



## Trabajo Fin de Grado

Práctica de habilidades sociales en ocio de las  
personas con diversidad funcional

Social skills practicing in leisure of functional diversity

Autor/es

María Pilar Aladrén Sangrós

Director/es

Montserrat Artal Rodríguez

# ÍNDICE

---

RESUMEN Y PALABRAS CLAVE .....	3
INTRODUCCIÓN .....	4
DISCAPACIDAD INTELECTUAL .....	5
OCIO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL.....	6
OCIO Y TRABAJO SOCIAL.....	8
HABILIDADES SOCIALES .....	11
MARCO LEGISLATIVO.....	13
METODOLOGÍA.....	15
Contextualización de la investigación.....	15
Talleres y actividades del centro de tiempo libre Kambalache .....	16
Proceso metodológico.....	19
ANÁLISIS DE DATOS .....	21
CONCLUSIONES.....	28
BIBLIOGRAFÍA .....	31
ANEXOS.....	33
Entrevista trabajadora social:.....	33
Entrevista a la coordinadora del centro: .....	34
Entrevista Usuarios:.....	35

# RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

---

## RESUMEN:

Este trabajo de fin de grado de investigación se ha realizado en el centro de ocio de tiempo libre de Kairós. Se ha seguido la metodología cualitativa basándose en la experiencia obtenida a partir de la observación participante así como en el voluntariado realizado en esta entidad. Para ello, se ha hecho una revisión bibliográfica de los conceptos más importantes y se han entrevistado a usuarios de distintas características y a dos profesionales del centro. Con esta investigación se ha pretendido conocer si los usuarios aumentan las habilidades sociales cuando participan en actividades de ocio y tiempo libre, también durante la realización de las entrevistas se ha podido analizar el incremento de la autonomía y de sus relaciones sociales. Además se ha comprobado la labor del trabajador social conforme al ocio así como sus aportaciones.

## PALABRAS CLAVE:

Habilidades sociales, autonomía, relaciones sociales, ocio, discapacidad intelectual

## ABSTRACT:

Having been carried out at the leisure center known as Kairós, this end-of-degree research project based on the voluntary work done in the organization, has followed a qualitative research methodology with the aim of trying to know if the users increase their social skills while participating in leisure and free time activities. Not only has a bibliographic review of the most important concepts been made, also different profiles of users has been interviewed by two professionals of the center. As well as investigating in the main goal of the project, during the conduct of the interviews it has been possible to analyze the increase of autonomy and social relationships. In addition, the work of the social worker has been verified showing their remarkable contributions in leisure.

## KEY WORDS:

Social skills, autonomy, social relationships, free time, intellectual disability

# INTRODUCCIÓN

---

El ocio y tiempo libre forma parte de una de las esferas imprescindibles de nuestra vida, nos permite desarrollarnos como personas. El ocio aporta multitud de beneficios físicos y psicosociales en nosotros, porque hace que aumente nuestra autoestima, nuestras capacidades, el bienestar físico, valores, conocimientos y también nuestras habilidades sociales.

Este trabajo de fin de grado de investigación pretende conocer el aumento de las habilidades sociales a través del ocio en personas con diversidad funcional intelectual. Se ha centrado en este colectivo, puesto que el ocio en estas personas se ha visto relegado tan solo a la familia y se quiere comprobar como un espacio con profesionales puede incrementar las habilidades sociales. Asimismo las habilidades sociales son parte fundamental de las relaciones sociales, nos permiten tener herramientas para resolver situaciones complejas como son los conflictos con uno mismo y con los demás. El ocio, además permite ampliar estas relaciones puesto que en entra a formar parte de un grupo de iguales, lo que permite poner en práctica las habilidades sociales. Este colectivo tiene dificultades para establecer relaciones sociales puesto que hay una falta de entendimiento, por ello las habilidades sociales son vitales para que estas dificultades se reduzcan lo máximo posible.

Este trabajo se ha centrado en la entidad de Kairós, concretamente en su centro de ocio y tiempo libre llamado Kambalache. La motivación por la cual se ha elegido el tema así como el centro es porque en este lugar llevo realizando voluntariado desde hace cuatro años, lo cual ha sido una experiencia vital y profesional muy importante. Además realicé el prácticum de intervención de Trabajo Social en esta misma entidad, lo que me permitió ver la labor del trabajo social en este ámbito. La realización de estas prácticas, me llevó a comprobar la labor tan importante que se realiza desde nuestro trabajo en el ocio.

# DISCAPACIDAD INTELECTUAL

---

El objeto de nuestro estudio es la discapacidad intelectual pero antes de centrarnos en ese concepto, vamos a definir que es la discapacidad como concepto global.

“Discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales” (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Para la Organización Mundial de la Salud la discapacidad se contempla desde un punto ecológico debido a que los factores ambientales influyen en el individuo. Esto es así porque la discapacidad es el resultado de la interacción de la persona con discapacidad con su ambiente más cercano, que casi siempre será la familia como punto de referencia.

Hay diferentes tipos de discapacidades, en primer lugar, encontramos la discapacidad física, que engloba las dificultades para caminar, manipulación de objetos y coordinación. La discapacidad intelectual, que será objeto de este estudio, en este subgrupo se encuentran las personas que tienen dificultades para aprender y comportarse y en las actividades de la vida diaria, así como entre las relaciones humanas. La discapacidad sensorial que se caracteriza por las limitaciones que permiten percibir el medio. También existe la discapacidad psíquica, la cual se caracteriza por alteraciones conductuales. Discapacidad visceral que la padecen aquellas personas tienen deficiencia en alguno de sus órganos y por último la discapacidad múltiple, que es la que combina distintos tipos de discapacidad.

En cuanto a la discapacidad intelectual que es parte central de nuestro objeto de estudio, hay que destacar que Plena Inclusión (2019) estima que el 1% de la población española padece discapacidad. Asimismo, del total de la población con discapacidad, un 9% de la población tiene discapacidad intelectual, siendo más numerosos los hombres que las mujeres.

Por otro lado, es importante que se distinga este concepto de enfermedad mental, debido a que no son lo mismo, aunque lo cierto es que puede ir relacionado. La enfermedad mental son trastornos que se producen por un deterioro de unas funciones concretas.

# OCIO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

---

El ocio se diferencia del tiempo libre en que este segundo, es aquel que no utilizamos para trabajar o cubrir las necesidades básicas. Sin embargo, el ocio se basa en la utilización del tiempo libre de forma creativa y agradable para el desarrollo personal, este tiempo lo usamos para la inclusión en la sociedad. La participación en la sociedad es esencial para nosotros como seres humanos sociales que somos, el tiempo libre aporta calidad de vida. Este bienestar que nos aporta el ocio y tiempo libre, es igual de importante para las personas con discapacidad intelectual. Éstas son más dependientes de sus familias, por lo que necesitan activar la parte social en relación al ocio y tiempo libre para tener más calidad de vida. Asimismo, podemos definir calidad de vida como “el grado en el que una sociedad posibilita la satisfacción de las necesidades (materiales y no materiales) de los miembros que la componen”. (Setién Santamaría, 2000: 36-44).

La calidad de vida no depende únicamente de las propias personas, sino que tiene que ver con la sociedad. Con esta misma idea, nace Kairós, (entidad desde la que se planea la investigación), pretende cubrir las necesidades de las personas adultas con discapacidad intelectual en relación al ocio y tiempo libre; debido que hasta este momento no existían centros destinados para estas personas. El origen del centro de tiempo libre de Kairós tiene relación con la idea de que la calidad de vida no solo es cubrir las necesidades más básicas, sino que tiene que ver con la idea de justicia social y derechos humanos. Las personas con discapacidad intelectual tienen derecho a disfrutar de su ocio y tiempo libre con actividades adaptadas para ellos. Las personas con discapacidad han ido aumentando poco a poco a lo largo de la historia sus derechos, aunque no todavía han podido conquistar todos aquellos que les pertenecen.

El ocio lo podemos definir como:

“la vivencia subjetiva caracterizada fundamentalmente por la libertad percibida, y por tanto por la voluntariedad; por la motivación o refuerzo intrínseco y por tanto por ser de carácter final y no instrumental y por el disfrute o satisfacción que comporta”, (Goberña, González y Lázaro 1997:23).

El ocio por tanto tendrá que ver con las actividades que se hagan de forma libre y voluntaria y además, que con aquellas actividades que cuando se realicen se disfruten. El ocio se caracteriza por ser ambivalente y multiforme, esto es que en el primero caso el ocio nace de la parte más creativa y en el segundo que el ocio es para todas las personas y estratos de edad.

Hay que destacar que el ocio no se da como una actividad libre sino como una actividad necesaria para la vida, debido a que el ocio nos aporta no solo diversión sino también habilidades sociales para enfrentarnos a la vida diaria.

El ocio tiene un sentido educativo como explica Ibáñez y Mudarra (2004: 522-523), se puede considerar como una educación continua en la vida, porque se construyen actividades de ocio que promueven el desarrollo personal. El ocio implica integraciones verticales que son las experiencias de aprendizaje a lo largo de toda la vida y horizontales que son experiencias educativas vitales. Por tanto, el ocio no es un aprendizaje causal. Tener mayor ocio promueve el desarrollo, así como el mayor bienestar.

Según Araújo y Badía, (2009: 82-83), las personas con discapacidad encuentran diversos problemas a la hora de poder realizar actividades de ocio, porque a menudo les faltan habilidades sociales con las que poder relacionarse de una forma más adecuada. Esto les lleva a una situación de aislamiento donde no quieren relacionarse con los demás por miedo a las reacciones de los otros. Otras dificultades que se encuentran es la propia familia, en ocasiones los familiares prefieren que realicen un ocio normalizado con

personas sin discapacidad lo que provoca que estas personas no se sientan integrados. Se encuentran con dificultades arquitectónicas, hoy en día no tenemos una sociedad preparada que permita el libre movimiento. Asimismo, encontramos dificultades sociales, puesto que en primer lugar, no existen tantos centros y actividades dedicados a la discapacidad y en segundo lugar, encontramos situaciones de discriminación. Existen también otras dificultades para las personas con discapacidad intelectual en las actividades de ocio, éstas se relacionan con habilidades funcionales de la propia persona, los valores de la familia, las relaciones de apoyo a la persona, además de los ingresos de las personas con discapacidad. Esto es algo muy importante y a menudo olvidado puesto que las personas con discapacidad intelectual les es muy difícil participar en el ámbito laboral, y las actividades ociosas suelen tener precio. Por lo tanto, es complejo que las personas con discapacidad puedan realizar actividades de ocio, pero en concreto tiene más dificultad para aquellos que tienen discapacidad intelectual. Porque las actividades dirigidas en concreto a estas personas tienen que ser actividades que sean de su interés, hablamos de personas adultas y por tanto no tienen el mismo interés que los niños, además de que tienen que ser un lenguaje adaptado, que puedan comprender. Del mismo modo, la discapacidad intelectual es un tipo de discapacidad que ha generado discriminación y que de forma errónea se les ha etiquetado como personas enfermas.

Las actividades que se van a realizar en el ocio pueden ser de dos tipos actividades formales e informales. Las formales son aquellas que tienen una estructura y están regaladas, son dirigidas normalmente por una persona. Sin embargo, las actividades informales son aquellas que no tienen ningún tipo de planificación y que en ocasiones son generadas por la propia persona. Se puede decir que las actividades formales suelen ser las que más gustan a las personas con discapacidad intelectual. En este tipo de actividades formales ofrecen más ventajas que las otras como pueden ser la iniciativa, la motivación, desarrollo de competencias y de habilidades sociales.

El ocio aporta multitud de beneficios, Otero (2009: 16-17), los clasifica de la siguiente forma, beneficios físicos y fisiológicos. Estos están relacionados con los beneficios que nos aporta a nuestra salud.

En cuanto a las personas con discapacidad intelectual, estos beneficios son muy notables, aunque este estudio se va a basar en los beneficios sociales, en como el ocio y tiempo libre incrementa las relaciones sociales de las personas con discapacidad intelectual. Aunque de la misma forma, podremos comprobar también los beneficios globales, basados en la autonomía. Es importante señalar, que el ocio nos permite ser nosotros mismos, desarrollar nuestra personalidad, este factor es muy complejo para las personas con discapacidad intelectual ya que a menudo son etiquetadas y por tanto no siempre se expresan tal y como son.

# OCIO Y TRABAJO SOCIAL

---

Las personas con discapacidad intelectual deben de poder gozar del derecho a participar libremente en actividades de ocio de la misma forma que lo pueden hacer el resto de las personas. Es decir, tienen el derecho de poder vivir en comunidad con el resto. Desde nuestra labor como profesionales debemos de reclamar esta igualdad de participación en actividades. Muyor (2009: 11 - 16) explica que el trabajo social debe de reclamar la igualdad de las personas con discapacidad incluyéndolos en la sociedad desde un modelo integrador pero asumiendo las diferencias de los seres humanos. Para que este hecho se convierta en realidad, los profesionales del trabajo social proponen utilizar un novedoso modelo el llamado modelo de la diversidad funcional.

Este modelo tiene como principal objetivo dar respuesta a las discriminaciones que sufren las personas con discapacidad. Nace para romper los estereotipos de que una persona con discapacidad vive en sufrimiento, por ello propone que el marco bioético no sea una amenaza sino la herramienta para lograr la igualdad. Es importante destacar que el modelo de la diversidad funcional propone que las personas con discapacidad sean integradas en la sociedad de forma que sus diferencias sean entendidas de forma positiva. Tiene como principios básicos la dignidad humana y la diversidad, a pesar de las diferentes capacidades de cada uno, todas las personas tenemos el mismo valor moral por lo que debemos de disfrutar de los mismos derechos humanos. Es importante destacar que el autor hace hincapié en que no solo pueden ser conceptos teóricos sino que deben de llevarse a cabo en la praxis. Desde nuestro ámbito tenemos que hacer efectivos estos derechos.

Este mismo modelo ha pretendido crear un nuevo concepto que contemple más de cerca la realidad de las personas que poseen discapacidad, por ello acuñó el término de diversidad funcional. Haciendo así referencia a uno de sus principios básicos, la diversidad. No pretende el modelo decir que todos los seres humanos tenemos las mismas virtudes y capacidades, sino que todos somos personas y que por ello tenemos los mismos derechos y distintas capacidades que nos hacen distinguirnos entre nosotros. Podemos decir que el modelo pone el énfasis en la diferencia.

Este modelo de la diversidad funcional tiene conexión directa con el modelo social utilizado en el ámbito del trabajo social. Siguiendo con el mismo autor, explica que el modelo social tiene como base los puntos positivos y las distintas capacidades de la persona, al igual que el modelo de la diversidad funcional. Este paradigma pone el énfasis en los cambios de la persona, en la comunicación, en las relaciones sociales y en las potencialidades de la persona. El profesional del trabajo social tiene el deber de realizar una intervención social apoyándose en los puntos positivos e intentar realizar cambios en el individuo. Esta práctica debe ser integral, aprovechando los máximos recursos para el bienestar de la persona.

Las intervenciones que se pueden desarrollar como trabajadores sociales en el ocio y tiempo libre, a priori pueden ser contradictorias, puesto que el ocio se caracteriza por la libertad de la persona y la intervención se caracteriza por la planificación. Es importante que desde el trabajo social tengamos la visión de que el ocio no es el fin en sí mismo, sino que es el medio por el que conseguir calidad de vida a través del aumento de habilidades sociales. Las intervenciones deben basarse en utilizar el ocio como forma habilitante, es decir que a través del ocio las personas que lo deseen puedan aumentar sus conocimientos y habilidades.

El ocio es una herramienta que desde el trabajo social se puede utilizar para realizar terapia en diferentes áreas y tener distintas características: manipulativo (artes creativas), expresivo (teatro o música),

motriz (actividades deportivas) y formativo (formación). El ocio es una herramienta de distracción que permite superar situaciones complejas.

Desde el trabajo social se pueden ampliar a aquellas actividades que potencian la mejora de la calidad de vida además de utilizar el ocio de forma preventiva, ya que el ocio puede dar nuevas perspectivas y concienciar a través de actividades dinámicas y visibles acerca de los problemas de la sociedad.

El trabajo social pretende la mejora de la calidad de vida, éste se puede realizar a través de actividades de ocio. Desde el trabajo social cobra especial relevancia y en concreto desde el modelo sistémico ecológico la calidad de vida. El modelo sistémico es importante estudiar las interrelaciones de todas las estructuras, cobrando especial énfasis la estructura familiar. Tiene como principal característica que se estudia y observa las conductas cuando aparecen y qué funciones tienen en la estructura familiar. Es un sistema abierto porque se basa en los principios de totalidad, interrelación de las partes y realimentación. Otra de las propiedades de este modelo es la equifinalidad, es decir, las transformaciones son producidas por la situación inicial y por su naturaleza. En el modelo sistémico hay que tener en cuenta que a la familia hay que observarla como un todo. De la misma forma realizaremos la observación en una única vez ya que tendremos en cuenta que la familia es un todo relacional. En referencia a Andolfy la familia es

“un conjunto constituido por varias unidades vinculadas entre sí por medio de una estructura de relaciones formalizadas. La familia tiene historia propia [...]. El cambio de estado de una unidad del sistema va seguido por el cambio de las demás unidades [...]. Por tanto, una familia es una totalidad no la suma de las partes,” (Palomar, M. y Suárez, E. 1993:173).

La comunicación es esencial para el modelo sistémico puesto que actúa como organizadora, reparte las funciones, se establecen las normas y valores, se dividen los roles... En la familia no existen miembros perturbados sino relaciones perturbadas.

Para analizar a la familia tendremos en cuenta dos ejes, uno será el eje de tensiones horizontal donde ocurren las características propias del ciclo vital. El otro será el eje de tensiones vertical se encuentra las ideas, los valores, las creencias... es lo que nos permite interpretar un hecho para después reaccionar. Cada familia se enfrenta a los dos tipos de tensiones.

La entrevista es la herramienta más importante de este modelo. Mediante esta se recoge información de toda la familia así como de sus relaciones. Esta entrevista no solo es utilizada para realizar el diagnóstico sino también en ella se realiza la intervención. Es fundamental que se establezcan relaciones de confianza con el trabajador social para que sea más fructífera la intervención. La primera entrevista en el modelo sistémico es crucial para poder obtener la máxima información posible no solo del problema que ellos consideran sino también para conocer la verdadera estructura familiar a través de las relaciones interpersonales, (Palomar y Suárez, 1993: 169-180).

En el caso de la trabajadora social de Kairós su papel al centro de ocio se limita a las primeras entrevistas e intervenciones familiares. De modo que en el caso de que un usuario nuevo quiera pertenecer a este recurso, en primer lugar tiene una entrevista con la coordinadora del Centro de Kambalache donde se le explica el funcionamiento de los talleres, así como cuestiones formales como las normas. Una vez terminada esta entrevista, la trabajadora social realiza su primera entrevista donde entra en cuestiones más interpersonales. En primer lugar pregunta a la familia algunos datos, que luego sirven para llenar la ficha social y después se le invita a la familia que exponga el motivo de estar en el centro. La trabajadora social tiene un papel relevante ya que se trabaja de forma multidisciplinar. Durante la exposición del problema se invita a toda la familia a que expresen su punto de vista y cuál es el problema para ellos. La mayoría de las

intervenciones que tiene que realizar tienen que ver con un servicio de información y orientación. Puesto que muchos de los usuarios que acuden al centro acaban de cumplir los 21 años, han acabado la estada escolar en colegios especiales pero los padres ya no saben que opciones tienen para sus hijos. Estos padres suelen comenzar por el ocio y tiempo libre puesto que ven que pasan mucho tiempo en casa sin realizar ninguna actividad o que al perder la rutina diaria del colegio han perdido sus relaciones y pretenden que sus familiares extiendan sus redes sociales. Otros familiares ven la oportunidad del ocio y tiempo libre como una forma de que la persona aumente sus habilidades sociales y autonomía incrementando así su desarrollo personal. Esto le permitiría que puedan satisfacer sus necesidades de forma más independiente. Muchos familiares plantean en esta entrevista el deseo de que sus hijos e hijas aumenten ciertas habilidades sociales y autonomía para poder llevar a cabo una vida lo más normalizada posible puesto que exponen su preocupación acerca del futuro cuando los familiares ya no estén.

# HABILIDADES SOCIALES

---

Diferentes autores han explicado la complejidad de definir el concepto de habilidades sociales porque en él influyen la persona y el contexto donde se den. Sin embargo se pudo llegar a un acuerdo para definir habilidades sociales según Vicente Caballo (1993:7), el término habilidades hace referencia a “conjunto de las capacidades de actuación aprendidas”, mientras que los modelos de la personalidad predisponen que actuamos de forma correcta.

Hay que destacar que diferentes situaciones requieren diferentes respuestas. Las habilidades sociales son, según el mismo autor, pero en referencia a Alberti (1977):

- una característica de la conducta no de las personas
- es una característica específica de la persona y la situación
- hay que tener en cuenta el contexto cultural
- es una característica de la conducta socialmente eficaz

Para Gutiérrez (2002:21) una persona que no tiene las habilidades sociales entrenadas puede responder a diferentes situaciones de dos formas. La primera evitando las situaciones para no exponerse y la segunda imponiendo su voluntad sobre la de los demás. Con el entrenamiento de las habilidades debemos de conseguir que el individuo responda con asertividad, es decir expresar tus opiniones sin imponerlas a los demás.

Las habilidades sociales son importantes para toda la población, pero en concreto para la población de nuestro estudio, personas con discapacidad intelectual tienen más relevancia. Favorecen la integración y desinstitucionalización exitosa, tener desarrolladas las habilidades sociales permite relacionarnos más con los demás. El incremento de las habilidades sociales se realiza a través del entrenamiento de ellas. Además, evitan problemas de comportamientos, las personas con discapacidad intelectual pueden mostrar conductas no aprobadas socialmente son el resultado de carecer de habilidades sociales. Aumentar las habilidades sociales en estas personas permitirá desarrollar una conducta alternativa. Prevenir la aparición de problemas psicológicos, los individuos que tienen discapacidad intelectual a menudo es posible que también se les diagnostique desajustes psicológicos. Quienes tienen discapacidad intelectual padecen la estigmatización social, por lo que en muchos casos desarrollan sentimientos negativos de sí mismos, así como soledad. La aceptación social a través del entrenamiento de las habilidades sociales favorece la estabilidad de la persona. Por último, prevenir el abuso sexual, las personas con discapacidad intelectual son un colectivo vulnerable para ser objeto de explotación. Debido a que tienen problemas para resistirse ante las presiones de otros, manifestar su voluntad ante algunas demandas, además de que tiene dificultad para comprender algunos menajes, intenciones, necesidad de sentirse querido.... Entrenar las habilidades sociales les puede permitir rechazar este tipo de demandas o contar el que les ha ocurrido.

Las habilidades sociales que son objeto de este estudio han sido seleccionadas conforme aquellas que más se pretender habituar a los usuarios en la entidad de Kairós y son las siguientes:

- capacidad de escucha: habilidad para escuchar no solo lo que expresa la otra persona, sino también los sentimientos, emociones o pensamientos.
- Inteligencia emocional: es la capacidad para gestionar y comprender nuestras emociones.

- Asertividad: consiste en expresar tus opiniones y reconocer tus derechos, sin imponerlas a los demás. Se trata de utilizar la agresividad o la pasividad.
- Empatía: capacidad para ponerse en el lugar del otro.
- Capacidad de comunicar las emociones: consiste en identificar y expresar las propias emociones.
- Capacidad para definir un problema: capacidad para determinar y delimitar el problema o conflicto para buscar una solución.
- Negociación: se basa en llegar a acuerdos donde las dos partes se sientan satisfechas.
- Expresar de forma adecuada lo sentimientos: estriba es conocer, concretar y manifestar los sentimientos.
- Pedir disculpas: reconocimiento de que se ha hecho algo mal aunque fuera de forma involuntaria, asumiendo el daño que se ha podido causar.
- Reconocer los derechos de los demás: entender y comprender que todas las personas tenemos los mismos derechos.

## MARCO LEGISLATIVO

---

Este estudio nos acerca a la creencia de partida de que la participación de las personas con diversidad funcional intelectual en actividades de ocio incrementa sus habilidades sociales. Por tanto, es importante concretar que las actividades deben de ser adaptadas a las capacidades de esta persona, sin olvidar que además de discapacidad intelectual, estas personas pueden presentar algún grado de dependencia.

Como explica Lázaro (2007:18-19) el derecho al ocio relacionado con el desarrollo colectivo y social surge a finales del siglo XX. Sin embargo, las personas con discapacidad no podían disfrutar de este derecho debido a la multitud de barreras que se encontraban. Este colectivo reclamaba la normalización del ocio a través de cuatro propuestas. La primera el disfrute del ocio normalizado a diario, ocio más extenso durante el fin de semana, un ritmo que contemplen las vacaciones, celebraciones festivas y otras prácticas habituales en la ciudadanía como el turismo y por último, normalización del ciclo vital de modo que el ocio se corresponda con la edad, los gustos e intereses de las personas que van a practicar el ocio.

Durante este mismo estudio se ha planteado que el ocio aumenta la salud física y emocional de las personas, así como se incrementan competencias en habilidades sociales, relaciones con los demás y la autonomía. Por tanto, el acceso al ocio debería ser un derecho para todas las personas.

La Declaración de los Derechos Humanos de 1948 manifiesta que todas las personas tienen derecho a ocio, así se interpreta en su artículo 24 cuando dice: "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas" De la misma forma en el artículo 27.1 aclara que "Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten".

La Convención de la ONU del año de 2006 sobre los derechos de las Personas con discapacidad supuso un cambio radical ya que esta Convención se logró un acuerdo entre los países para promover, fomentar y proteger los derechos de las personas con discapacidad. Este acuerdo no era un aumento es los derechos concretos de estas personas, sino que los derechos y libertades que ya se tenían ganados se hacían extensibles para todas las personas con discapacidad. Es decir, el objetivo de esta convención es disminuir la desventaja social de las personas con discapacidad intelectual.

En esta misma Convención y en referencia al Ocio y Tiempo Libre en el artículo 30 se establece el derecho de las personas con discapacidad a la participación en la sociedad. El objetivo es asegurar el acceso y proteger la igualdad de oportunidades y condiciones que el resto de las personas, así como el acceso al entorno físico, transporte, información, comunicaciones y ocio y tiempo libre.

Del mismo modo, la ley LISMI, Ley de Integración Social de los Minusválidos también protege en su artículo 52.2 las actividades deportivas, de ocio y tiempo libre. Esta ley protege el acceso a este tipo de actividades, explicando que las actividades se tienen que realizar en las instalaciones que sean accesibles o en los casos que se requiera se establecerán servicios y actividades específicas para casos de discapacidad grave.

Siguiendo con Lázaro (2007:63-64) considera el derecho al ocio es vital. La Asociación Internacional, Worl Leisure & Recreation Association elaboró la llamada Carta sobre la Educación donde considera que el ocio forma parte del ser humano, la cual incrementa una buena salud y el bienestar. El ocio es importante

para el desarrollo personal, social y económico como aspecto importante del aumento de la calidad de vida. A su vez esta asociación define el derecho como un derecho humano básico como la educación, salud o trabajo. Como derecho fundamental señala que nadie debería quedar exento por el motivo que sea a poder acceder y disfrutar del ocio. Esta Carta se elabora conforme a lo aprobado en 1998 en la Declaración de São Paulo. El ocio en la Sociedad Globalizada: Inclusión o Exclusión, es en esta declaración donde se señaló que el ocio es un ámbito del ser humano y que por tanto debe de ejercerlo en libertad y que por ello, todos los Gobiernos deben de preservarlo, así como promoverlo y asegurarla, además crear políticas y normas que defiendan el ocio para todos.

En Aragón la normativa más importante es la Ley 1/1993 de Medidas Básicas de Inserción y normalización social. Esta ley promueve y fomenta medidas para reconocer que el individuo necesita su lugar en la sociedad. Asimismo, la Ley 3/ 1997 de promoción de Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, Urbanísticas, de Transportes y de la Comunicación, en esta norma se recoge aspectos relacionados con la accesibilidad y el ocio. Destaca la especial importancia que tiene el ocio es el derecho de disfrute, así como el interés de acabar con las barreras arquitectónicas para el disfrute del ocio. Por último, tiene gran importancia el deporte para personas con discapacidad y se promueven medidas para la no discriminación.

# METODOLOGÍA

---

Esta investigación se ha centrado en conocer como el ocio y tiempo libre ayuda a aumentar las habilidades sociales en personas con diversidad funcional intelectual, concretamente la muestra elegida han sido usuarios habituales del centro de tiempo libre Kambalache enclavado en la entidad Kairós.

El objetivo general de esta investigación es, comprobar si con la participación de las personas con discapacidad en ocio y tiempo libre mejoran las Habilidades Sociales.

- Asimismo también se han planteado objetivos específicos que son:
- indagar cuales son las habilidades sociales que aumentan con la participación en las actividades de ocio
- averiguar cómo puede mejorar la vida diaria de las personas el ocio y como las habilidades sociales les ayuda para afrontar su vida diaria.
- Investigar la importancia de la práctica de ocio les ayuda a la proyección personal y social
- Establecer las aportaciones del trabajo social al ocio

Esta investigación se ha planteado desde el método cualitativo, se ha decidido escoger este método debido a que las técnicas empleadas son las más acertadas para este trabajo. Todas estas herramientas se han basado en el diálogo (entrevistas y observación participante). La investigación cualitativa se basa en el conocimiento de la realidad, accediendo a ella a través del discurso (Báez y Pérez de Tudela, Juena 2007:37).

Para ello se han realizado 10 entrevistas semiestructuradas a participantes habituales del centro, que realizan distintas actividades y talleres de ocio. Asimismo para conocer el punto de vista de los profesionales se han hecho dos entrevistas semiestructuradas a la coordinadora del centro de ocio y tiempo libre y a la trabajadora social del área de discapacidad de esta entidad. También se realizó observación participante en cada uno de los talleres y actividades que se realiza en el centro.

## Contextualización de la investigación

Esta investigación se contextualiza en la entidad de Kairós concretamente en su centro de ocio y tiempo libre. En realidad podemos decir que este trabajo comienza hace cuatro años cuando inició un voluntariado en este centro en uno de los talleres, en actividades de fines de semana y en programas vacaciones. Además, he podido comprobar de cerca en la realización de mis prácticas externas (realizadas en esta misma entidad), donde pude ver el desarrollo del trabajo social en cuanto al ocio y tiempo libre, entendiéndolo como un ámbito más de vida que aporta calidad de vida.

Kairós es una Sociedad Cooperativa de Iniciativa Social que nace en 2001 por la necesidad de dar respuesta a los problemas personales y sociales de personas con un alto de vulnerabilidad, pudiendo así aumentar la calidad de vida y la autonomía.

Kairós está protegida por la Administración Pública, debido a que mantienen y promueven los principios y valores del tercer sector, que son democracia, participación y cooperación, que fomenta el desarrollo comunitario. Por tanto, podemos hablar de una empresa de economía social. Kairós desarrolla

proyectos para la inserción social y educación centrándose en el individuo como objeto de sus intervenciones, buscando dar respuesta a sus necesidades. Trabaja con diferentes ámbitos como personas con discapacidad intelectual, personas con problemas de pago en la vivienda, infancia...

Para conseguir la reintegración de estos colectivos en la sociedad necesita de una atención global, interdisciplinar y de alta calidad. Estos objetivos se intentan conseguir a través de la promoción de los siguientes valores que son, sin carácter lucrativo, de iniciativa social, mejora de las condiciones de vida educación e inserción, calidad, empleo, igualdad de oportunidades, participación, innovación social, desarrollo sostenible y cooperación.

En este caso nos centraremos en el área de discapacidad, en Kambalache. Este centro nace para dar respuesta a las necesidades de la sociedad, debido a la carencia de centros de ocio y tiempo libres destinados a las personas adultas con discapacidad intelectual. En el centro se realizan talleres y actividades donde se trabaja la creatividad y la autonomía, sin perder de vista su fin que es el disfrute del ocio y tiempo libre.

## Talleres y actividades del centro de tiempo libre Kambalache

El centro de Tiempo Kambalache perteneciente a la entidad Kairós Sociedad Cooperativa de Iniciativa Social, se sitúa en el barrio de San José en la calle Pintor Marín Bagües nº7, pasaje interior. En el centro trabajan varios profesionales, la coordinadora del centro, la responsable de las actividades de fines de semana, los responsables de cada taller que se realiza en el centro y la trabajadora social. Todos los talleres están realizados por el/la responsable y por voluntarios.

Las actividades y talleres que se realizan en el Centro de Tiempo Libre se caracterizan por la variedad. Kambalache tiene como pretensión que el centro tenga diversas actividades para que las personas usuarias puedan elegir en función de sus gustos. Este factor es de vital importancia para la entidad, puesto que uno de los problemas que se encuentran las personas con discapacidad intelectual es la poca variedad de actividades que tienen a su alcance. Las actividades y talleres se adaptan a las personas a las que van dirigidos, personas adultas con discapacidad intelectual, debido a que otro de los grandes problemas es la infantilización de las actividades para personas con discapacidad intelectual. Kambalache pretende que el ocio de estas personas no se caracterice por la infantilización puesto que lo provoca es que estas personas les deje de interesar el centro al comprobar que las actividades que se realicen no tienen relación con sus gustos, deseos e inquietudes. Otra línea del centro es que las actividades y talleres que se realicen sean lúdicas pero también tengan un gran peso educativo. Esta última línea tiene que ver con el entrenamiento de las habilidades sociales, puesto se cree desde el centro que el ocio puede ser una buena herramienta para entrenar y enseñar habilidades sociales, que tan necesarias son para vivir de una forma social y en comunidad con los demás. Por ello en cada taller, en cada actividad, excursión o programa vacacional tiene como objetivo el disfrute de cada usuario, así como proporcionar más herramientas para que se puedan desarrollar los usuarios en su proyecto personal de vida. Estas herramientas son las habilidades sociales.

Estas actividades se dividen en distintos bloques:

Zona lúdica: es el denominado punto de encuentro, es el espacio al que acuden los usuarios en los días que no tienen actividad. En este espacio pueden elegir la actividad que quieren realizar. El espacio está dotado de un billar, futbolín, diana, libros de lectura y juegos de mesa. Los usuarios eligen que hacer en el tiempo que están en centro. Pueden realizar actividades grupales con el resto de los compañeros y

voluntarios que estén en ese momento. No hay número fijo ni un horario establecido puesto que los usuarios acuden los días que ellos consideren por el tiempo que decidan.

Talleres de la semana: estos talleres se realizan de martes a jueves, en el mismo horario de 18:00 a 20:00 y con un descanso de media hora que se realiza a las 19:00. Estos talleres son guiados por responsables de taller con ayuda de voluntarios y personas que están de prácticas de diferentes cursos y grados. Los usuarios eligen el taller al que desean apuntarse, y deben de acudir cada semana a ese taller o talleres que ha decidido apuntarse. En este caso a diferencia del punto de encuentro las actividades tienen un precio. Se lleva un seguimiento más exhaustivo de los usuarios que asisten, puesto que después de cada taller los educadores que han estado presente se reúnen junto a la coordinadora para evaluar el taller. En esta reunión se completa la ficha de evaluación llamada FUTL (Ficha Unificada de Tiempo Libre) , donde se expone que personas han llegado tarde, si han faltado (justificado y sin justificar) además se explica lo que se ha hecho en el taller, además de que problemas han podido tener con la actividad, se resalta a los usuarios que han estado de forma muy positiva y también si ha ocurrido alguna incidencia y de qué forma se ha resuelto la incidencia. En el caso de que haya que tomar alguna medida con algún participante se decide en este momento y se comenta como está siendo el seguimiento de cada usuario. Además cada año cuando se inicia el curso y al finalizar se hace una reunión para plantear el curso y al finalizarla para evaluarlo de forma global, poniendo en común aquellos problemas que se han podido tener y buscar solución y poner en valor aquello que ha sido positivo para el taller. Este año como novedad se ha incorporado la evaluación trimestral, una herramienta que sirve para saber cómo está funcionando del taller, así como para programar las actividades se van a realizar.

Los talleres que se realizan son:

- Taller de cocina: donde se aprende el manejo de los elementos más elementales de la cocina, también se asimilan conceptos de comida saludable y se aprenden distintas recetas.
- Taller de bailes: se practican distintos tipos de baile, favoreciendo el deporte y el movimiento. Por ello no solo se utilizan las habilidades sociales sino se usan los principios básicos del movimiento.
- Taller de imagen y sonido: utilizan las nuevas tecnologías como forma de aprendizaje. Usando todas las herramientas disponibles como el bueno uso de ellas.
- Taller de artes varias y pintura al óleo: realización de distintas manualidades poniendo en práctica el valor del reciclaje utilizando distintas técnicas.
- Taller de teatro: uso del teatro como forma de expresión corporal, utilizando la mimica, la gesticulación y la expresión como forma de comunicación.

Actividades deportivas: estas actividades son dos, futbol y baloncesto.

- El futbol se realiza los entrenamientos todos los viernes, además de los partidos de liga y copa que se realizan con distintas entidades. El horario del entrenamiento es de 18:30 a 19:30 y se realiza en las pistas del centro municipal Alberto Maestro situado en el barrio de Las Fuentes.
- El baloncesto se realiza una vez al mes, en horario de 17:30 a 18:30 en el mismo lugar que el futbol ya que mucho de los usuarios que están apuntado al equipo de futbol también lo están en el equipo de baloncesto. Al igual que los talleres de la semana, también tiene un gran peso

educativo que quizás cobra más importancia por ser una competición. También cuando se termina cada actividad deportiva se realiza la misma ficha que en los talleres semanales.

El área lúdica social: se lleva a cabo por las actividades que se realizan el fin de semana. Estas actividades se realizan normalmente fuera del centro y abarcan muchos ámbitos y espacios como son excursiones, museos, actividades recreativas (ejemplo: bolera, laser...) etc. Cada mes la responsable de las actividades de fines de semana junto a la coordinadora del centro envía una carta a los usuarios o familias para informar de las actividades que hay cada mes. Se programa cada mes dos actividades, normalmente cada dos semanas, los usuarios eligen la actividad en función de sus gustos y acuden al centro para apuntarse a la actividad deseada. De igual forma estas actividades se realizan con ayuda de los voluntarios, cada mes reciben un correo de la responsable de fines de semana y pueden apuntarse a las que ellos decidan. El número de usuarios que acude a cada actividad depende del número de educadores que están disponibles. Las actividades de fin de semana tienen un precio anual de 65 euros que pueden pagar a plazos. Algunas actividades tienen un pequeño precio que deben de pagar en función de si quieren participar.

Cuando se va a realizar la actividad la responsable de fines de semana envía a los educadores que van a acudir una ficha en la cual pone todo el desarrollo de las mismas, así como horarios y usuarios que acuden. Se definen las funciones que cada educador va a tener de apoyo supervisión de los usuarios que se le asignen. En el caso que hay que dividir a los usuarios en grupos se explica detalladamente. Al final de cada actividad, todos los usuarios se reúnen y llenan la FULT de la misma forma que en el resto de talleres aunque es más exhaustiva ya que también se llenan aspectos del lugar, la actividad, la ratio, el desplazamiento etc.

Programas vacacionales: esta actividad consiste en pasar una semana con los compañeros y los educadores que serán los voluntarios. Se realizan dos programas vacaciones, uno en el mes de julio y otro en agosto. Es la actividad más completa donde el ámbito educativo cobra mucha importancia debido a que una semana da lugar a poder enseñar y entrenar diversas habilidades sociales, así como a conocer a los usuarios más de cerca y por tanto saber qué necesidades tienen. Los lugares para los programas vacaciones los eligen en función de las características del grupo. Normalmente se eligen un lugar en playa y otro en la montaña para que los usuarios tengan distintas opciones y poder elegir.

Actualmente en este centro hay 100 usuarios algunos provienen directamente de los centros ocupacionales y otros tan solo acuden a este centro de tiempo libre. Las edades de los participantes son muy variadas puesto que acuden usuarios desde los 15 hasta los 64 años. De estas personas 70 son usuarios asiduos, es decir acuden a uno de los talleres de la semana y/o acuden a las actividades de fines de semana. Actualmente el número de personas que pueden acudir a las actividades varía en función de los educadores disponible, a pesar de ello podemos decir que un 75% de las personas que están apuntadas al centro de tiempo libre acuden de forma periódica a la entidad. Para atender a estos participantes hay una coordinadora del centro de tiempo libre, la directora del área de discapacidad de la entidad la cual es psicóloga, una responsable de las actividades de fines de semana, una trabajadora social, un responsable por taller y por último 15 voluntarios.

## Proceso metodológico

Para realizar esta investigación en primer lugar, se hizo una revisión bibliográfica en la cual se decidió dividirlo en cuatro apartados, se hizo un repaso por la literatura sobre la discapacidad, después se trató de conocer el ocio de este colectivo, así como las leyes que enmarcan este ámbito, también se ha tratado de conocer en profundidad las habilidades sociales y por último conocer la incidencia y el trabajo que realiza el trabajador social en cuanto a las habilidades sociales en el ocio y tiempo libre. Para ello se consultaron libros, revistas, investigaciones, documentos etc.

La primera dificultad que se encontró en la investigación fue conocer el ocio de las personas con diversidad funcional intelectual en adultos debido a que la literatura encontrada hacía referencia al ocio en menores.

Una vez realizado el contexto se procedió a un contacto con la organización en la cual se decidió realizar observación participante de los usuarios. Los usuarios no se muestran igual ante una entrevista que en una situación real y en su ambiente, por lo que de la observación se podía obtener mucha información. Por tanto se acudió al menos una vez a todos los talleres que se realizan en el centro entre los meses de marzo y junio así como se acudió desde a un total de 12 actividades de fines de semana de 18 que realizó el centro desde enero a junio de 2019. De la misma forma, al taller de artes varias y pintura al óleo acudía cada semana ya que actualmente participó en ese taller.

La observación participante tiene como principal característica que el investigador no solo contempla el objeto sino que participa con él. Se distingue de la observación ya que en el primer caso la persona que investiga no solo contempla al objeto estudiado sino que participa con él en la investigación. La observación participante se define como:

“una técnica en la que el investigador se adentra dentro de un grupo determinado: de forma directa; durante un periodo relativamente largo; en su medio natural; estableciendo una interacción personal con sus miembros y para describir sus acciones y comprender, mediante un proceso de identificación sus motivaciones.” (Corbeta 2007:305)

Es decir, quien investiga tiene que realizar la observación participante durante un periodo de tiempo que se considere largo para poder recoger mucha información. Esta información tiene que estar recogida en el ambiente natural del objeto estudiado, además de que el investigador forma parte de este entorno no es meramente un observador sino que participa del entorno. Por último, hay que tener en cuenta que el investigador deberá de describir la información que recoja. El técnico debe de ser objetivo y neutral durante todo el proceso además de participar en el contexto y en el entorno para poder aprender sobre el objeto de estudio. En esta técnica surge una paradoja puesto que si el investigador participa demasiado y se acerca al estudio puede contaminar la investigación y no ser tan objetivo sin embargo manteniéndose en la distancia no podrá averiguar toda la información necesaria. La solución está en el equilibrio entre la distancia y la cercanía del objeto. (Corbeta 2007: 305-306)

Durante el proceso de observación participante se entrevistó a diez usuarios que acudieran de forma asidua al centro de ocio y tiempo libre, y que tuvieran distintos perfiles y a dos profesionales, la coordinadora del centro y la trabajadora social para conocer su punto de vista profesional sobre el ocio de estas personas así como las aportaciones del trabajo social al ocio. Otra dificultad que se encontró en este proceso fue seleccionar a los usuarios que pudieran contestar a las preguntas propuestas, ya que las personas con

diversidad funcional presentan dificultades para comprender conceptos abstractos, esto son las propias habilidades sociales.

Una vez comenzado la observación participante se empezaron las entrevistas a los usuarios y profesionales. Se realizó de esta forma ya que se habían obtenido conocimientos previos que facilitarían la realización y comprensión de la información más relevante. La entrevista cualitativa es un intercambio de información, donde las personas entrevistadas proporcionan datos para entender los procesos sociales así como la realidad que nos rodea. En estas entrevistas se da diferentes tipos de información desde datos concretos, sentimientos, valores, expectativas, preocupaciones etc. Es importante entender el contexto el cual rodea al usuario (López Estrada y Deslauriers 2011:2-3).

En el caso de este estudio la entrevista que se planteó fue la entrevista de respuestas libres y centradas puesto que se escogió a los diez usuarios de forma que respondieran a unos criterios ya planteados previamente; que hubieran permanecido en el centro de tiempo libre al menos dos años, que acudieran de forma habitual a las actividades planteadas de ocio ya fueran talleres o fines de semana, y que tuvieran la capacidad necesaria para poder responder y entender las preguntas planteadas. Las preguntas se hicieron con la intención de conocer una experiencia determinada, en este caso conocer el ocio y tiempo de los usuarios en relación al centro de Kambalache. Estas cuestiones fueron estructuras aunque con libertad de respuesta para los usuarios.

Durante este proceso hubo varias dificultades la primera de ellas fue elegir a las personas que representarán la muestra. Esta elección se hizo acorde a los criterios previamente seleccionados, antes mencionados. Estas personas se concretaron con la coordinación del centro así como con la trabajadora social del proyecto que ayudaron en todo momento en la selección de los entrevistados. Una vez elegidos diez candidatos, otra complicación que surgió fue la propia entrevista a todos los usuarios se les hicieron las mismas preguntas pero a todos los encuestados hubo que realizar aclaraciones varias ya que dependían del nivel y conocimiento de los usuarios. Para lograr un nivel de conocimiento total de comprensión se puso ejemplo de situaciones sobre todo en la pregunta número 14, (*¿Considera que tiene más capacidad de escucha, más inteligencia emocional, es más asertivo, empático, comunica mejor sus emociones, tiene la capacidad de definir un problema poder ponerle una solución, negociación, expresa de manera adecuada sus sentimientos, pide disculpas, reconoce los derechos que tienen los demás?*). Esto se debe a que como se ha comentado en la revisión bibliográfica el pensamiento abstracto les resulta complejo. En referencia a esta misma pregunta, la número 14, hubo que cambiar el modo de realizar ya que en las dos primeras entrevistas se vio la dificultad que tenían los usuarios para contestarla. Así que se procedió a evaluar cada habilidad social del 1 al 5 siendo 5 el nivel más alto para que les fuera más fácil de contestarla, cabe destacar que con este procedimiento no hubo problemas para poder realizar las entrevistas.

Además destacar, que a todos los entrevistados, las entrevistas se les hicieron largas a pesar de que tan solo duraban menos de un cuarto de hora ya que aquellos razonamientos largos hacen que pierdan la concentración, sobre todo cuando se tratan procedimiento abstracto.

# ANÁLISIS DE DATOS

---

A continuación se van a exponer los resultados de las entrevistas, que se han transcritos. Se ha adjuntado el esquema utilizado en las entrevistas en los anexos de este trabajo. Además para conservar el anonimato de las entrevistas se les ha renombrado a los usuarios con las primeras letras del abecedario, sin embargo para conocer algunas características de los entrevistados y comprender su contexto y realidad social se adjunta a continuación una tabla con datos sobre los participantes. Durante este trabajo se hará referencia al masculino genérico para referirnos a ambos sexos.

Tabla 1. Resumen de las características generales de los entrevistados.

Participantes	Características
<b>Usuario A</b>	Hombre. 37% de discapacidad. Diagnóstico: inteligencia límite. No dependencia.
<b>Usuario B</b>	Mujer. 55% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero. Dependencia: Grado I.
<b>Usuario C</b>	Mujer. 71% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero. No dependencia.
<b>Usuario D</b>	Mujer. 56% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero. No dependencia.
<b>Usuario E</b>	Hombre. 42 % de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero y atención a la conducta. No dependencia.
<b>Usuario F</b>	Hombre. 70% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental moderado y parálisis cerebral infantil. Dependencia: Grado III.
<b>Usuario G</b>	Hombre. 66% de discapacidad. Diagnóstico: parálisis cerebral, lesión cerebral en el hemisferio izquierdo. No dependencia.
<b>Usuario H</b>	Hombre. 65% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero y paresia por parálisis cerebral. No dependencia.
<b>Usuario I</b>	Hombre. 70 % de discapacidad. Retraso mental moderado. No dependencia.
<b>Usuario J</b>	Mujer. 65% de discapacidad. Diagnóstico: retraso mental ligero. No dependencia.

Fuente: Elaboración propia.

Durante la realización de las entrevistas se ha puesto de manifiesto como personas con un porcentaje de discapacidad parecido comprenden de forma distinto, es decir ha habido usuarios con lo que se presupone un nivel muy similar y sin embargo unos han tenido mayor comprensión de las preguntas que otros. De la misma forma, usuarios que a priori por tener más discapacidad se podía pensar que no podrían comprender

las preguntas, y por tanto mayor dificultad para contestar, han sorprendido pudiendo contestar a las preguntas con buena fluidez, razonamiento en las respuestas y comprensión en las mismas.

Sin embargo, hay que destacar que en todas las entrevistas realizadas ha habido que hacer aclaraciones para que hubiera una buena comprensión de las preguntas. Pero estas aclaraciones no siempre han sido las mismas, en algunos casos (usuarios A, B, D, E y F) ha bastado con el cambio a sinónimos. Sin embargo en el resto (usuarios C, G, H, I y J) se han tenido que poner sinónimos y ejemplos, sobre todo en las preguntas 7, 10, 11, 14 y 15. Especialmente la pregunta que más dificultades en la comprensión ha tenido ha sido la pregunta número 14, esta ha tenido problemas de comprensión por todos. Sobre todo, cuando se preguntaba por inteligencia emocional, asertividad, comunicación de las emociones y expresión de los sentimientos. De estas cuatro habilidades, las dos primeras han sido las más difíciles de reconocer. Tan sólo los usuarios A, B y F habían oído las habilidades sociales de inteligencia emocional y asertividad, pero ninguno de los diez podía explicar con exactitud que significaban. Aunque, todo lo contrario pasa con la habilidad de la empatía que el 100% reconocía la habilidad social y todos sabían definir con exactitud que significaba. Ejemplos: Usuario F “*ponerse en el lugar del otro*”, Usuario H “*siempre hablamos de ponernos en el lugar del otro*”, Usuario I “*Esto es ponerse en el lugar del otro*”.

Incluso aseveran varios entrevistados que esta palabra es muy repetida en el Centro de Tiempo Libre, ejemplo: Usuario C “*sí esto sí, nos lo decís mucho los educadores*” Usuario G “*eso lo enseñáis mucho*”.

Otra de las coincidencias en las entrevistas es la pregunta número 7, ¿qué es para ti el ocio y tiempo libre?, en esta pregunta llama la atención como todos los entrevistados no tienen dudas para responder a la pregunta planteada. Todos los usuarios explican que el ocio es realizar actividades que le gustan a uno y con las personas con las que se quiere, prácticamente todos hablan en este caso de las relaciones de amistad, ejemplo Usuario G: “Ocio y tiempo libre significa entretenimiento y pasarlo bien con las personas que quieras, con tus amigos”; Usuario I “*Es disfrutar con mis amigos, echar unas risas poder estar con ellos y jugar a algo. Sobre todo es pasarlo bien, poder hablar de nuestras cosas con mis amigos*”; Usuario J “*Pues es estar entretenido con tus amigos. Pasarlo bien haciendo cosas que te gusten con tus amigos*”. Los usuarios A y C hacen clara diferencia entre el ocio y el trabajo, Usuaria A “(...) *Pasármelo bien aquí es diferente que trabajando porque trabajando es más serio, te lo puedes pasar bien pero es mucho más serio que ocio y tiempo libre (...)*”; Usuario C: “*El ocio es el tiempo que pasas divirtiéndote y que no trabajas porque puedes estar trabajando y pasarlo bien (...)*”.

Durante las entrevistas todos reconocieron que durante su estancia en el centro de Ocio y Tiempo Libre Kambalache han aumentado sus relaciones sociales, pregunta 9. Todos los entrevistados comentan que desde que están en el centro han podido crear relaciones de amistad. En las distintas entrevistas se comprobó como los usuarios contestaban de forma muy similar a esta pregunta. El total de la muestra explica que su círculo social aumento gracias al ingreso en el centro y en concreto en esta área del ocio. Cinco de los diez entrevistados (Usuario B, Usuario C, Usuario G, Usuario H y Usuario I) expresaron que toda su red social fue creada gracias a estar en este centro. Usuario H: “*Sí muchas, he hecho muchos amigos gracias al centro. De otra forma no tendría tantos amigos*” y Usuario B: “(...) *Antes de venir no tenía amigos solo tenía conocidos del barrio, pero nada más. Mis amigos los he conocido aquí*”. Incluso en algún caso también han conocido a su pareja como la Usuaria C y D, “*Sí bueno a mi pareja la conocí en tiempo libre en unas vacaciones (...)*”.

Del mismo modo existen coincidencias en cuanto que varios entrevistados mencionan que si no fuera por el centro Kambalache no saldrían de casa y por tanto no tendrían más redes sociales más allá de sus familiares. En la pregunta número 9 el Usuario I “(...) *hoy que no tengo taller y que no tengo nada que hacer*

*hubiera estado solo en casa viendo la tele (...)"*. Esta afirmación se evidencia también en otra pregunta, en la número 13, del total de los usuarios, siete hicieron referencia a esa misma afirmación (Usuarios B, E, F, G, H, I, J). Algunos ejemplos de ello son: Usuario J: “*... es que sino no haría muchas cosas, estaría en casa (...)"*; Usuario G “*... Porque ya no me pego en casa todo el día sino que ahora vengo aquí. Antes estaba muy aburrido solo en casa con mi madre sin hacer nada (...)"*. Por tanto, el aspecto en que más han mejorado gracias al ocio y tiempo libre es en el incremento de las relaciones sociales. Otro aspecto es el de la timidez y la dificultad que tenían para poder relacionarse con los demás, los propios usuarios lo unen directamente con el incremento de redes sociales ya que expresan que gracias a que se relacionan con más personas, han podido hacer más amigos. Los usuarios que esclarecen esto son los Usuarios: A, E, F, H e I, algunos ejemplos de ellos son: Usuario I “*... porque me relaciono con gente, he aprendido a disfrutar con la gente (...)"*; Usuario F “*... Antes me costaba abrirme para hablar con la gente, pero ahora casi que no es que hable con cualquiera, pero sí que hablo más (...)"*. Asimismo, los Usuarios B y G expresan como antes de venir al centro tenían un sentimiento de soledad y que ha desaparecido con la participación en el centro. Usuario G “*... Soy más feliz, porque ya no me siento solo, estaba en casa y le daba vueltas a la cabeza a todo"* y Usuario B “*Sí, porque por lo menos te sientes más arropada, querida (...)"*.

En cuanto a la pregunta donde se analiza las habilidades sociales (número 14), podemos comprobar cómo hubo diversidad de respuestas. Las habilidades que se expresan a continuación están ordenadas de mayor a menor puntuación según los entrevistados:

La capacidad de escucha, de los diez entrevistados siete usuarios (A, B, C, F, H, I y J) contestan con la puntuación máxima que es un 5. De los restantes (D, E, G) le ponen una nota de 4 y 4,5. Incluso lo reconocen como algo que han mejorado gracias a su estancia en el centro ya que se aprende a través de los monitores. Usuario G: “*... porque me lo enseñan mucho. Hablais mucho los educadores sobre que es importante escuchar a los demás (...)"*; Usuario I: “*... me han enseñado aquí lo importante que es escuchar lo que nos dicen. Cuando entré no prestaba atención pero ahora, gracias a los monitores sé que tengo que escuchar (...)"*”.

La habilidad social de la empatía no solo fue reconocida por todos los usuarios, sino que todos la puntuaron con un 5. Prácticamente todos los usuarios (A, B, C, D, E, F, G, H e I) reconocían esta habilidad, como una habilidad aprendida en el centro de Kambalache. Ejemplo de ello, Usuario F: “*... todos los educadores los ensañáis (...)"*; Usuario B “*... los monitores me dicen que tengo que pensar en lo que dice la otra persona (...)"*”.

A pesar de que el término asertividad no lo conocían los entrevistados, después de ponerles ejemplo pudieron contestar sin problemas a esta habilidad social, tan solo el Usuario D se tienen dudas de si comprendió la pregunta. El Usuario I explica “*la palabra asertividad no me suena, no sé qué es pero con la explicación la entiendo (...)"*”. De hecho llama la atención como los usuarios la puntúan muy alto. Los Usuarios A, C, F, G, H e I le ponen la nota máxima y el resto que son los Usuarios B, D, E y J la puntúan con un 4. Incluso se afirma por parte de varios entrevistados (F, G, H e I) que esta habilidad social en concreto se ha aprendido gracias al ocio y tiempo libre, Usuario I “*... Esto lo he aprendido aquí con las actividades de tiempo libre sobre todo en excursiones o programas vacacionales"*”.

Pedir disculpas: es una de las habilidades sociales que más puntuación le dieron los entrevistados, Usuarios A, C, E y J le pusieron un 4 y del resto B, F, G, H e I colocaron la puntuación máxima. Tan solo una persona lo calificó con menor nota, un 3 que fue el D porque considera que tiene que seguir mejorándolo. Llama la atención como algunos reconocen que les cuesta poner en práctica esta habilidad (Usuarios C, D, F,

H), asimismo, también se explica como a pesar de que les cuesta pedir disculpas lo ha mejorado con su llegada al centro (Usuarios A, B, D, E, G, H y J), Usuario J “*(...) le voy a poner 4 porque he mejorado mucho. Antes jamás lo hacía (...)*”.

Reconocer los derechos de los demás: también obtiene puntuaciones altas. Del total de los entrevistados, cuatro contestan con un 5 (Usuarios B, C, G e I), le siguen quienes contestan con un 4 que son otras cuatro personas (Usuarios D, F, H y J). Las puntuaciones más bajas son 2 y 3 puestas por los Usuarios A y E, respectivamente. Llama la atención como dos Usuarios G e I lo relacionan con la empatía, Usuario G “*(...) es importante pensar en los demás*” y Usuario I “*(...) Porque tenemos que entender a todos*”. Otros dos usuarios lo relacionan con la palabra usando una frase muy similar, Usuario C “*(...) somos iguales todos (...)*” y Usuario D: “*(...) debemos de ser iguales*”.

Expresar los sentimientos: las puntuaciones que se le dieron son bastante homogéneas, seis entrevistados decidieron darle un 4 (Usuarios B, C, E, F, G, e I). Del restante, dos usuarios le dieron un 5 (Usuarios D y H) y tan solo una persona le dio un 2 (Usuario J) y otra un 3 (Usuario A). Dos personas lo unieron a la expresión de las emociones, estos fueron A y J. Por último, los Usuarios B, E, F e I reconocieron de forma clara que desde que llegaron al centro ha aumentado esta habilidad social, Usuario F “*(...) aunque es cierto que he mejorado mucho desde que entre por lo que me enseñáis (...)*”.

Comunicar mejor las emociones: En esta habilidad hay disparidad de puntuaciones, en un caso se le califica con un 1 (Usuario A), en otro caso se le pone un 2 (Usuario J), también una persona le puntúa con un 3 (Usuario F), 4 es la puntuación más numerosa ya que cinco personas así lo deciden (Usuarios B, C, D, E y I) y por último dos entrevistados la puntúan con un 5 (Usuarios G y H).

En la habilidad de negociar los entrevistados contestaron de forma muy heterogénea ya que tan sólo una persona le dio la puntuación de 5 (Usuario E), los Usuarios C e I le ponen un 4 a esta habilidad, cuatro personas deciden darle un 4 (Usuarios B, D, G y J), también hay quien considera (Usuario H) que la puntuación es de un 2 y por último quien le coloca un 1 (Usuario A y F). A pesar de que estas puntuaciones son tan variadas son varios los que coinciden (Usuarios A, B, D, F, G y H) en que esta habilidad social no ha sido aprendida en el centro; Usuario H “*(...) no es lo que más he aprendido aquí*” Usuario F “*(...) esto bueno. lo he aprendido yo ya antes de venir aquí*”.

Inteligencia emocional: como se ha comentado ya, esta cuestión fue una de las más complejas puesto que prácticamente no habían escuchado esta habilidad social. Por ello, los usuarios lo han calificado con puntuaciones bajas. El Usuario C lo califica con un 1, cuatro Usuarios (A, H, I y J) le ponen un 2, y el resto pone como nota máxima un 3 (B, D, E, F Y G). Cuando se preguntaba acerca de esta cuestión los diez usuarios se mostraban dubitativos acerca de si realmente sabían el significado de esta habilidad social. Utilizando expresiones como Usuario I: “*esto no sé muy bien que es (...)*”. De hecho algunos directamente reconocía que era un término complejo, Usuario G: “*es una palabra muy complicada (...)*”; Usuario J: “*uhh que palabra más complicada (...)*”. Como se ha comentado anteriormente solo tres usuarios creían haber oído en algún momento esta palabra (A, B y F).

En cuanto a la pregunta que hace referencia a si han ganado autonomía durante este tiempo, el total de los entrevistados contestos que sí, reconocen que realizan más tareas y actividades que antes de entrar en el centro de ocio y tiempo libre. Así como se mueven con más facilidad por la ciudad, recalando que ya no necesitan tanta ayuda como antes. También el 100% de los entrevistados contestan de forma afirmativa cuando se les pregunta si son más felices desde que están en el centro. De hecho, llama la atención la rotundidad de la contestación en el momento de la entrevista. De los diez entrevistados, ocho hacen clara

alusión a que son más felices porque gracias al centro tienen más amigos (Usuarios A, B, C, D, E, F, G y H). Además que cinco de los diez usuarios contestan afirmativamente, relacionándolo con que son más felices porque ya no tienen un sentimiento de aislamiento (Usuarios C, E, F, H e I). Por ejemplo: Usuario F “*(...) cuando no salía de casa no era tan feliz como ahora porque estaba siempre solo*”.

Además de los usuarios, las profesionales del centro también relacionan mayores habilidades sociales con un incremento en su autonomía, en la pregunta número 13 de la entrevista a la coordinadora del centro reconoce “*(...) Porque estas habilidades si ellos son más capaces tienen menos dependencia (...)*”. Para esta profesional es de vital importancia que los usuarios sepan resolver sus conflictos de forma autónoma, con ellos mismos, pareja, familia o amigos, teniendo en cuenta que existe la figura del educador pero que al final lleguen entre ellos a un entendimiento. En este punto coincide con la trabajadora social puesto que para ella también se relaciona el aumento de las habilidades con aumento de la autonomía, en la pregunta número 6 de su entrevista se explica “*(...) El objetivo de Kambalache sería que no existía el centro porque ellos tendrían la autonomía para elegir que hacer y tendrían las herramientas para acudir a realizar el ocio donde quisieran (...)*”. Este mismo objetivo es compartido por la otra profesional del centro. Para ambas profesionales los centros de tiempo libre son fundamentales para adquirir habilidades sociales y autonomía, en concreto las mejores actividades para ellos son aquellas que permiten ver el día a día de los usuarios como excursiones o programas vacacionales. En la pregunta 10 a Ana, la coordinadora del centro se refiere así “*(...) Donde más lo podemos trabajar en programas vacacionales o excursiones porque es todo el día (...)*” al igual que la trabajadora social “*(...) El ver su día entero, en una excusión se ve el día entero, se puede ver sus comportamientos, costumbres, hábitos, capacidad autonomía que eso no te da otros proyectos (...)*” además añade, “*(...) De hecho es el espacio donde más se puede trabajar, porque el contexto lo propicia (...)*”.

Las profesionales valoran de forma muy positiva la existencia de este tipo de centros, para ellas todas las personas tienen derecho de disfrutar del ocio y tiempo libre. Señalan que estas personas con diversidad, no tienen más ocio que el les puede proporcionar su familia, destacan que el centro tiene doble objetivo, uno que se les proporcione ocio a estas personas y el otro que aprendan a gestionar su propio ocio. En la pregunta 2 de la entrevista de la trabajadora social, explica “*(...) resulta necesario apoyarles para que sepan gestionar (...)*”. En cambio en la entrevista a la coordinadora se hace referencia en la pregunta 4 “*(...) Por un lado es ocupar el tiempo y por otro que aprendan a ocuparlo (...)*”.

Para la trabajadora social la habilidad social que más se práctica es la autodeterminación, “*(...) la autodeterminación que ellos decidan sobre su ocio, que actividades hacer, con qué personas se quieren relacionarse, el que tomen decisiones y se cree ese espacio para que valoren las actividades (...)*” (pregunta 4), también la coordinadora hace referencia a esta habilidad social, pregunta 8 “*(...) Es importante que ellos decidan lo que quieren hacer (...)*”. Aunque destaca que todas las habilidades sociales son aprendidas por los usuarios “*(...) Cuando formas parte de un grupo, trabajas con todas las habilidades sociales ya que te relacionas (...)*”. Esta misma reflexión plantea la coordinadora en la pregunta 10 “*(...) Los chavales que vienen a cualquier actividad ya están mejorando sus habilidades sociales porque ya sea porque no los hemos propuesto, bien porque ya se están relacionando (...)*”. Asimismo también para las trabajadoras del centro destacan que los usuarios cuando más ponen en práctica las habilidades sociales son en la resolución de conflictos, “*(...) Ellos se encuentran la dificultad de no saber resolver estos conflictos por si solos (...)*”, pregunta 4 de la entrevista a la trabajadora social. En cambio en la entrevista a la coordinadora hace referencia en la pregunta 11 “*(...) en la resolución de conflictos se trabajan muchas habilidades sociales. Sobre todo que aprendan a expresar. Que sean capaces de expresar (...) Tienen que identificar que pasa, las emociones y sentimientos son muy complicados (...)*”. Para ellas estos conflictos surgen de la limitada capacidad de

entendimiento por no poder expresarse forma adecuada, “(...) Tienen que entender que ha pasado, porque a veces la principal dificultad es el entendimiento, el no entender lo que ha pasado ni si quiera hay intencionalidad”, (pregunta 4, entrevista trabajadora social).

En ambas entrevistas se destaca la importancia del ocio como herramienta para conseguir una vida lo más inclusiva posible. La trabajadora social en la pregunta 5 “(...) Porque nuestro objetivo es que tengan una vida normalizada y si nosotros tenemos ese derecho ellos también lo tienen que tener (...).” Esto mismo asevera la coordinadora de Kambalache, pregunta 8 “Sí pero igual que para el resto de las personas (...).” Aunque ambas reconocen que existen dificultades para proporcionar ocio para estas personas, por ello reconocen que tienen que existir centros como este, pregunta 6 entrevista trabajadora social “(...) El objetivo de Kambalache sería que no existía el centro porque ellos tendrían la autonomía para elegir que hacer y tendrían las herramientas para acudir a realizar el ocio donde quisieran (...).”

Otra coincidencia que se da las entrevistas de las profesionales es el tipo de intervenciones que se realizan, son de tipo educativo. La trabajadora social explica en la pregunta 8 “Nuestro objetivo es ocupar el tiempo libre de forma dinámica y educativa (...).” Esto mismo añade la otra profesional del centro, pregunta 6 “(...) Nuestro objetivo es ocupar el tiempo libre de forma dinámica y educativa. Merche, la trabajadora social comenta que cuando se observa algo extraño en un individuo o hay que poner algo en conocimiento de la familia sí que hay una intervención individualizada desde el trabajo social.

Otra similitud en sus entrevistas aparece cuando hacen referencia a las ventajas del ocio y tiempo libre, la primera la diversión y la segunda la educativa, pregunta 9 coordinadora “(...) el tema de ocupar el tiempo de forma dinámica. Lo principal pasarlo bien. Y luego la relación con las personas (...).”

Por último hacen referencia de forma similar a la opinión de las familias sobre este espacio de ocio y tiempo libre, por dos razones la primera porque es un lugar donde pueden relacionarse con sus iguales y por otro porque es un servicio de respiro familiar. La trabajadora social lo explica de la siguiente manera en la pregunta 7 “(...) tiene un espacio donde se puedan relacionar con personas más o menos de su edad con más o menos sus mismas dificultades (...), Por otro lado, las familias desde que nace la persona que tiene discapacidad se dedican exclusivamente al cuidado (...) se olvidan de ellos mismos, de tener tiempo libre o de poder disfrutar actividades sin su hijo (...) También los padres necesitan ese tiempo (...).” La coordinadora lo explica así en la pregunta 13, “(...) A veces porque necesitan un respiro y otras porque pueden hacer cosas que no puede hacer con sus hijos o lo tienen que hacer de otra forma (...).”

Coincidieron pues ambas profesionales en que el ocio y tiempo libre aumenta sus habilidades sociales, la capacidad de resolución de conflictos, sus relaciones sociales con sus iguales lo que permite unas mejores relaciones, de la misma forma que incrementa su autonomía de forma proporcional a las habilidades y sobre todo lo que aporta es diversión.

#### Anotaciones de la observación participante

La observación participante se realizó en todos los talleres y en algunas actividades de distintas características en fin de semana. Durante esta observación los usuarios se mostraron tranquilos y realizaron de forma habitual sus tareas y actividades. Si bien es cierto, que ayudo que ya me conocían y por tanto no me veían como una persona observando su comportamiento sino como una educadora nueva. A pesar de esto, pude ver como las personas que llevan menos tiempo en el centro tienen más dificultad para la relación con los demás, se mostraban nerviosas, dubitativa y con miedos a la hora de expresarse. Me llamó la atención

como los y las que más tiempo llevan ayudaban a los nuevos, hablando con ellos y sobre todo haciendo referencia a que tenían educadores para cualquier necesidad.

Me llamó la atención como surgían muchos conflictos en el día a día y que casi todos ellos eran por la dificultad de entendimiento que tenían. Aún si bien es cierto que con ayuda de los educadores llegaban a solucionar los problemas. Además es destacable comentar como los educadores cuando querían referirse a una habilidad social, primero decía la palabra en cuestión y después añadía el significado, haciendo más hincapié a esta segunda parte.

# CONCLUSIONES

---

Después de la realización de este trabajo y el análisis de los datos se obtienen las siguientes conclusiones que responden a los objetivos planteados inicialmente.

Durante esta investigación se ha podido comprobar, a través de la experiencia propia como de la revisión de la literatura como han aumentado los centros dedicados al ocio y tiempo libre de este colectivo, así como las leyes que apoyan el derecho al disfrute de un ocio accesible para todas las personas. Este hecho, podemos concluir, que aumenta el ocio y la calidad del ocio de estas personas. Debido a que las personas que ya son adultas no han tenido la oportunidad de acceder a estos recursos, lo que provocaba en ellas un limitado desarrollo de su vida personal llegando a sentirse aisladas, puesto que solo accedían al ocio que le proporcionaban sus familiares. La introducción de este colectivo a estos espacios ha producido que no solo ocupen su tiempo sino que además aprendan a gestionarlo. Por ello, podemos concluir, en base a las entrevistas a las profesionales y a los usuarios que **el centro de ocio tiene un doble objetivo, el primero ocupar su tiempo libre de forma que resulte satisfactorio y dinámico y el segundo objetivo es enseñar** darles distintas herramientas a través de habilidades sociales o incluso servicios para que puedan después poner en práctica esos conocimientos obtenidos.

Asimismo, en la literatura bibliográfica ha sido complejo encontrar referencias al ocio de personas con discapacidad intelectual esto es como consecuencia de que la literatura expuesta hace alusión al ocio de las edades más tempranas con discapacidad. Esto genera que haya una excesiva infantilización del colectivo.

Haciendo mención de la definición de Gorbeña, González y Lázaro (1997:23) expuesta en el repaso a la bibliografía, en el cual se explica que el ocio se fundamenta en la percepción de libertad, donde se realizan actividades teniendo en cuenta la satisfacción y disfrute que se goza al realizarla y haciendo hincapié en que estas actividades se realizan de forma voluntaria. Podemos decir que todos los usuarios comprenden el significado de ocio, además de que a todos les gusta realizarlas porque les reporta felicidad. En cuanto a la voluntariedad de las actividades, se concluye que es fundamental en el ocio, de esta forma fomentan la autodeterminación y aumenta su satisfacción personal. Asimismo, podemos decir que **la oferta ocio que proporciona Kairós se basa en aumentar la autodeterminación y la libre elección**, lo que implica que desde que el primer momento que un usuario decide entrar en este centro ya se están fomentando las habilidades sociales.

Hay que destacar, que durante esta experiencia se ha visto que las personas con diversidad funcional intelectual no se les pueden tomar como un colectivo, sino que hay que **realizar una atención individualizada**. Esto ha quedado expuesto en el momento de la realización de las entrevistas ya que cada usuario necesitaba distintas aclaraciones para diferentes preguntas.

En el sentido de las **atenciones a los individuos viene dado de dos formas, la primera grupal** pero entendiendo las características del grupo, así como sus limitaciones y capacidades y la segunda una intervención individual. En cuanto a la primera, la grupal se determina que **es de carácter educativo** puesto que los usuarios cuando entran en un centro de este tipo se relacionan con los demás, forman parte de un grupo y por tanto tienen que asumir distintos roles, normas, hábitos, aspectos culturales del grupo total. Así hace referencia la trabajadora social del centro a este aspecto, “*(...) las intervenciones son fundamentalmente educativas (...)*” y la coordinadora del centro de tiempo libre “*Nuestro objetivo es ocupar el tiempo libre de*

*forma dinámica y educativa (...)"*. A pesar de este carácter marcado educativo no podemos olvidar que el aspecto más fundamental del ocio es la diversión.

**El trabajo social aporta al ocio y tiempo libre un marco teórico desde el cual fundamentar las intervenciones.** Por tanto, da herramientas al usuario para aumentar sus habilidades sociales y su autonomía. Una de las herramientas más importantes en **la primera entrevista**, la cual nos explica las dificultades y capacidades de la persona de forma individual. Esto nos da una ventaja vital para luego poder actuar de forma eficaz ante las distintas intervenciones. También con la información recogida en la entrevista y en el resto de las intervenciones debe dar indicaciones al resto de educadores para actúen ante los usuarios. Estas intervenciones no solo se hacen de forma individualizada con el usuario sino en relación a la familia, puesto que desde el ocio se puede comprobar al usuario desde otro aspecto más personal, como se comporta con sus iguales, sus dificultades, sus miedos, sus emociones y trasladarlas además con aquellos que se sientan más cómodos como son sus relaciones sociales más íntimas (los amigos). Por tanto **podemos observar comportamientos que desde otras esferas como el laboral no se podría porque se sienten más en libertad en su tiempo de ocio**. Esto es fundamental para el trabajo social ya que para realizar intervenciones de forma más eficaz, debemos de conocer cuál es la situación real de la cual parte los problemas, además de saber concretar cuál es el problema diana. **Asimismo el trabajo social también aporta al ocio las habilidades sociales**, que aun siendo parte fundamental de varias disciplinas las son vitales para el trabajo social. Puesto que para realizar las intervenciones tiene que ser el usuario quien decida, y por tanto ejerza la autodeterminación, es que aspecto de su vida necesita apoyo. De la misma forma comunicar las emociones, sentimientos, tener la capacidad de definir el problema etc., es la base para entender cuál es la dificultad en la que se encuentra el individuo.

El trabajo social como hemos comentado aporta herramientas y marco teórico pero también debe defender la igualdad de la ciudadanía que incluye la participación de este colectivo en actividades de ocio. Esto se tiene que hacer desde **un modelo integrador pero que apueste por la diferenciación y por la diversidad de todos, para ello debemos de trabajar con el modelo de la diversidad funcional**.

Asimismo, el trabajo social ofrece al ocio y tiempo libre el **servicio de información y gestión**, como explicaba la trabajadora social del área de discapacidad son muchas las ocasiones en las que una vez acabada la etapa escolar no saben las posibilidades existentes para las personas con discapacidad intelectual. Las familias se sienten desubicadas cuando comprueban que su familiar ya no tiene una rutina diaria, esto es muy importante para este colectivo. Es entonces cuando deciden acudir a los espacios de ocio como primer recurso para ocupar ese tiempo, desde ahí el trabajador social aporta toda la información necesaria para estas personas, como por ejemplo dar a conocer la existencia de centros ocupacionales, centros especiales de empleo... así como se encarga de realizar distintas gestiones si fuera necesario.

Nuestro trabajo, como trabajadores sociales consiste en dar las técnicas suficientes para que el individuo pueda solucionar por el mismo las dificultades que le surgen. Este mismo objetivo es compartido con el centro de ocio Kambalache. **Por tanto, compartimos el objetivo de aumentar su autonomía a través de las habilidades sociales.**

En referencia a las habilidades sociales, éstas son recordando a Gutiérrez (2002:21), pertenece al grupo del conjunto de las conductas, las cuales se incrementan cuanto más se practican. En este sentido, hay que acentuar que los usuarios usan estas habilidades desde su llegada al centro, ya que se relacionan con sus iguales y entran a formar parte de un grupo. En relación a esto, las habilidades que más incrementan desde que iniciaron su estancia son la autodeterminación y la resolución de conflictos. Pero cabe recordar que en

estas habilidades sociales están directamente relacionadas el resto. Cuando una de las dos se pone en práctica, se están ejecutando el resto de las habilidades sociales. En conclusión, **cuando se pretende aumentar una habilidad social se incrementan también el resto porque están relacionadas y que las habilidades sociales nos hacen relacionarnos con los demás de forma mutua.**

Sin embargo, los participantes valoraban con la puntuación más alta las habilidades de la capacidad de escucha, empatía, assertividad, pedir disculpas y el reconocimiento de los derechos de los demás que relacionaron con la empatía. Asimismo, sorprendió de forma especial el reconocimiento del assertividad y de la empatía, fue algo significante puesto que ni las propias profesionales esperaban que no supieran discriminar el significado con el término, esto indica **que trabajando con ellos diariamente, dando instrucciones claras y sencillas y sobre todo, poner en práctica las habilidades se puede conseguir que estas personas reconozcan las habilidades y si no fuera posible esto al menos comprender el significado de ellas.** En cuanto a lo expuesto, a **pesar de no conocer las palabras como tal, los usuarios identifican el significado** lo cual es lo realmente importante. Pero también se debe destacar que en los usuarios que **vienen de forma regular al centro han contestado con más puntuaciones más altas a las habilidades sociales así como además han comprendido con menor ayuda las preguntas que se realizaban en la entrevista.** Además incluyen en su vocabulario palabras que pueden ser complicadas por el contenido.

La forma de poner en práctica las habilidades es a través de las relaciones sociales que todos los usuarios reconocieron que habían incrementado, por tanto se pone de manifiesto la **relación proporcional que existe entre el aumento de las relaciones sociales, el aumento de las habilidades sociales y de la autonomía.** Pero es que además es una **relación recíproca puesto que conforme una persona más incrementa su red social, más pone en práctica las habilidades, y por tanto más independiente puede ser y viceversa** porque se tiene más herramientas para entablar conversaciones y sobre todo resolver conflictos que surgen de la interacción.

Este aumento de la autonomía se destaca también entre la opinión de las familias que es muy positiva. Porque los usuarios realizan distintas actividades sin necesidad de tener a su familia cerca, lo que provoca un **respiro familiar.** Esto es porque las familias pueden realizar distintas actividades que quizás con sus familiares con diversidad familiar no podrían realizar así como obtienen un corto descanso al poder estar un rato sin su familiar. Es importante describir que las personas cuidadores obtienen una carga sentimental y emocional muy importante y que desarrollan enfermedades como ansiedad y depresión. Por lo que el espacio de ocio y tiempo libre **no solo incrementa la calidad de vida de los usuarios (al aumentar las habilidades sociales, relaciones y autonomía) sino que también aumenta la calidad de vida de las familias.**

Asimismo como consecuencia de lo expuesto por Otero (2009), el **ocio aporta muchos beneficios físicos y psicológicos, además de los beneficios sociales ya comentados.** El ocio relacionado con las actividades deportivas aumenta el autocontrol y el desarrollo de las habilidades de cooperación. En cuanto a los beneficios psicológicos existen de tipo emocional, conductual y cognitivo, debido a que se incrementa la autoestima, el desarrollo de destrezas, conocimientos y habilidades y se adquieren habilidades para el manejo de herramientas.

# BIBLIOGRAFÍA

---

Aragón. Ley Ordinaria 1/ 1993 de Medidas Básicas de Inserción y Normalización Social, *Boletín Oficial de Aragón*, 1 de marzo de 1993, núm. 24.

Araújo de Melo, E. y Badía Corbella, M. (2009). La participación en las actividades de ocio y adolescentes con parálisis cerebral. Universidad de Salamanca. *Revista Española sobre la Discapacidad Intelectual*, 40 (232), p 79-93.

Báez y Pérez de Tudela, J. (2007). *Investigación cualitativa*. Madrid: Essic.

Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI de España Editores S.A.

Corbetta, P. (2007). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: Mc Graw- Hill.

España. Instrumento de ratificación de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad, *Boletín Oficial del Estado*, 21 de abril de 2008, núm. 6963, pp. 20656.

España. Instrumento de ratificación del Convenio para la protección de los Derechos Humanos y de las Libertades Fundamentales, *Boletín Oficial del Estado*, 10 de octubre de 1979, núm. 243, pp 23566.

España. Ley Orgánica 13/ 1982, de 7 abril, de integración social de los minusválidos. *Boletín Oficial del Estado*, 30 de abril de 1982, núm. 103, pp. 11110.

España. Ley Ordinaria 3/ 1997, de 7 de abril, Promoción de la Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, Urbanísticas, de Transportes y de la Comunicación.,. *Boletín Oficial del Estado*, 2 de mayo de 1997, núm. 105.

Goberña, S., González, V., y Lázaro, Y. (1997). *El Derecho al ocio de las personas con discapacidad* (Vol. 4). Bilbao: Universidad de Deusto.

Gutiérrez Bermejo, B. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento en habilidades sociales para personas con retraso mental. Manuales de trabajo en centros de atención a personas con discapacidad de la Junta de Castilla y León*, p 21.

Ibáñez López , P. y Mudarra Sánchez, M. (2004). Relaciones sociales de personas con discapacidad en ocio y tiempo libre. *Revista Española de Pedagogía* (229), p. 521-540.

Lázaro Fernández , Y. (2007). La Declaración de los Derechos Humanos de 1948 hace una clara referencia al ocio en su art. 24 (Vol. 33). Bilbao: Universidad de Deusto.

López Estrada, R., y Deslauriers, J.-P. (junio de 2011). La entrevista cualitativa como técnica para la investigación en Trabajo Social. (J. L. Parra, Ed.) *Margen*, 61, P.2-5.

Muyor Rodríguez , J. (2011). La (con)ciencia del Trabajo Social en la discapacidad: Hacia un modelo de intervención social basado en derechos1. *Revista de Trabajo Social y acción social*(49), 9-34.

Organización Mundial de la Salud (2019). Discapacidades. En línea. Recuperado el 14 de abril de 2019 de: <https://www.who.int/topics/disabilities/es/>

Otero López, J. (2009). *La pedagogía del ocio: nuevos desafíos*. Lugo: Axac.

Palomar Villena, M., y Suarez Soto, E. (1993). El modelo sistémico en el trabajo social familiar: consideraciones teóricas y orientaciones prácticas. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*(2).

Plena Inclusión (2019). *La discapacidad intelectual en cifras*. Recuperado el 15 de abril de 2019, de Plena Inclusión: <https://www.plenainclusion.org/discapacidad-intelectual/la-discapacidad-intelectual-en-cifras>

Setién Santamaría, M. (2000). *Ocio, calidad de vida y discapacidad* (Vol. 9). Bilbao: Universidad de Deusto.

## ANEXOS

---

### Entrevista trabajadora social:

1. ¿En qué consiste tu trabajo en relación al tiempo libre?
2. Como trabajadora social, ¿Cómo valoras el ocio y tiempo libre en estas personas?
3. ¿Consideras que desde el ocio y tiempo libre de pueden trabajar ciertos aspectos como la autonomía personal y social.?
4. De las habilidades sociales que se desarrollan, ¿Cuáles crees que se trabajan más desde ocio y tiempo libre? ¿Y cómo se trabajan?
5. ¿Consideras el ocio y tiempo libre un aspecto fundamental en la vida de este colectivo? ¿Por qué?
6. ¿Qué les aporta en sus vidas el ocio y tiempo libre (educativa, social, ...)?
7. ¿Qué opinión manifiesta la familia en relación a las actividades específicas que realiza el centro en tiempo libre?
8. ¿Desde el trabajo social, que aportaciones hay al ocio y tiempo libre?
9. ¿Consideras que el ocio y tiempo libre es importante desde nuestro ámbito?

## Entrevista a la coordinadora del centro:

1. ¿Cuántos años llevas trabajando en ocio y tiempo libre? ¿Y cuántos en este proyecto?
2. ¿Cuáles son tus funciones en el centro de tiempo libre?
3. ¿Cómo funciona el centro de tiempo libre de Kambalache?
4. ¿Cuándo nace este proyecto? ¿Por qué surge la necesidad de un centro de tiempo libre?
5. Perfil y características del colectivo con el que se trabaja en Kambalache
6. ¿Cuál es el motivo porque el de suelen apuntar los usuarios?
7. ¿Hay algún tipo de diferencia entre el ocio y tiempo libre para las personas con discapacidad que sin ella?
8. ¿Crees que el ocio y tiempo libre es importante para las personas con discapacidad intelectual?
9. ¿Cuáles son las ventajas aporta el ocio y tiempo libre a las personas con diversidad funcional?
10. Los usuarios aumentan sus habilidades sociales desde que entran en el centro de tiempo libre, ¿estás de acuerdo con esta aseveración?
11. Dentro de las habilidades sociales, ¿Cuáles son las habilidades que más se trabajan?, ¿Por qué? y ¿Cuáles son aquellas que más les cuesta mejorar?
12. ¿Las habilidades sociales en qué les hace mejorar su autonomía?
13. ¿Qué les puede aportar el centro de tiempo libre Kambalache en sus vidas?

## Entrevista Usuarios:

1. Hombre/ mujer
2. Edad
3. Grado de discapacidad
4. Dependencia
5. Tiempo en Kambalache:
6. Actividades y talleres a los que asiste y veces por semanas que acude a los talleres o a punto de encuentro. Número de actividades que suele acudir.
7. ¿Qué es para él usuario el ocio y tiempo libre?
8. ¿Cómo conociste el centro de tiempo libre?
9. ¿Has hecho nuevas relaciones de amistad o pareja desde que estas en el centro?
10. ¿Cree que desde que está en el centro ha mejorado su vida? ¿De qué forma?
11. ¿Qué ventajas tiene acudir al centro?
12. ¿Cambiarías algo del centro de tiempo libre?
13. ¿Crees que gracias al ocio y tiempo libre ha mejorado en algunos aspectos de su vida? ¿en cuáles?
14. Desde que está en el centro, ¿Considera que tiene más capacidad de escucha, más inteligencia emocional, es más asertivo, empático, comunica mejor sus emociones, tiene la capacidad de definir un problema poder ponerle una solución, negociación, expresa de manera adecuada sus sentimientos, pide disculpas, reconoce los derechos que tienen los demás?
15. ¿Consideras que has ganado en autonomía desde que están en el centro de tiempo libre?
16. ¿Te sientes más feliz desde que estas en el centro de tiempo libre?