

2021. Año de la Consumación de la Independencia y la Grandeza de México”.

Propuesta de trabajo en el área de desarrollo personal, social, casa y laboral, para una persona con discapacidad intelectual.

Presenta:

Elvia Rita García Victoria.

Toluca México, 08 de marzo de 2021.

La presente investigación originó el diseño de sugerencias prácticas para aplicarse dentro de las instituciones con la participación de los actores involucrados, en espera de que se tome conciencia sobre la importancia al desarrollo de habilidades adaptativas y de las competencias para la vida se presentan a continuación sugerencias como una propuesta de intervención que ofrece a las personas con discapacidad la oportunidad de mejorar significativamente en su calidad de vida.

Está dirigida hacia quien pueda ayudar a las personas con discapacidad intelectual, en donde se pueda lograr desarrollar destrezas personales, sociales y de vida diaria, así como su desarrollo ocupacional y su educación, así mismo tiene la finalidad de servir como apoyo a los Centros de Atención Múltiple y a las Unidades de Servicio de Apoyo a la Educación Regular de otros lugares que crean en él y se apropien de dicha propuesta con la intención de mejorar el rumbo de la Discapacidad. Ésta requiere la colaboración del personal que conforma el centro de trabajo, es decir, de los directivos, los docentes de grupo regular, los profesionales de educación especial y los padres de familia, cada uno de ellos tendrá y deberá buscar su participación de manera activa, autoevaluándose para afianzar los propósitos que se pretenden ya en la puesta en marcha, mejorando significativamente la atención a la discapacidad intelectual.

Ante las diferentes demandas de los alumnos que enfrentan Barreras para el aprendizaje y la participación asociadas a discapacidad intelectual, a los cuales, no se les ha dado una respuesta que les permita enfrentar diariamente los problemas y situaciones de la vida diaria, es importante brindar una propuesta u otra alternativa para dar respuesta ante la cual nace el deseo de que dentro de las escuelas de educación básica, se atienda a los niños, teniendo un programa que mejore su calidad de vida.

Se sugiere desarrollar competencias que fomenten la independencia de los alumnos con discapacidad intelectual, trabajando por medio de talleres que se

organicen en espacios para la enseñanza de la lógica-matemática, la lecto-escritura, la formación de hábitos y la iniciación hacia el trabajo

Para crear y poner en acción la iniciativa hay tres aspectos a considerar, el primero considera los momentos a en que se aplicará durante el día en la escuela regular, que serían los más apropiadas para que los alumnos con discapacidad intelectual interactúen con sus compañeros. La respuesta a esto es considerar las situaciones no académicas permitiendo así a estos niños desarrollarse en base a sus habilidades y que se encuentren así en igualdad de oportunidades. El segundo aspecto considera que deberá ser de acuerdo a la edad comparable de los alumnos, la cual les permita desenvolverse de acuerdo a sus intereses. Y el último aspecto debe, facilitar la aceptación del programa de mejora de la calidad de vida por parte de los involucrados, pues es importante no solo la aceptación física, sino también la emocional, las actitudes, por lo que se requiere de una constante información y sensibilización por parte del personal de USAER, para asegurar la aceptación de los docentes para que tengan presente que el programa va a dar respuesta a las necesidades de los alumnos.

La actitud de aceptación hacia el programa es percibirlo como una experiencia educativa que funciona y que es altamente significativa para el aprendizaje de conceptos, procedimientos, valores y actitudes en las tareas que le ayuden a resolver problemas de la vida diaria.

Los responsables de la detección, la evaluación psicopedagógica, la puesta en marcha del programa y la evaluación son los docentes de USAER realizando un trabajo interdisciplinario con el docente de grupo, los padres de familia y otros especialistas.

Se sugiere implementar una propuesta que pretende mejorar la calidad de vida en los alumnos con discapacidad intelectual el cual está diseñado de la siguiente manera:

- Los niños deberán cubrir un horario de 9 AM a 2:00 PM.

- Preparación en talleres para desarrollar habilidades manuales.
- La enseñanza está basada al progreso de cada niño de acuerdo a su nivel, a su aprendizaje y a su propio ritmo; es decir al avance que presente en el desarrollo de sus habilidades y competencias.
- Los padres de familia deberán comentar sus dudas, así como sugerencias en relación al programa.

Esta propuesta pretende rescatar la importancia de la relación casa, escuela, comunidad, puesto que se considera el contexto donde se desenvuelve, tiene la característica de ser flexible que reafirme destrezas académicas, vocacionales y sociales de manera práctica para la adaptación a la vida en comunidad, permitir una instrucción individualizada que facilite su salud mental, ofrecer al maestro de grupo regular una mayor atención para reducir las diferencias individuales en las clases.

Se sugiere que el maestro conozca que la filosofía de la propuesta educativa se basa en las máximas de normalización, accesibilidad, educabilidad, escuela para todos, por mencionar algunas; para lograr independencia al máximo de acuerdo a las habilidades personales y para el desarrollo de la conducta adaptativa deseable, se debe realizar evaluación psicopedagógica inicial, la evaluación continua con registro semanal y con reporte al final del ciclo escolar.

Por lo tanto, es necesario que el maestro identifique algunos objetivos que persigue la propuesta.

- Que los alumnos que enfrentan Barreras para el aprendizaje y la participación asociadas a discapacidad intelectual, logren conocimientos académicos que le resulten prácticos para la vida como comunicación oral y escrita, el manejo del dinero, el uso del tiempo y el uso del transporte público.
- Que identifiquen y respondan a sus necesidades básicas de aprendizaje con respecto a su salud, su higiene personal.
- Usen adecuadamente su tiempo libre y participen en actividades recreativas.

- Logren hábitos para el trabajo, en los que se involucre relacionarse con otros para lograr un trabajo productivo y adquirir destrezas sociales.
- Logren seguridad emocional y salud mental.
- Que logren participar en forma activa en la comunidad escolar.

El área en que se pretende trabajar es:

Área de desarrollo personal, social, casa y laboral.

La integración social está fundamentada en el desarrollo y manejo de las destrezas necesarias para la vida independiente: las relaciones interpersonales exitosas, la expresión de sentimientos y emociones, desenvolvimiento en la comunidad, toma de decisiones adecuadas, identidad personal y cívica, así como los derechos y obligaciones como ciudadano. Para ello en el área de Desarrollo personal, social, casa y laboral se pretende considerar los siguientes aspectos: en el Desarrollo personal: incluye actividades sobre el arreglo personal; el uso adecuado de los medios de transporte, cuidar su salud, uso del teléfono y otros medios de comunicación, uso de la credencial de identificación personal. En cuanto al Desarrollo social se pretende que exista un ajuste personal, relaciones interpersonales, comunicación, conciencia cívica, responsabilidad y conciencia del medio ambiente. Que en la casa desarrolle hábitos al comer, que ayude con su mantenimiento, con reparaciones simples, ir de compras, planeación de comida y mantenimiento de ropa. Y en cuanto a lo Laboral, verificar que cumpla con la jornada de trabajo y con la capacitación laboral adecuada a sus intereses y competencias desarrolladas.

En apoyo al desarrollo de esta área se sugiere debe contar con orientación psicológica para facilitar el ajuste personal y social de la diversidad, fomentando el crecimiento de la autoestima, identidad personal y el desarrollo de competencias sociales.

La orientación psicológica individual permite establecer una relación de confianza entre el alumno y el especialista, para la libre expresión de sentimientos,

comprensión y búsqueda de alternativas; así mismo se promueve el conocimiento personal, el reforzamiento del éxito, expectativas de vida y ajuste de personalidad.

La orientación psicológica grupal pretende desarrollar estrategias para enfrentar situaciones de problemas en la vida, analizar, interpretar diversas situaciones y conflictos planteando alternativas de solución. Ambos tipos de orientación pretenden favorecer el desarrollo autónomo del individuo.

El manejo personal se visualiza desde la perspectiva de auto mantenimiento, y cómo identificar necesidades relacionadas con el área de salud e higiene, así como el cuidado de ambas, aprender a reconocer síntomas de enfermedades y ser responsable de la propia medicación.

El aspirar al logro de una mejora de la calidad de vida es el anhelo de muchos, en este sentido, se requiere un doble esfuerzo para apoyar a la diversidad, no basta con el logro de su autosuficiencia de necesidades primordiales, habrá que trascender al ámbito laboral.

Para que un alumno sea integrado en un empleo, es necesario que desarrolle sus habilidades y competencias, partiendo de la zona de su desarrollo próximo en la cual se motive constantemente en un ambiente simulado de trabajo que le haga tener una conciencia ocupacional.

La meta para ubicar al alumno laboralmente debe ser realista para que se pueda desenvolver con responsabilidad de acuerdo al desarrollo de sus destrezas de tal manera que la actitud del alumno vaya siendo óptima en la medida de su autoconfianza.

Un desafío para los profesionistas será, que el sujeto con necesidades educativas especiales asociadas a una discapacidad intelectual, tome conciencia de su propio yo y de sus potencialidades.

Para lograr lo anterior, es importante tener en cuenta que se debe enfocar la enseñanza hacia el desarrollo de habilidades adaptativas y competencias para la vida, relacionándolas con actividades académicas, vocacionales y sociales para el funcionamiento hacia la mejora de la calidad de vida en la comunidad, es decir, educar para la vida hasta donde sea posible.

Hay que preparar a los alumnos desde el inicio de su escolaridad, hasta que contemplen los conocimientos y destrezas necesarias para desenvolverse de manera adecuada en la comunidad.

Todo trabajo educativo deberá estar encaminado al desarrollo de las habilidades y competencias necesarias en cada una de las áreas y todas deberán ser incorporadas al currículum educativo en diferente grado y extensión.

La participación de los padres y su interés en el programa para la mejora de la calidad de vida, es un componente importante en el éxito de éste, por lo cual se les debe proporcionar orientación psicológica individual y grupal para darles oportunidad de entender, aceptar y planear de una manera realista y comprometida las mejores condiciones para potenciar el desarrollo de sus hijos.

Con respecto a la capacitación y actualización del personal, las instituciones educativas en las que se desarrolle el programa propiciarán y aprovecharán de manera permanente oportunidades para mantenerse informados a través de reuniones semanales, círculos de lectura, consejos técnicos, conferencias y cursos de actualización. Así como el facilitar el acceso y la compra a libros y artículos recientes de la literatura en este campo, visitando además otras instituciones y participando en organizaciones profesionales.

La propuesta busca lograr que el alumno con discapacidad intelectual tenga una vida independiente para una integración total en la comunidad; para lograr tal propósito es necesario vincular el programa educativo con las diferentes áreas de esta propuesta en todos los niveles educativos para dar importancia a los

contenidos que posibilitan la adaptación y el funcionamiento de los sujetos en su comunidad a través de una educación para la vida.

La propuesta debe ser considerada como un sistema diseñado para cubrir las necesidades de la diversidad desde los primeros niveles educativos y de manera integral con los programas de educación básica, por ello damos pauta al desarrollo de las destrezas que se enuncian en cada una de las áreas.

Se inicia con el **área personal**, en la que se espera mejorar sus relaciones interpersonales en donde se sugiere, que el alumno pueda al finalizar su educación primaria lograr:

- Hacer contacto visual y sonreír cuando se refiere a él o ella
- Emplear frases convencionales
- Demostrar contacto físico pasivo
- Participar y cooperar en actividades de grupo
- Participar en la toma de acuerdos
- Asumir roles que le han sido asignados
- Aceptar la ayuda, o ayuda a otros cuando es necesario □ Evitar hacer malos comentarios de otros.
- Evitar entrometerse en la vida de los demás
- Reservar su vida privada
- Verbalizar diferencia entre él o ella y los otros
- Verbalizar deseos
- Identificar a las personas por su nombre
- Hacer y responder a saludos físicos y verbales
- Emplear gesticulación adecuada para comunicarse
- Escuchar
- Conversar a una distancia apropiada
- Tener iniciativa para conversaciones
- Emplear de oraciones completas
- Relatar eventos con un orden secuencial
- Realizar preguntas para obtener información

- Aportar información útil, cuando se le solicite Emplear servicios como: correo, banco, luz y agua Controlar sus estados de ánimo.
- Defender sus puntos de vista en forma asertiva.
- Cuidar sus utensilios.
- Demostrar cortesía.
- Aceptar con agrado las órdenes de autoridades.
- Controlar su enojo: no llorar, aventar o gritar; no auto agredirse.
- Identificar fortalezas y debilidades de su persona.
- Proponerse metas reales.
- Planear acciones para lograr metas.
- Verbalizar.
- Reconocer éxitos y fracasos de sus acciones.
- Realizar acciones evitando comportamientos negativos o de temor.
- Realizar actividades en contextos diversos, controlando su temperamento.
- Cambiar su rutina.
- Ignorar comportamientos verbales agresivos de otros
- Sugerir alternativas de solución a conflictos
- Considerar las consecuencias de sus palabras y acciones, para él mismo y para los demás

En el **área social** se sugiere:

- Usar adecuadamente el teléfono público y de casa.
- Listar los teléfonos más usuales y de emergencia.
- Encontrar números telefónicos en el directorio.
- Identificar señalamientos donde se localice un teléfono público.
- Memorizar su número telefónico.
- Ubicarse en relación a un punto de referencia.
- Viajar en transportes públicos y colectivos.
- Identificación de letreros de transporte público.
- Andar por las calles y cruzar por sí solo.
- Informar acerca de eventos recientes.
- Notificar sucesos significativos.
- Identificar elementos básicos de su gobierno.

- Reconocer leyes fundamentales de su vida.
- Mostrar respeto por su propia cultura.
- Comprender lo que es correcto e incorrecto, lo justo y lo injusto.
- Identificar los medios preventivos que protegen su salud.
- Respetar las reglas de protección del entorno.
- Reconocer las situaciones que ponen en riesgo su seguridad e integridad.
- Reconocer y aplicar medidas para proteger y preservar el medio ambiente.
- Usar y cuidar adecuadamente el agua.
- Aplicar medidas para preservar el cuidado y protección de animales.

En el área de: **la casa**, es necesario lograr que se adquieran actitudes que le ayuden a ser independiente, por tanto, se sugiere:

- Usar los cubiertos correctamente.
- Emplear modales aceptables como: masticar con boca cerrada, sentarse adecuadamente, emplear los cubiertos, no sorber, entre otros.
- Proveerse cantidades moderadas de comida.
- Reconocer los utensilios de aseo de los distintos espacios de casa.
- Reconocer y ubicar el uso de las diferentes áreas de la casa.
- Mantener adecuadamente el uso de los aparatos electrodomésticos.
- Mantener el orden y organización de los accesorios de las diferentes áreas de la casa.
- Realizar tareas domésticas rutinarias: lavar platos, poner mesa, barrer y sacudir.
- Llevar a reparar aparatos electrodomésticos al lugar adecuado.
- Cambiar un foco.
- Colocar un clavo.
- Aceitar puertas y cerraduras.
- Realizar una lista de los faltantes de casa o genéricos.
- Presupuestar sus compras.
- Identificar los lugares para hacer compras.
- Identificar la trayectoria y forma de desplazarse al lugar donde realiza sus compras.
- Entender y usar el manejo de los descuentos.

- Solicitar verbalmente artículos en los negocios.
- Identificar cuando la ropa está sucia.
- Conocer y realizar el proceso para el lavado de la ropa.
- Clasificar la ropa de doblar y planchar.
- Colocar la ropa en su lugar correspondiente.
- Coser botones y zurcir prendas.
- Lustrar sus zapatos.
- Anudar ropa que lo requiera.
- Dar uso adecuado al closet o lugar donde guarda su ropa.

En el **área laboral** se espera que el alumno logre:

- Realizar la tarea en un tiempo razonable.
- Realizar su actividad sin afectarse por su estado de ánimo.
- Mantener un ritmo de trabajo constante.
- Realizar su tarea con calidad de acuerdo a estándares establecidos.
- Mantener un nivel adecuado sin verse afectado por estados de ánimo, malestares o distractores externos.
- Seguir instrucciones, sin realizar modificaciones.
- Evitar errores en tareas dominadas.
- Recordar la ejecución de tareas que no se realizan con frecuencia.
- Atender a instrucciones verbales y escritas.
- Usar los apoyos necesarios para atender rutinas.
- Mantener atención constante durante la jornada de trabajo.
- Escuchar y comprender instrucciones completas.
- Permanecer en su área de trabajo.
- Esperar y escuchar lo que se quiere de él o ella para realizar la tarea.
- Conocer las consecuencias de no seguir su rutina.
- Evitar distraerse con conversaciones en tiempos indebidos.
- Focalizar su atención ante estímulos externos.
- Acomedirse a realizar tareas fuera de su rutina.
- Solucionar problemas concretos, empleando juicio práctico.

BIBLIOGRAFÍA.

ALBARRÁN Vázquez, Mario. **Método de investigación: El conocimiento, la ciencia y el proceso de investigación.** 3ª. Ed. México: Publicaciones Cultural, 2005. 214 p.

ANTUNES, Celso. **Estimular las inteligencias múltiples.** 2ª. Ed. Madrid: Narcea, 2001. 117 p.

ARBEA, L. y. J. TAMARIT. **Escuela y calidad de vida en las personas con retraso mental con necesidades de apoyo generalizado.** 2ª. Ed. Salamanca: Amarú, 1999. 516 p.

BAENA Paz, Guillermina. **Instrumentos de investigación.** 11ª Ed., México: Editores mexicanos unidos, 1991. 134 p.

BELLO, José Antonio. **Proyecto curricular de educación primaria en un centro de educación especial.** Madrid: Escuela española, 1998. 164 p.

CASTELLANO Pérez, Ernesto. **Orientaciones generales para el funcionamiento de los Servicios de Educación Especial.** México: Secretaria de Educación Pública, 2006. 127 p.

CLIMENT, Giné. **Servicios y calidad de vida para las personas con discapacidad intelectual,** Madrid: Revista española sobre discapacidad intelectual Vol. 35 Núm. 210, FEAPS, 2004. 84 p.

COLL, César. **Las competencias en la educación escolar.** Barcelona: Universidad de Barcelona, 2007. 89 p.

DEPARTAMENTO DE EDUCACION ESPECIAL. **Programa estatal de fortalecimiento de la educación especial.** México: Departamento de educación especial, 2004. 45 p.

DÍAZ-BARRIGA Arceo, Frida. **Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo.** México: UNAM, 2003. 117 p.

DÍAZ Sabillón, Rosa Helena. **Discapacidad intelectual, manual del participante. Programa general de capacitación y desarrollo 2007.** México: Instituto de Profesionalización de los servidores públicos del poder ejecutivo, 2007. 173 p.

DURÁN Centeno, Hilda, y otros. **Las necesidades educativas especiales asociadas a la discapacidad intelectual.** México: Secretaria de Educación Pública, 2000. 142 p.

GARCÍA Cedillo, Ismael y otros. **La integración educativa en el aula regular. Principios, finalidades y estrategias.** México: SEP Cooperación Española, 2000. 203 p.

GARCÍA Cedillo, Ismael y otros. **Seminario de actualización para profesores de educación especial y regular, modulo uno y dos.** México: Secretaria de Educación Pública, 2000. 155 p.

GARCÍA Cedillo, Ismael y otros. **Seminario de actualización para profesores de educación especial y regular, módulo III, Currículo, didáctica y adecuaciones curriculares.** México: Secretaria de Educación Pública, 2000. 298 p.

HERNANDEZ Rojas, Gerardo. **La zona de desarrollo próximo. Comentarios en torno a su uso en los contextos escolares.** México: UNAM, 1999. 180 p.

LELAND C. Swenson. **Teorías del aprendizaje.** Buenos Aires: Paidós, 1984. 425p.

LUCKASSON, R. y otros. **Retraso mental: definición, clasificación y sistemas de apoyo**. Madrid: Alianza Editorial, 2004. 216 p.

MENDEZ Zaballos, Laura, Rosa MORENO y Cristina Ripa PÉREZ. **Adaptaciones curriculares en educación infantil**. Madrid: Narcea, 1999. 190 p.

MORENO Marimon, Montserrat, **La pedagogía operatoria**. 4ª. Ed. Barcelona: Laia, 1989. 370 p.

PUIGDELLIVOL, I. **Programación de aula y adecuación curricular**. Barcelona: Grao, 1996. 198 p.

RAMIREZ, Karen J. **Autodeterminación 10 pasos hacia la independencia**. México: Revista Enlace Down, año V, No.19. Sociedad Down Monterrey, 2002. 75 p.

SÁNCHEZ Farfán, Gerardo. **Elementos para determinar las n.e.e. de los alumnos con discapacidad intelectual**. México: SEP, 2005. 54 p.

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. **Programa de fortalecimiento de la educación especial y de la integración educativa**. México: SEP, 2002. 72 p.

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. **Proyecto general de educación especial, pautas de organización**. México: SEP, 1997. 189 p.

TORRES, Rosa María. **Qué y cómo aprender, Necesidades Básicas y Contenidos Curriculares**. México: SEP, 1998. 196 p.