



| | | |
|---|---------------------------|-------------------|
|  | Innovación | Código: F1-PE3 |
| | | Fecha: 01/05/2015 |
| | FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS | Rev.: 01 |

| Datos identificativos | |
|--|--|
| Título | “Taller de Psicobaile para el desarrollo de la inteligencia corporal-cinestésica y musical en adultos con discapacidad intelectual”. |
| Centro | UEDTO “RABANALES” |
| Persona responsable | Daniel Falla Fernández |
| Fecha de la Buena Práctica | 01-01-2015 hasta 31-12-15 |
| Resumen de la Buena Práctica | |
| <p>El taller de psicobaile pretendía ser un taller motivador, dinámico e innovador donde se trabajase el mantenimiento y mejora del bienestar emocional de los usuarios que presentaban un mayor déficit o fragilidad a través del baile y la música como canales inductores de aprendizaje. Para ello, se trabajó los siguientes componentes de la inteligencia emocional: autoconocimiento emocional, autocontrol emocional y empatía. Los resultados mostraron un beneficio personal en cada uno de los participantes, así como un aumento de la satisfacción y motivación. A nivel general, se produjo una mejora en la convivencia del centro. Los datos revelan que este tipo de intervenciones favorecen la comunicación expresiva disminuyendo problemas conductuales producidos por un déficit de ésta.</p> | |

Justificación

En la UEDTO Rabanales tiene como uno de sus objetivos fundamentales proporcionarles a los usuarios y usuarias un adecuado ajuste personal y social. Sin embargo, tras la evaluación de los resultados de la Escala INICO-FEAPS, la observación directa en contexto natural y el análisis de los partes de incidencias se detectó puntuaciones bajas en bienestar emocional en un grupo de usuarios/as. De manera que, se encontró usuarios/as con un alto nivel de timidez que se traducían en: aislamiento frente a los compañeros, falta de iniciativa y de confianza en actividades nuevas, etc. Otro grupo de usuarios/as mostraba altos niveles de impulsividad que le llevaba al rechazo por parte de sus compañeros y a realizar conductas disruptivas.

Por otra parte, nuestra experiencia y la literatura científica avalan las prácticas a través del baile y de la música como muy positivas para estos colectivos. Por ello, nos decidimos a desarrollar una nueva programación donde se trabajasen aspectos relacionados con las habilidades sociales a través de la música y el baile para conseguir una mejor calidad de vida.

| | | |
|---|---------------------------|-------------------|
|  | Innovación | Código: F1-PE3 |
| | | Fecha: 01/05/2015 |
| | FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS | Rev.: 01 |

Resultados esperados


. Se establecieron los siguientes objetivos, indicadores y resultados esperados.

| Objetivo | Indicador | Resultado esperado | Resultado alcanzado |
|--|---|--------------------|---------------------|
| Conseguir una alta satisfacción en la buena práctica | % de satisfacción superior a 3 en una escala de 1-4 en la buena práctica | 80% | |
| Aumentar o mantener las puntuaciones en la dimensión de bienestar emocional | % de usuarios/as que han aumentado o mantenido su bienestar emocional | 80% | |
| Aumentar o mantener las puntuaciones en la dimensión de relaciones interpersonales | % de usuarios/as que han aumentado o mantenido sus relaciones interpersonales | 80% | |

Enfoque

Existen numerosos estudios que han demostrado los beneficios de la música en las personas con discapacidad intelectual (Zuñiga, Rojas y Valverde, 2001), así como los de la danza (González y García, 2012). Además, existen trabajos que han indicado como los déficits en la comunicación es un precipitante de conductas disruptivas (Novell, Rueda, Carulla y Forgas, 2012). Por otra parte, nuestra experiencia y nuestros sistemas de observación nos han permitido detectar el interés por la música y el baile que presentan la mayoría de los usuarios.

De manera que, con el sustento de investigaciones anteriores y con la base de nuestra experiencia directa el objetivo propuesto fue la creación de un taller en el que se pudiera mejorar estos déficits, que fuera lo suficientemente atractivo y motivador y que permitiera la generalización de lo aprendido a la vida cotidiana. En definitiva, se busco crear un taller que se convirtiera en una herramienta de expresión y creatividad, de manera que las carencias detectadas no fueran un obstáculo limitante en la calidad de vida de nuestros usuarios.

| | | |
|---|---|-------------------|
|  | <p style="text-align: center;">Innovación</p> | Código: F1-PE3 |
| | | Fecha: 01/05/2015 |
| FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS | | Rev.: 01 |

Despliegue

El centro donde se desarrollo la buena práctica es UEDTO PROMI-Rabanales cuya finalidad es proporcionarles a adultos con discapacidad intelectual un ajuste personal y social, habilitarles laboralmente y normalizarle sus condiciones de vida

Planificación (Noviembre a Diciembre 2014)

En primer lugar, se establecieron reuniones entre el equipo técnico con la documentación científica seleccionada y con las evaluaciones realizadas. En esta reunión se acordó trabajar en este primer año la gestión de las emociones, específicamente se consideró que los componentes seleccionados según las necesidades pertinentes serian los siguientes, siguiendo a Goleman (1996):

- Autoconocimiento emocional (identificación y expresión de emociones básicas y morales como alegría, tristeza, enfado, miedo, asco, vergüenza, culpa, etc.) a través de diferentes estilos musicales. (Primer trimestre)
 - El autocontrol de las emociones a través de técnicas de relajación y bailes que exigen tener control y dominio del cuerpo como músicas orientales o la capoeira entre otras. (Segundo trimestre)
 - La empatía y el compañerismo a través de bailes de pareja como sevillanas, salsa o merengue. (Tercer trimestre).


En segundo lugar, se seleccionó a los grupos que iban a participar en el taller. De manera que, se mezclaron usuarios/as con poca confianza, timidez en las relaciones interpersonales y con poca iniciativa en las actividades y usuarios/as con problemas de conducta e impulsividad. Además, en todos los grupos existían usuarios y usuarias que no presentaban los problemas señalados, pero que estaban muy motivados en el taller de manera que serían figuras de referencia e inspiradoras para sus compañeros (aprendizaje vicario).

En tercer lugar, se realizaron la evaluación inicial a los usuarios/as seleccionados y se estableció el sistema de registro diario de las actividades desarrolladas.

Ejecución (Enero de 2015 a Octubre de 2015)

La BP se realizó durante el año con cuatro grupos de entre 6 y 8 usuarios. Cada grupo disponía de 2 sesiones a la semana de una hora de duración en cada sesión. La metodología seguida fue la siguiente:

- Calentamiento
- Enseñanza y adquisición de los conceptos

| | | |
|---|---|-------------------|
|  | <p style="text-align: center;">Innovación</p> | Código: F1-PE3 |
| | | Fecha: 01/05/2015 |
| | FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS | Rev.: 01 |

- Ejercicios de baile con los conceptos enseñados
- Generalización y conclusiones

Evaluación (Octubre de 2015)

La evaluación se produjo a lo largo del todo el proyecto, si bien cabe destacar los siguientes periodos:

El análisis de la realidad o diagnóstico tuvo lugar en noviembre de 2014.

Evaluaciones intermedias una vez finalizado cada sesión (de enero 2015 a octubre de 2015)


La evaluación final y propuestas de mejora (octubre de 2015).

Resultados alcanzados

Los resultados hallados una vez finalizado el taller muestran que la mayoría de los participantes aumentaron o mantuvieron su puntuación en bienestar emocional con respecto al año anterior según en la Escala INICO-FEAPS, que además la mayoría de ellos también aumentaron o mantuvieron su puntuación en las dimensiones: destrezas personales, inclusión social y relaciones interpersonales, siendo esta última dimensión uno de nuestros indicadores de rendimiento. A nivel grupal, hubo una disminución de conductas disruptivas y se observaron menos casos de aislamiento. Otros beneficios observables fueron: a nivel psicológico, una mejor canalización de tensiones, emociones y sentimientos, un aumento de la autoestima, de la seguridad, confianza, y responsabilidad, además de una mejora general de la autoimagen; a nivel fisiológico, supuso una mejora en la coordinación muscular, el control de movimientos, el sentido estético, etc.; y a nivel social, incremento de la integración y de la responsabilidad grupal, lo cual facilitó el clima de convivencia general.

En la encuesta de satisfacción de la buena práctica, los usuarios del centro tuvieron unos porcentajes de satisfacción superiores al 90% en cada uno de los ítems evaluados: aprovechamiento, originalidad, satisfacción y desarrollo general.

| Objetivo | Indicador | Resultado esperado | Resultado alcanzado |
|---|--|--------------------|---------------------|
| Conseguir una alta satisfacción en la buena práctica | % de satisfacción superior a 3 en una escala de 1-4 en la buena práctica | 80% | 90,91% |
| Aumentar o mantener las puntuaciones en la dimensión de bienestar emocional | % de usuarios/as que han aumentado o mantenido su bienestar emocional | 80% | 92,59% |

| | | |
|---|---|-------------------|
|  | <p style="text-align: center;">Innovación</p> | Código: F1-PE3 |
| | | Fecha: 01/05/2015 |
| FICHA DE BUENAS PRÁCTICAS | | Rev.: 01 |

| | | | |
|--|---|-----|--------|
| Aumentar o mantener las puntuaciones en la dimensión de relaciones interpersonales | % de usuarios/as que han aumentado o mantenido sus relaciones interpersonales | 80% | 92,59% |
|--|---|-----|--------|

Revisión y mejora continua

Los sistemas de medida seleccionados fueron la Escala INICO-FEAPS, que mide la calidad de vida de los usuarios que fue administrada al inicio y final del taller. Los partes de incidencias de todo el año y la observación directa en contexto natural. Esta última, fue apoyada a través de un registro de observación que disponían los monitores que impartían el taller con una casilla donde se podía registrar cualquier tipo de incidencia, aprendizaje o conducta destacada durante la sesión.

Para medir la satisfacción del usuario con respecto a la buena práctica se utilizó la encuesta de satisfacción de buenas prácticas. Esta encuesta mide: aprovechamiento, originalidad, satisfacción y desarrollo general de la buena práctica. Además, contiene dos preguntas abiertas: una para explicar o aclarar, si lo desea, el porqué de sus puntuaciones y la segunda para realizar sugerencias de mejora.

Mejoras identificadas:

Mejorar los sistemas de evaluación para darle una mayor solidez y objetividad a los resultados hallados. Una propuesta sería elaborar un registro de observación utilizando los indicadores de calidad propuesto por Schalock (2013).

Realizar evaluaciones intermedias una vez finalizado los trimestres, puesto que nos podrían indicar el impacto que tiene el trabajo de cada componente emocional por separado en el bienestar emocional y en las otras dimensiones de la calidad de vida, y de esta forma poder desarrollar programas más específicos.

Utilizar nuevos métodos para poder generalizar los resultados en la vida cotidiana. Por ejemplo: aumentar los recursos materiales que permita una mejor visualización al usuario/a en las prácticas de generalización o adjuntar pautas de actuación, de cómo abordar las reacciones emocionales de los usuarios, para las personas que están en contacto con ellos y que de esta forma se siga la misma línea de trabajo que en el taller cuando tenga algún tipo de reacción emocional fuera del mismo.

Finalmente, este tipo de buenas prácticas podrían estar acompañados de investigaciones que permitieran dar validez y divulgación científica a estos resultados.