'intervenció és crucial per a l'avaluació i l'ajust continu. El seguiment i l'anàlisi regular de les dades ajuden a identificar patrons, avaluar el progrés i prendre decisions informades per modificar o perfeccionar les estratègies de suport.

El suport positiu conductual és un enfocament empoderador que posa l'accent en la comprensió, el respecte i la promoció de les fortaleces individuals. Centrant-se en estratègies proactives i creant un entorn de suport, pretén millorar la qualitat de vida general i el benestar de les persones amb discapacitat intel·lectual.

Model de mà d'educació positiva

Polze: doneu comentaris positius

L'autoestima i la confiança en la pròpia competència es veuen reforçades amb un feedback coherent i real. La retroalimentació positiva exitosa motiva a créixer, desenvolupar-se, provar i provar una i altra vegada, fins i tot augmentant el nivell de la pròpia competència. En el millor dels casos, la retroalimentació augmenta la confiança de les persones en les seves pròpies capacitats i obre noves perspectives de futur.

Dit índex: parlar de punts forts.

Quan el discurs de força es fa familiar, es pot convertir en un llenguatge d'ús viu i escoltat constantment. És important que la persona sàpiga que el seu èxit es va deure a la perseverança i el coratge, no per casualitat o màgia.

És bo que el discurs de la força creixi des del nivell individual fins al nivell de tot l'entorn.

Dit mitjà: aprofitar els punts forts de les persones.

Parlar de les fortaleces és important per conèixer les eines de la nostra ment.

És essencial que les persones tinguin experiències reals d'utilitzar les seves pròpies forces, no només el coneixement de la seva existència. És bo donar a les persones l'oportunitat de pensar en quines situacions i amb qui s'utilitzen millor els seus punts forts, i donar-los espai per actuar de manera autodirigida.

Dit anular: promou la cohesió

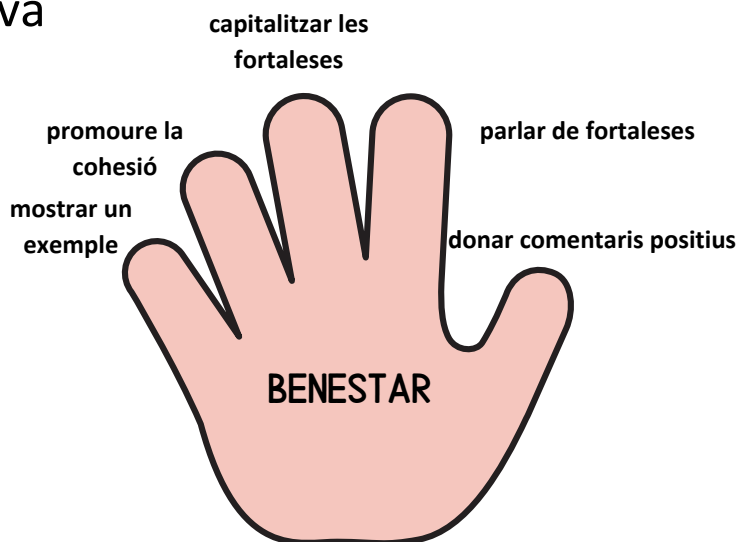
Un dels factors més importants en el benestar i la felicitat és el sentiment de pertinença i ser prou bo per ser un mateix. Tenir el teu propi grup segur i l'oportunitat de compartir-hi coses sense por són de la màxima importància per a cada alumne, i els factors que fan que l'escola sigui divertida.

Els sentiments de cohesió i acceptació del grup es poden recolzar concretament ensenyant habilitats socials com la bondat, el lideratge, la compassió i el perdó.

Dit petit: donar exemple

L'exemple propi del professional d'una activitat present, entusiasta i autènticament solidaria és més important que l'elecció del material d'aprenentatge o del mètode d'ensenyament.

Els clients poden oblidar el que els han ensenyat, però mai oblidaran el que el professional els fa sentir. L'actitud càlida i positiva dels professionals motiva el client a treballar, l'involucra en el tema de la lliçó i redueix el comportament disruptiu.



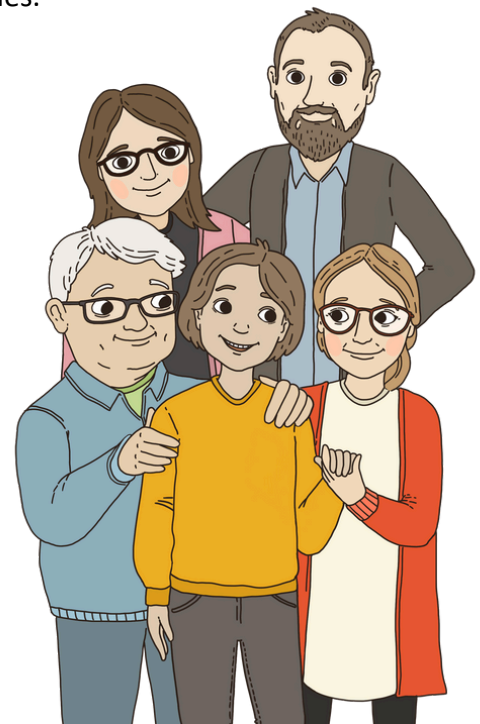
Col·laboració amb terapeutes de la parla i del llenguatge (TL)

1. Orientació d'experts: TL té experiència en l'avaluació de les necessitats i capacitats de comunicació úniques de l'infant. Poden formular plans de comunicació a mida i oferir intervencions especialitzades en funció del perfil de l'infant.
2. Avaluació: TL realitza avaluacions exhaustives per determinar les fortaleces i els reptes de la parla i el llenguatge de l'infant. Aquestes avaluacions serveixen de base per desenvolupar estratègies específiques.
3. Objectius de la teràpia: les discussions col·laboratives amb TL ajuden a alinear els objectius de la teràpia amb les necessitats educatives i comunicatives de la vida diària de l'infant. Això garanteix un enfocament coherent en diferents entorns.
4. Seguiment del progrés: la col·laboració regular amb TL permet un seguiment continu del progrés i ajustos al pla de comunicació a mesura que es desenvolupen les habilitats de l'infant.



Implicació familiar:

1. La implicació de la família és igualment vital per donar suport a un nen amb DI, i s'estén més enllà de les sessions de teràpia
2. Aprendre estratègies de comunicació: animar els pares i els cuidadors a assistir a sessions de teràpia i tallers amb TL els capacita per adquirir estratègies de comunicació efectives. Aquests coneixements es poden aplicar a casa, reforçant el progrés de l'infant.
3. Entorn ric en comunicació: les famílies poden crear un entorn ric en comunicació a casa, utilitzant eines i tècniques recomanades per TL. Les ajudes visuals, els horaris i els sistemes de comunicació augmentativa i alternativa (CAA) es poden integrar a les rutines diàries.
4. Consciència i comentaris: les famílies sovint tenen una comprensió profunda de les preferències, els interessos i els patrons de comunicació de l'infant. Els seus coneixements són inestimables per adaptar les estratègies de comunicació de manera eficaç.
5. Coherència entre els entorns: la implicació de la família garanteix que el suport de comunicació de l'infant sigui coherent en diferents entorns, ja sigui a casa, a l'escola o a la comunitat.
6. Suport emocional: El suport emocional i l'estímul que proporcionen els membres de la família són essencials per a l'autoestima i la motivació de l'infant durant el seu viatge comunicatiu.

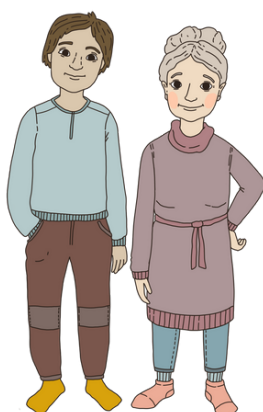




Grup 2 anys

Donar suport a la comunicació d'adults (de 18 a 25 anys) amb discapacitat intel·lectual

Donar suport a les necessitats de comunicació dels adults joves amb discapacitat intel·lectual requereix un enfocament holístic des de diferents coneixements en el marc de l'organització. El pla individualitzat de cada beneficiari és elaborat per la persona amb discapacitat intel·lectual, juntament amb la família i l'equip multidisciplinari de l'organització, en funció de les necessitats específiques del beneficiari. Paral·lelament, els professionals ofereixen una varietat de noves experiències per a les persones amb discapacitat intel·lectual, per tal de familiaritzar-se amb diferents entorns de comunicació i, finalment, donar suport a la seva inclusió social.



Pla d'Intervenció Individualitzat

El desenvolupament del Pla d'Intervenció Individualitzat el porten a terme els membres del Consell Interdisciplinari i el personal educatiu de l'organització. Compleix amb les directrius ISO 9001:2008.

Passos:

1. Elaboració d'un Pla d'Intervenció Individualitzat per part del Consell Interdisciplinari.
2. Planificació de la implantació per part dels professionals, formadors i terapeutes.
3. Avaluació del Pla d'Intervenció Individualitzat pel Consell Interdisciplinari.
4. Realització d'un Pla d'Intervenció Individualitzat per part dels professionals, formadors i terapeutes.

Anàlisi:

Fase 1: El Consell Interdisciplinari de l'entitat, tenint en compte les valoracions inicials del beneficiari, elabora el Pla Individual d'Intervenció del beneficiari que inclou:

- La situació actual i potencial del beneficiari
- El programa de formació

El Pla d'Intervenció Individualitzada queda constància en un document i signat pels membres del Consell Interdisciplinari.

Un cop realitzats els Plans d'Intervenció Individualitzats, el Formador Coordinador compilarà el programa global per taller en el "Programa del Taller" i ho comunicarà al formador respectiu.

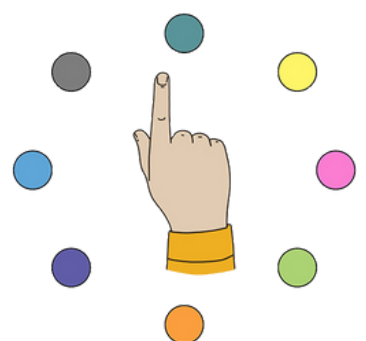
Serveis Socials també informa els pares/tutors legals i el beneficiari del programa a seguir. Quan sigui necessari, es concerta una reunió dels tutors legals/beneficiària amb el Consell Interdisciplinari per tal de fer els aclariments necessaris.

Fase 2: cada partidari implementa el pla dins del seu taller basant-se en els temes planificats tal com es descriu a cada "Descripció del taller". El suport omple el "Registre d'assistència al taller" l'assistència dels alumnes al taller i tots els esdeveniments i comportaments destacables del beneficiari.

Setmanalment, el Consell Interdisciplinari fa reunions on es debat el progrés i les incidències dels nemeficiaris.

Fase 3: Dos cops a l'any i sempre que sigui necessari, el Consell Interdisciplinari avalua els objectius marcats en el Pla Individual de Rehabilitació i els actualitza quan cal. L'avaluació dels objectius es farà constar en el Pla Individual de Rehabilitació. Les valoracions realitzades es faran constar en el Llibre d'Actes del Consell.

Fase 4: En finalitzar el curs, es realitza l'avaluació final del Pla d'Intervenció Individualitzat per part dels professionals i formadors. A continuació, el pla emplenat s'arxiva a l'expedient de l'alumne pels Serveis Socials.



Actituds i valors per a la comunicació amb persones amb discapacitat intel·lectual

- Assegurar-se que hi ha temps suficient abans de començar una discussió
- Garantir les condicions adequades per a la comunicació de l'habitació (soroll, absència d'altres persones)
- Garantir que l'interlocutor està disposat/disposat a comunicar-se
- Tenint en compte el context/entorn en què es produeix una comunicació (escola, treball)
- Tenint en compte l'edat de la persona amb DI
- Adoptar un comportament comunicatiu adequat quant a postura, distància física i volum de veu
- Establir i mantenir el contacte visual
- Acompanyant el seu discurs amb gestos
- Acompanyant el seu discurs amb expressions facials
- Assegurar-se que siguin compresos per l'interlocutor
- Reformular el seu missatge d'una altra manera quan no s'entén.
- Adaptar la comunicació segons les capacitats de l'interlocutor
- Promoure el diàleg potenciant l'interlocutor perquè s'expressi.
- Donar temps a l'interlocutor per expressar-se
- Entendre i respectar els sentiments expressats per l'interlocutor, ja siguin verbals o no verbals.
- Formar una opinió després que l'interlocutor hagi acabat de parlar
- Jutjar la gravetat d'un problema a partir de l'experiència de l'interlocutor en lloc del seu judici subjectiu
- Fer preguntes aclaridores que ajudin a garantir la coherència i la comprensió de la comunicació
- Donar suport a l'interlocutor en el reconeixement dels seus sentiments.
- Verbalització dels elements emocionals presents en les expressions de l'interlocutor
- Animar l'altra persona a expressar els seus sentiments negatius amb paraules
- Donar opcions (2 o 3) a l'interlocutor perquè pugui decidir entre opcions concretes
- Repetint sovint el que s'ha dit
- Resumint els punts principals al final de la conversa



Necessitats de comunicació de les persones amb DI

1. Comunicació no verbal (contacte visual, proximitat adequada/espai personal adequat)
2. Volum de parla adequat
3. Ritme de la parla
4. Capacitat de resposta i participació en la conversa
5. Parla espontània
6. Comprensió del tema de la conversa
7. Entendre el problema
8. Entendre la causa i l'efecte
9. Comprensió dels detalls
10. Reconeixement i denominació de les emocions
11. Entendre les intencions emocionals dels altres
12. Anomenament i descripció de símptomes/afeccions que requereixen vocabulari especialitzat
13. Distingir entre desitjos i esdeveniments imminents
14. Comprensió de conceptes abstractes
15. Comprensió d'oracions/oracions complexes introduïdes per enllaços temporals o hipotètics
16. Seqüència de regles
17. Conceptes i seqüències temporals
18. Entendre la veu passiva
19. Entendre oracions que contenen negació
20. Entendre l'ús de la forma imperativa
21. Morfologia i estructura sintàctica de les oracions
22. Apropar-se a l'interlocutor, iniciar una conversa i mantenir el diàleg



Recomanacions per a la comunicació inclusiva

1. ús de la visualització
2. instruccions que s'han de donar en un màxim de 2 parts
3. ritme lent
4. enriquir la parla amb gestos
5. Presentació segmentada de textos orals i intervenció dirigida en el record d'informació clau
6. animació a utilitzar frases completes
7. Suport en la comprensió d'idees preguntes de "com, on, quan i per què".
8. Suport per identificar i justificar el que està bé i malament amb el material visual (per enriquir les habilitats inductives i de raonament)
9. Ús d'una taula de record semàntica així com suport general per a l'organització semàntica i l'enriquiment del vocabulari
10. Ús de material visual d'acompanyament per comprendre ordres llargues o ordres que contenen conceptes com "abans/després o a més de"
11. formació i ús de material visualitzat per recordar a l'usuari el volum de veu correcte.
12. recordar amb ajuda fonològica o semàntica
13. Reforç de cada nou concepte d'una manera multisensorial amb imatges, gestos i la forma escrita d'una paraula.
14. Ús de material visualitzat (p. ex., llibre de comunicació/"clauer" es podria utilitzar per millorar l'expressió espontània en activitats més difícils/menys estructurades (p. ex., descans).
15. Joc de rol
16. Ús de material visualitzat per recordar a la gent que utilitzi el contacte visual durant la discussió, l'espera del torn en el diàleg, etc.
17. preparació primerenca - "assaig" de frases (reduint la possible ansietat)
18. donar temps suficient per respondre,
19. no intentar que algú intenti completar la seva resposta
20. mantenir el contacte visual durant la conversa per la trena del professional
21. Entrenar i reforçar la capacitat d'expressar tècniques bàsiques de comunicació mitjançant el treball en grup, com ara l'ús de materials visuals per recordar a la gent que utilitzi totes les parts d'una frase.
22. recordant a les persones que esperen abans de començar una resposta
23. Entrenar en la descripció d'imatges/textos per entendre i extreure la idea central i millorar la retenció dins d'aquesta idea/tema (sense referència a informació irrellevant)
24. temps suficient per respondre i seguretat d'això per minimitzar l'ansietat
25. Ús d'una forma de "recordatori" visualitzada de les parts d'una frase i pràctica mitjançant activitats específiques per millorar tant el ritme com l'organització del pensament.
26. L'ús d'un llibre de comunicació personal ajudaria a millorar l'inici de conversa espontània
27. redirigir l'atenció
28. Entrenar i potenciar la capacitat d'expressar-se en diferents situacions de comunicació tant individualment (per exemple, justificació d'un possible malentès, normes socials, etc.)
29. històries socials, bombolles de pensament.
30. Es necessita suport per descriure imatges/textos per transmetre tota la informació, enllaçar millor les frases pronunciades i extreure un tema central amb l'ajuda de visuals.
31. Ús de la informació visualitzada del "tauler de recordatori".
32. comprensió i "pràctica" més profunda de les possibles reaccions emocionals (vocabulari emocional) i com aquestes es reflecteixen en les expressions facials, p. mitjançant jocs de rol
33. nomenar les reaccions emocionals
34. La formació en l'ús d'una taula visual de parla lenta seria útil

Desenvolupament d'habilitats socials

Les habilitats socials s'adquireixen mitjançant l'observació i la imitació del comportament dels altres dins de diversos processos.

En primer lloc, es desenvolupen a través del sistema familiar i, posteriorment, l'escola i la societat. Són un requisit previ per a les interaccions interpersonals reeixides. Bellack (1983) i Bielecki & Swender, (2004) va definir les habilitats socials com a comportaments interpersonals observables i mesurables que promouen la independència, l'acceptació de la societat i la qualitat de vida, que són importants per a la inclusió social i la funcionalitat d'una persona. També permeten a l'individu establir relacions socials saludables, evitar conflictes interpersonals i fer front a situacions estressants. D'altra banda, els resultats de la investigació mostren que les pobres habilitats socials estan associades a nombrosos problemes, com ara el dèficit d'atenció, l'aïllament i l'abstinència social, el comportament agressiu i antisocial i el comportament desafiant. És probable que les persones amb deficiències en habilitats socials siguin rebutjades pels membres dels grups als quals pertanyen i/o es retirin, aïllant-se fora d'aquests grups. La probabilitat d'habilitats socials insuficients és més alta en les persones amb discapacitat intel·lectual.

Les habilitats socials inclouen:

- Comprendre i utilitzar senyals de comunicació verbals i extraverbals
- Capacitat d'escoltar amb atenció
- Empatia
- Capacitat d'adaptar la conducta tenint en compte l'entorn comunicatiu
- Eficàcia per fer-se entendre i transmetre la informació amb claredat
- Entendre les normes socials
- Habilitats de diàleg: iniciar, mantenir i acabar sense problemes una conversa (escoltar, entendre, compartir pensaments, esperar el seu torn, demanar el que necessiten, donar comentaris)
- Reconeixement i expressió adequada de les emocions
- Desenvolupament de l'autoestima / autoimatge (la baixa autoestima pot comportar aïllament social o dificultats en les relacions)
- Habilitats interpersonals: millora la capacitat de crear i mantenir relacions properes i de qualitat. Les relacions que impliquen intimitat, vincle emocional i confiança es poden caracteritzar com a relacions de qualitat
- Habilitats de col·laboració
- Habilitats de responsabilitat
- Establir límits/habilitats de negació/afirmació. L'establiment de límits i les habilitats de negació fan referència a la capacitat d'una persona amb discapacitat intel·lectual per posar límits i negar situacions o peticions que no desitja d'una manera adequada. Les habilitats d'afirmació fan referència a la capacitat de defensar el que un desitja d'una manera adequada
- Habilitats de resolució de problemes
- Gestió de la frustració: la capacitat de les persones amb discapacitat intel·lectual per acceptar i gestionar la frustració o el fracàs en situacions relacionades amb els seus objectius o desitjos



Les tècniques utilitzades per millorar les habilitats socials són eines importants en el context del desenvolupament de la naturalesa social de les persones amb discapacitat intel·lectual. Aquestes tècniques varien i se centren a crear un entorn positiu i de suport.

Algunes d'aquestes **tècniques** són:

- **Les històries socials** estan dissenyades per ajudar al desenvolupament de les habilitats socials, augmentant la comprensió i l'adaptació a les situacions socials quotidianes. Aquestes històries solen incloure descripcions i narracions il·lustrades sobre situacions socials específiques, comportaments i expectatives, proporcionant a les persones amb discapacitat intel·lectual una estructura per comprendre i fer front als reptes de la societat.
- **Les històries visuals** utilitzen imatges o representacions gràfiques per facilitar la comprensió de situacions o normes socials específiques. Aquestes narracions il·lustrades ajuden a ensenyar i explicar situacions i interaccions socials de manera visual, fent que la informació sigui més accessible i fàcil d'entendre.
- **El programa visualitzat** presenta diverses activitats, tasques o rutines mitjançant instruccions il·lustrades o representacions gràfiques. Això ajuda a les persones amb discapacitat intel·lectual a comprendre i preparar-se per a les activitats diàries seguint una sèrie de passos amb més facilitat i confiança. Mitjançant la representació visual, és més fàcil entendre les accions i expectatives previstes en qualsevol situació social.
- **Les regles visualitzades** presenten normes socials, comportaments suggerits o reaccions esperades mitjançant exemples il·lustrats o gràfics. Això ajuda a comprendre i integrar les regles de comportament en diferents situacions socials. Les normes fan que les expectatives i les directrius siguin més accessibles i comprensibles, ajudant a adaptar de manera eficaç l'individu a l'entorn social.
- **Grups d'assessorament i grups de discussió entre iguals:** són altres dos mètodes importants en què persones amb experiències i reptes similars entren en contacte i interactuen en un entorn de suport. Mitjançant el diàleg i l'intercanvi d'opinions, els participants aprenen a escoltar i entendre diferents punts de vista, alhora que desenvolupen la seva capacitat per expressar les seves pròpies idees amb claredat. Aprenen la comunicació mútua, la necessitat de l'escolta mútua i l'intercanvi d'opinions amb respecte. Se'ls anima a desenvolupar habilitats com ara la capacitat d'expressar els seus pensaments i sentiments, parar atenció a l'ordre del discurs i formar discussions constructives. Fomenten la cooperació social, el suport mutu i el desenvolupament de la confiança entre els membres de l'equip, proporcionant un entorn ric per practicar i millorar les seves habilitats socials. Mitjançant aquesta interacció, els participants poden practicar com interactuen, aprendre a comunicar-se de manera eficaç i crear relacions socials més constructives i igualitàries. Durant els grups d'assessorament, els participants tenen l'oportunitat de compartir experiències, intercanviar idees i desenvolupar habilitats d'interacció social. Aquests grups proporcionen un entorn segur on els participants poden sentir-se tolerants i compresos per altres que experimenten reptes similars. Això augmenta l'autoconfiança i el sentiment de pertinença. Mitjançant el suport mutu i l'intercanvi d'opinions, els participants reben formació en reconeixement de senyals socials, comunicació i gestió de situacions socials. A més, a través d'aquests grups es poden crear diverses activitats i pràctiques que potenciïn les habilitats socials, com ara jocs de rol, exercicis d'expressió emocional i simulació de situacions socials quotidianes.

- **Les tècniques de dramateràpia** també són una eina poderosa i inclouen jocs de rol, jocs teatrals, kinesioteràpia, activitats interactives i expressió creativa a través de l'art per a la millora de les habilitats socials. Mitjançant aquestes tècniques es promou l'expressió d'emocions, el desenvolupament de la comunicació i la confiança en un mateix. La participació en aquestes activitats fomenta el desenvolupament d'habilitats socials a mesura que els participants desenvolupen la capacitat de reaccionar davant les situacions socials, comunicar-se amb els altres i comprendre els sentiments d'ells mateixos i dels altres. Mitjançant aquest enfocament, les persones amb discapacitat intel·lectual adquireixen una major consciència d'elles mateixes i de les diferents dinàmiques socials, millorant les seves habilitats per reaccionar i interactuar amb el seu entorn.
- Finalment, **l'establiment de normes i estàndards de comportament acceptable** per part dels professionals és un mitjà essencial per al desenvolupament de les habilitats socials de les persones amb discapacitat intel·lectual. Aquestes normes actuen com a orientació, proporcionant un marc i definint els comportaments socials esperats en diverses situacions. A més, les normes ajuden a crear un entorn segur fomentant la comoditat i la seguretat de les persones per interactuar i explorar les seves habilitats socials. A més, els professionals orienten el comportament social, ensenyant i fomentant la comprensió dels comportaments socials esperats, ajudant així les persones a desenvolupar la seva capacitat per gestionar situacions socials. La creació d'un marc de normes també potencia la seva autonomia, proporcionant una estructura i un marc de referència en la seva vida quotidiana i activitats socials. La implantació i demostració de normes i estàndards de comportament acceptable per part dels professionals fomenta les relacions socials positives i ajuda a desenvolupar les habilitats d'interacció i comunicació de les persones amb discapacitat intel·lectual.



Suport visual i gestos

Els suports visuals es refereixen a qualsevol eina o objecte utilitzat per facilitar la comunicació i la comprensió. Aquestes eines milloren el procés de comunicació. Des dels moviments corporals fins als elements ambientals, els suports visuals augmenten la capacitat d'una persona per rebre informació del seu sentit de la visió. Poden incloure imatges, gràfics, taules, programes, calendaris, símbols, eines especialment dissenyades o altres elements visuals que poden ajudar a organitzar la informació i entendre diverses activitats diàries. És important incorporar accessoris visuals a l'entorn educatiu del programa per millorar l'aprenentatge i augmentar la participació amb èxit.

Més concretament, el suport visual pot contribuir significativament a millorar la comunicació de les persones amb discapacitat intel·lectual en els àmbits següents:

- 1. Comprensió i memòria:** les eines visuals poden proporcionar instruccions visuals, imatges o representacions gràfiques que simplifiquen la informació complexa i faciliten la comprensió, l'explicació i la comunicació de conceptes, idees i dades, facilitant la comprensió de la comunicació. A més, la gent tendeix a retenir millor la informació quan es presenta visualment. Les ajudes visuals impliquen múltiples sentits, millorant la memòria fent que sigui més probable que les persones recordin els punts clau.
- 2. Organització i estructura:** les eines visuals poden ajudar a estructurar la informació mitjançant formes organitzatives gràfiques, taules o diagrames.
- 3. Millorar les habilitats socials:** l'ús d'eines visuals pot ajudar a millorar les habilitats socials, facilitant la interacció i la participació social.
- 4. Autonomia i autoconfiança:** A través d'eines visuals, les persones amb discapacitat intel·lectual poden adquirir autonomia, potenciar les seves habilitats i augmentar la seva autoconfiança en les activitats diàries.
- 5. Accessibilitat:** les ajudes visuals poden millorar l'accessibilitat per a diferents públics, inclosos aquells amb diferents estils d'aprenentatge, diferents necessitats lingüístiques i cognitives, o diferents nivells d'alfabetització. Proporcionen un mitjà de comunicació universal que transcendeix les diferències cognitives o culturals.

Proporcionant eines visuals que s'adapten a les necessitats de cadascú, podem potenciar la seva comunicació i el seu dia a dia, ajudant-los a desenvolupar les seves habilitats i satisfer les demandes del seu entorn.



Els gestos són una manera addicional de comunicar-se que utilitza el llenguatge corporal i l'expressió motriu. En molts casos, els gestos poden ajudar a facilitar la comprensió o l'expressió d'idees, sentiments o necessitats concretes. Per a les persones que tenen dificultats per comprendre i/o utilitzar el llenguatge, els gestos poden actuar com un mitjà addicional per comunicar-se de manera més eficaç i superar possibles obstacles.

Més concretament, algunes maneres en què els gestos contribueixen a aquest propòsit són:

- 1. Potenciar la comunicació verbal:** els gestos proporcionen un mitjà addicional d'expressivitat, que millora la comunicació lingüística. Poden acompanyar expressions verbals, oferint informació addicional i aclarint-ne el contingut. Les persones amb discapacitat intel·lectual poden utilitzar gestos per emfatitzar i afegir informació addicional a la seva comunicació.
- 2. Expressió d'emocions:** Els gestos poden ajudar a expressar emocions, com ara alegria, tristesa, ràbia, etc. Això permet que les persones amb discapacitat intel·lectual expressin els seus sentiments d'una manera més rica i eficaç.
- 3. Comunicació social:** els gestos poden millorar la interacció social ajudant les persones a reconèixer els senyals i els significats associats amb els gestos. Els gestos poden facilitar la interacció social, ja que ofereixen una manera addicional de comunicar-se que enforteix les relacions interpersonals.
- 4. Millorar la comprensió:** els gestos es poden utilitzar per donar suport a les expressions parlades i ajudar a comprendre els continguts de les converses.
- 5. Millora de la memòria:** els gestos poden ajudar a millorar les habilitats de memòria, ja que el moviment i la integració de les mans poden millorar l'emmagatzematge i la memòria de la informació.
- 6. Accés a l'educació i al treball:** els gestos es poden utilitzar per facilitar l'educació i la inserció laboral de persones amb discapacitat intel·lectual oferint un mètode de comunicació de suport. Els gestos es poden utilitzar com a punts de referència per a les pautes, sobretot quan necessiten dirigir o animar l'interlocutor a moure's en una direcció determinada.

Els gestos aporten flexibilitat, riquesa i profunditat a la comunicació de les persones amb discapacitat intel·lectual, ajudant-les a comunicar-se de manera més eficaç i a participar plenament en la societat.

En general, les ajudes visuals i els gestos funcionen eficaçment per a totes les edats i tots els nivells d'habilitat, i poden ser útils per proporcionar informació, millorar la memòria i retenir la informació, organitzar el pensament, reduir l'estrès, gestionar el canvi i ensenyar rutines. Els entorns en què es poden aplicar suports i gestos visuals inclouen l'educació, la salut, la inclusió social i la vida quotidiana.



Llenguatge simple

El terme "Simplificar el llenguatge" fa referència al procés de reducció de la complexitat d'un text o llenguatge per tal de facilitar la comprensió per part de l'oient o del lector. Quan es simplifica el llenguatge, s'utilitzen paraules senzilles, frases curtes i una estructura entenedora per fer que la informació sigui accessible a un públic ampli. Aquesta pràctica s'aplica sovint a materials de formació, textos científics, manuals i altres documents, amb l'objectiu d'augmentar l'accessibilitat i millorar la comprensió dels continguts.

Aquest enfocament és especialment beneficiós quan es comuniquen verbalment amb persones amb discapacitat intel·lectual que tenen dificultats per processar un llenguatge complex o abstracte. Això es pot fer de les maneres següents:

- **Vocabulari simple:** utilitzeu paraules senzilles i quotidianes en comptes de complexes o complicades. Això fa que la comunicació sigui més accessible i fàcil d'entendre.
- **Oracions curtes:** Formula idees en frases curtes per facilitar-les la comprensió.
- **Instruccions clares:** utilitzeu paraules amb significats clars que no augmentin la probabilitat d'interpretacions errònies.
- **Estructura de la parla:** Organització de la parla amb estructura senzilla i significat clar per tal de facilitar la comprensió.
- **Visualització:** ús acompanyant d'imatges o gràfics en la parla per millorar la comprensió.
- **Repetició:** Repetició d'informació important per millorar la memòria i la comprensió.

Aquestes pràctiques ajuden a crear continguts més accessibles per a les persones amb discapacitat intel·lectual, fent que la comunicació sigui més efectiva.

Simplificar el llenguatge en la comunicació amb persones amb discapacitat intel·lectual té diversos propòsits importants:

Comprensió: les persones amb discapacitat intel·lectual poden tenir dificultats per entendre frases o terminologia complexes. Simplificar el llenguatge els facilita la comprensió del diàleg i la comunicació.

Accés: L'ús d'un vocabulari senzill i entenedor permet que les persones amb discapacitat intel·lectual tinguin un accés més fàcil a la informació i als serveis, eliminant les barreres que es poden presentar per la dificultat del llenguatge.

Autonomia: La simplificació lingüística potencia l'autonomia de les persones amb discapacitat intel·lectual, permetent-les expressar-se i comprendre el seu entorn amb més comoditat.

Participació social: La simplificació lingüística facilita la integració i la participació de les persones amb discapacitat intel·lectual en les activitats socials, permetent-los contribuir a la comunitat.

En general, simplificar el llenguatge ajuda a crear un entorn més accessible i incliusu on tothom pugui comunicar-se i participar de manera més autònoma.

Interacció entre iguals

La interacció entre iguals es refereix a la interacció social que té lloc entre persones d'edat, estatus o habilitats similars. Aquests individus sovint es coneixen com a iguals. La interacció entre iguals és un aspecte crític del desenvolupament humà, especialment durant la infància i l'adolescència, però continua sent important al llarg de la vida.

Els aspectes clau de la interacció entre iguals inclouen:

Socialització: la interacció amb els companys ofereix a les persones oportunitats per aprendre i practicar habilitats socials. Ajuda a desenvolupar habilitats de comunicació, cooperació i resolució de conflictes.

Desenvolupament emocional: la interacció amb els companys permet als individus experimentar una sèrie d'emocions i aprendre a gestionar i expressar les seves emocions. Les relacions amb els companys poden oferir suport emocional i contribuir a un sentiment de pertinença.

Formació de la identitat: els companys juguen un paper important en la formació de la identitat d'una persona. Sovint, els individus es comparen amb els seus companys i poden adoptar comportaments, valors i actituds basats en la influència social.

Aprendre els uns dels altres: la interacció entre iguals promou l'intercanvi d'aprenentatges. Les persones poden intercanviar idees, perspectives i informació, potenciant el seu desenvolupament cognitiu i intel·lectual.

Normes culturals i socials: els grups d'iguals sovint reforcen les normes culturals i socials. Els individus d'un grup d'iguals poden adoptar comportaments i normes comuns que prevalguin en el seu context social.

Resolució de problemes: les activitats col·laboratives amb companys promouen les habilitats de resolució de problemes. Col·laborar en projectes o resoldre conflictes pot millorar el pensament crític i les habilitats de presa de decisions.

Amistat: les interaccions entre iguals poden conduir a la formació de relacions amistoses. Les amistats proporcionen suport emocional, companyonia i oportunitats per a activitats recreatives.

Independència i autonomia: la interacció amb els companys permet que les persones desenvolupin un sentit d'independència i autonomia. Aprenen a navegar per situacions socials sense la guia constant dels adults.

És important tenir en compte que l'impacte de la interacció entre iguals pot variar segons la naturalesa de les relacions, el context i les diferències individuals. Les interaccions positives entre iguals poden contribuir al creixement personal i al benestar, mentre que les interaccions negatives poden tenir efectes negatius en la salut mental i el desenvolupament social.



Millorar les habilitats comunicatives de les persones amb discapacitat intel·lectual requereix reconèixer i atendre les seves necessitats específiques. Les interaccions entre iguals tenen un paper clau en aquest procés. Maneres que poden ajudar a millorar les habilitats comunicatives:

Modelatge i imitació: les interaccions entre iguals ofereixen a les persones amb discapacitat intel·lectual l'oportunitat d'observar i imitar els comportaments comunicatius dels seus companys. El modelatge ajuda a aprendre l'ús adequat del llenguatge, les habilitats socials i les estratègies de conversa. Els companys poden servir com a models positius per a la comunicació. Fomentar comportaments inclusius i ensenyar a donar suport als altres, pot crear un entorn que promogui una comunicació eficaç.

Socialització i aplicació: participar en interaccions entre iguals permet als individus practicar les seves habilitats de comunicació en situacions del món real. La socialització ajuda a construir autoconfiança i familiaritat amb diferents contextos de comunicació.

Feedback i reforç: els companys poden oferir retroalimentació constructiva i reforç positiu durant les interaccions. Aquest feedback és valuós perquè les persones amb discapacitat intel·lectual entenguin què funciona bé en la seva comunicació i en quines àrees poden necessitar millores.

Aprenentatge compartit: les interaccions entre iguals sovint impliquen experiències d'aprenentatge compartides. Les activitats col·laboratives amb els companys poden millorar el vocabulari, les habilitats de resolució de problemes i el desenvolupament cognitiu general.

Suport emocional: les relacions entre iguals proporcionen suport emocional, creant un entorn positiu i encoratjador. Sentir-se acceptat i recolzat pels companys pot augmentar l'autoestima i la motivació, afectant positivament les habilitats comunicatives.

Desenvolupament d'habilitats socials: la interacció entre iguals permet que les persones desenvolupin i millorin les seves habilitats socials, com ara esperar torns, escoltar, el contacte visual i interpretar indicis no verbals, tots components clau d'una comunicació eficaç.

Entorns inclusius: la creació d'entorns inclusius que fomentin les interaccions entre iguals millora el sentiment de pertinença. Quan els individus se senten inclosos, és més probable que es comprometin en la comunicació entre iguals i practiquin les seves habilitats en diversos entorns.

Programes socials estructurats: la implementació de programes socials estructurats o intervencions que se centren en el desenvolupament d'habilitats de comunicació pot ser beneficiós. Aquests programes poden incloure activitats, jocs o exercicis específics dissenyats per millorar la comunicació en un entorn de suport i controlat.

És important que aquestes intervencions s'adaptin individualment a les necessitats i capacitats de l'individu. A més, la implicació de professors, logopedes i altres professionals per oferir un suport dirigit per millorar encara més les habilitats comunicatives de les persones amb discapacitat intel·lectual.

Paciència i Empatia

La paciència i l'empatia són dues habilitats importants relacionades amb la manera com tractem i ens comuniquem amb els altres. Aquests enfocaments milloren la comprensió mútua, fomenten la cooperació i faciliten la creació de relacions positives. Aquests són aspectes crucials que contribueixen a una comunicació més eficaç.

Les persones amb discapacitat intel·lectual sovint s'enfronten a dèficits de comunicació que poden derivar de la dificultat d'entendre o expressar expressions verbals o fins i tot de la necessitat de més temps o repetició durant la comunicació.

La paciència i l'empatia són requisits previs per a un entorn comunicatiu solidari i adaptat a aquestes necessitats individuals de les persones amb discapacitat intel·lectual.

La paciència fa referència a la capacitat d'esperar amb calma fins i tot davant de dificultats o retards i de mostrar comprensió i tolerància, donant a l'interlocutor el temps i l'espai que necessita per comprendre's i expressar-se. És important en molts aspectes de la vida, incloses les relacions interpersonals, el treball i la gestió de reptes.

Més concretament, les maneres en què la paciència ajuda a promoure la comunicació amb les persones amb discapacitat intel·lectual són:

- **Temps d'expressió:** les persones amb discapacitat intel·lectual poden necessitar més temps per expressar els seus pensaments o respondre preguntes. La paciència els dóna el temps que necessiten, millorant així la comunicació.
- **Repetició i reformulació:** la comunicació amb persones amb discapacitat intel·lectual pot requerir la repetició de preguntes o la reformulació de la informació per garantir la comprensió. La paciència és una habilitat essencial, ja que permet la repetició i la reafirmació en condicions que no es caracteritzen per la pressió.
- **Entendre i acceptar la diversitat:** La paciència ajuda a comprendre, acceptar i respectar la diversitat i les necessitats úniques que pot tenir cada persona amb discapacitat intel·lectual.
- **Creació d'un entorn segur i amigable:** la paciència ajuda a crear i mantenir un entorn de comunicació amigable, que és important per a la comoditat i la seguretat de les persones amb discapacitat intel·lectual.



EL'empatia és la capacitat d'entendre i empatitzar amb els sentiments, necessitats i experiències dels altres. Posar-se a la pell d'un altre i percebre el món des de la seva perspectiva.

Com que les persones amb discapacitat intel·lectual sovint desenvolupen formes de comunicació no verbals per compensar qualsevol dificultat, la comprensió i l'empatia dels que els envolten poden ajudar a resoldre els reptes de comunicació.

Assegurar l'empatia en interactuar amb persones amb discapacitat intel·lectual és important per diversos motius:

Millor comprensió de les necessitats: l'empatia ajuda l'interlocutor a comprendre millor les necessitats i els reptes als quals s'enfronten les persones amb discapacitat intel·lectual. Aquesta comprensió permet a l'interlocutor ajustar la seva comunicació en conseqüència.

Millorar l'autoestima: l'empatia ajuda a augmentar l'autoestima de les persones amb discapacitat intel·lectual, ja que se senten acceptades i s'entenen les seves necessitats.

Millor col·laboració: mitjançant l'empatia, es promou un marc de cooperació, ja que la comprensió compartida crea un clima positiu que fomenta la comunicació oberta.

Millorar la confiança: l'empatia ajuda a establir confiança entre les persones, ja que la sensació de comprensió redueix la por al rebuig i les possibilitats de retirar-se.

Foment de la participació: L'empatia fomenta la participació de les persones amb discapacitat intel·lectual en activitats socials i contextos de comunicació.

Com que la comunicació és un procés bidireccional, és important que es cultivi la paciència i l'empatia en la mateixa persona amb discapacitat intel·lectual.

Algunes maneres de desenvolupar empatia i paciència són:

- **Històries socials:** les històries socials són una eina poderosa per desenvolupar l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. Aquestes històries ofereixen descripcions estructurades de situacions i interaccions socials quotidianes, ajudant les persones a comprendre i predir els comportaments. Mitjançant aquest marc, es poden formar en el reconeixement de les emocions, el respecte dels espais personals i la comprensió de les normes socials. Mitjançant aquest procés, es potencia l'empatia, mentre que l'exposició repetida a situacions ajuda a formar la paciència, afavorint un millor marc de comprensió.
- **Visualització:** la visualització és una altra eina per desenvolupar l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. Mitjançant la representació visual, aquestes persones són capaços de percebre i entendre la informació i els conceptes de manera més eficaç. L'ús de gràfics, imatges i colors pot millorar la comprensió, mentre que la representació visual del temps i dels processos pot contribuir al desenvolupament de la paciència, ajudant les persones a reconèixer les relacions entre diferents elements i desenvolupar la capacitat d'esperar amb paciència.
- **Jocs de rol:** els jocs de rol són una excel·lent manera de desenvolupar empatia i paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. Durant aquests jocs, els participants assumeixen diferents rols, incorporant noves experiències i posicions. Aquest procés interactiu fomenta el reconeixement dels diferents propòsits, sentiments i necessitats dels personatges, alhora que potencia l'empatia i la comprensió dels altres. Així com els participants s'enfronten a reptes i contradiccions en el context del joc, desenvolupen la seva paciència mentre aprenen a afrontar i resoldre diferents situacions. Mitjançant aquest enfocament interactiu, desenvolupen habilitats crítiques que milloren la seva comunicació social i prenen consciència de les necessitats dels altres.

- **Grups/Assemblea d'assessorament:** Els Grups/Assemblea d'assessorament són un entorn eficaç i segur per al desenvolupament de l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. Mitjançant la participació en aquests grups, les persones s'enfronten a dinàmiques socials i humanes diverses, animades a expressar els seus pensaments i sentiments i escoltar les opinions dels altres. La naturalesa interactiva dels grups afavoreix el contacte social i millora les habilitats comunicatives. A més, les interaccions freqüents ofereixen oportunitats de formació en temes relacionats amb la gestió de les emocions, millorant la paciència i la capacitat d'afrontar les dificultats. A través d'aquests grups, els participants desenvolupen la intel·ligència emocional i demostren una major paciència a mesura que s'enfronten i creixen en diferents situacions.
- **Participació en activitats de la comunitat:** la participació en activitats de la comunitat és un factor potent per desenvolupar l'empatia i la paciència en les persones amb discapacitat intel·lectual. La interacció constant amb diverses experiències socials i culturals afavoreix la comprensió d'un mateix i dels altres, alhora que millora la capacitat de percebre i respondre a diverses situacions. La participació en activitats comunitàries ofereix oportunitats d'integració social, augmenta la confiança en un mateix i la capacitat de gestionar els reptes. A més, les diferents activitats requereixen una participació activa i desenvolupar paciència davant diferents reptes i retards.
- **Activitats col·laboratives:** les activitats col·laboratives són un mitjà potent per desenvolupar l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. Durant la col·laboració, la necessitat de comprensió i comunicació mútues millora l'empatia, ja que els socis reconeixen i respecten les diferents necessitats i habilitats de cada individu. El desenvolupament de la paciència sorgeix de la necessitat d'afrontar diferents velocitats i enfocaments, mentre que la interacció constant i l'intercanvi d'idees contribueixen al desenvolupament de la confiança i les relacions constructives, promovent la paciència com a clau per assolir objectius comuns.
- **Activitats esportives en grup:** Les activitats esportives en grup són un camp idoni per desenvolupar l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. La participació en entorns esportius afavoreix la interacció, ajudant als esportistes a desenvolupar la sensibilitat cap als seus companys i a comprendre les necessitats de l'equip. La percepció de la cooperació i la necessitat de paciència són fonamentals per assolir objectius comuns. Durant els entrenaments i les competicions, els esportistes s'entrenen per afrontar els reptes amb paciència, desenvolupant la capacitat d'afrontar les dificultats amb perseverança i flexibilitat. A través d'una comunicació constant i la participació en esports d'equip, es potencia no només físicament, sinó també social i emocionalment.
- **Estratègies per al reconeixement i la gestió de les emocions:** les estratègies de reconeixement i gestió de les emocions estan demostrant ser extremadament efectives per desenvolupar l'empatia i la paciència en persones amb discapacitat intel·lectual. En reconèixer les seves emocions, les persones desenvolupen sensibilitat no només cap a les seves pròpies emocions, sinó també cap als sentiments dels altres. Gestionar les seves emocions els permet afrontar amb més eficàcia els reptes i l'espera, alhora que fomenta el desenvolupament de la paciència. Aprofitant aquestes estratègies, desenvolupen la capacitat de reconèixer diferents estats emocionals i gestionar eficaçment la incertesa o els problemes que sorgeixen, potenciant així l'empatia i la capacitat de reaccionar amb paciència.

En general, l'empatia i la paciència mútues es combinen per crear un enfocament comunicatiu constructiu i conrear una relació cooperativa de confiança que respecti la dignitat i la individualitat de cada individu.

Referències

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. 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

