

Programa de habilidades de la vida diaria para la mejora de la conducta autodeterminada en personas con enfermedad mental grave y prolongada

(Segunda parte: GUÍA DEL TUTOR)

INVESTIGADOR PRINCIPAL

MIGUEL ÁNGEL VERDUGO ALONSO
*Catedrático de Psicología de la Discapacidad
Director del INICO, Universidad de Salamanca*

EQUIPO DE TRABAJO

DESIDERIO LÓPEZ GÓMEZ
Jefe de Sección de la Unidad de Rehabilitación en Salud Mental. Salamanca.

MÓNICA MARTÍN ESCUDERO
Psicóloga. Universidad de Salamanca.

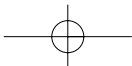
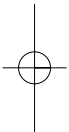
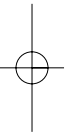
ARGIMIRO GÓMEZ SÁNCHEZ
Trabajador Social de la Unidad de Rehabilitación en Salud Mental. Salamanca.

CELIA MÉNDEZ PACHÓN
Psicóloga. Universidad de Salamanca.

FCO. JAVIER SÁNCHEZ CALVO
Enfermero de la Unidad de Rehabilitación en Salud Mental. Salamanca.

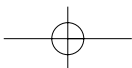
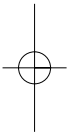
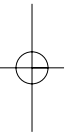
INSTITUCIÓN A LA QUE PERTENECE:

Instituto Universitario de Integración en la Comunidad
Universidad de Salamanca
Facultad de Psicología
Avda. de la Merced, 109-135, 37005-Salamanca



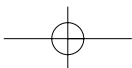
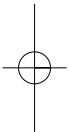
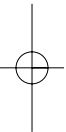
ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	245
2. OBJETIVOS GENERALES	246
3. OBJETIVOS DE LAS SESIONES	246
4. METODOLOGÍA	250
5. CLIMA EN EL QUE HA DE DESARROLLARSE EL PROGRAMA	252
6. FUNCIONES DEL TUTOR Y DE LOS PARTICIPANTES.....	252
7. EVALUACIÓN	257



2. Segunda Parte: Guía del Tutor





INTRODUCCIÓN

Con esta Guía para el Tutor perseguimos dar apoyo al material didáctico de los participantes. Presentamos los objetivos de cada área acompañado de las actividades complementarias que se pueden realizar en cada sesión. No pretendemos que ésta sea una guía inflexible que haya que seguir paso a paso. Más que eso, quiere ser una guía orientativa y totalmente abierta a posibles sugerencias de los participantes. De este modo, se podrá conseguir un mayor rendimiento y una mejor utilización de la misma, explotando aspectos que cada grupo de participantes, cada participante individual y cada situación nos ofrece. Por eso hemos tenido en cuenta, los diferentes niveles de afectación que existen dentro de toda enfermedad mental grave y prolongada.

Con la utilización de esta Guía, queremos conseguir que los participantes adquieran distintas habilidades de la vida diaria y que hagan uso de ellas con independencia funcional. Por ello, las ayudas que temporalmente se presten a los participantes (instigaciones, guía física, señales verbales, etc.), han de ir desvaneciéndose gradualmente, según el participante adquiera independencia en la tarea.

En principio, el tutor debe prestar un nivel de asistencia que permita realizar interacciones apropiadas al participante con los materiales de la tarea. Según el participante progresa, disminuye esa asistencia hasta eliminarla cuando el participante domina la conducta objetivo. Para ello, también hemos pensado en actividades que puedan llevar a cabo fuera de la Unidad de Rehabilitación (pisos tutelados, hogar familiar, etc.).

Esta Guía va dirigida, no sólo al personal que atiende al participante dentro de la Unidad, sino también a los familiares del participante que se encargan de su tutela. Lo que tratamos con esto, es conseguir la generalización de las conductas del participante a los distintos ambientes comunitarios a los que suele acudir cuando no está en la Unidad, los fines de semana y período vacacional. Por eso, cada tema de esta Guía vendrá acompañado de actividades específicas al lugar o lugares donde el participante deberá llevar a cabo la actividad (hogar familiar, centros educativos, lugares de ocio y tiempo libre, lugares de culto religioso, etc.). Se incluye dentro de las actividades por su importancia capital con enfermos mentales. Si no incluimos este apartado dentro del entrenamiento, difícilmente los participantes podrán incorporar la actividad a su repertorio habitual de comportamientos.

La generalización se trabaja a través de la colaboración de los padres, de la asignación de tareas a los participantes, y de la estructura del programa, que contiene objetivos a entrenar fuera del aula y objetivos que engloban diversas conductas previas. La colaboración de los padres por medio del trabajador social es relevante para los Programas de la Vida Diaria (PVD).

Los entrenamientos en la ciudad y en la comunidad son requisito imprescindible para conseguir muchos de los objetivos que a continuación enumeraremos. No pretendemos que se alcancen todos y cada uno de los objetivos que proponemos para cada área, sino conse-

guiarlos en base a las capacidades de los participantes. Así mismo, por las características individuales, se podrán conseguir otros objetivos no previstos u otras conductas. Siempre que vayan encaminadas a la rehabilitación e inserción social de los participantes, no serán resultados negativos. También es importante mencionar que el carácter flexible de esta Guía responde a los constantes ingresos y altas que se dan en una Unidad de Rehabilitación en Salud Mental.

OBJETIVOS GENERALES

- ✓ Adquirir habilidades relacionadas con la higiene, apariencia externa y salud personal.
- ✓ Mejorar la autonomía personal en el cuidado de la ropa y organización de la misma.
- ✓ Limpieza y orden en el hogar.
- ✓ Aprender a reaccionar ante las situaciones de peligro que se producen en el hogar.
- ✓ Manejar el dinero correctamente y saber planificar gastos e ingresos.
- ✓ Desarrollar las conductas necesarias para comer y beber correctamente así como independencia para planear, comprar, conservar y preparar alimentos.
- ✓ Adquirir, recuperar y/o mantener las habilidades sociales necesarias para resolver los problemas de la vida cotidiana.
- ✓ Aprender a disfrutar del tiempo libre, tanto en actividades individuales (leer, escuchar música, juegos didácticos, trabajos manuales, etc.), como en grupo (pasar o ver una película con algún compañero, etc).

OBJETIVOS DE LAS SESIONES

HIGIENE Y SALUD PERSONAL

Sesión 1: LA DUCHA

- a) Regula la temperatura del agua.
- b) Se lava las axilas y utiliza el desodorante.
- c) Se lava y se seca el pelo.
- d) Se peina y/o se arregla el pelo.

Sesión 2: EL CUIDADO Y LA HIGIENE CORPORAL

- a) Cuida y mantiene limpios sus dientes: Higiene dental.
- b) Cuida y mantiene limpias sus manos.
- c) Cuida y mantiene limpias sus uñas.
- d) Cuida y mantiene limpios sus pies.
- e) Se suena y se limpia bien la nariz.
- f) Se afeita bien.
- g) Cuida de sí misma durante la menstruación.

CUIDADO PERSONAL

Sesión 3: CUIDA Y SELECCIONA LA ROPA Y EL CALZADO ADECUADO

- a) Lava la ropa a mano
- b) Lava la ropa en la lavadora.
- c) Plancha la ropa lavada.
- d) Se limpia los zapatos.
- e) Prepara y lleva la ropa que lo necesite a la tintorería.

Sesión 4: ORDENA LA ROPA EN SUS CORRESPONDIENTES ARMARIOS

- a) Clasifica bien la ropa por tipo de prenda, colores y tamaños.
- b) Guarda la ropa en el lugar adecuado de su armario.

HABILIDADES DOMÉSTICAS

Sesión 5: LIMPIEZA DE LAS HABITACIONES, SALÓN Y BAÑO

- a) Se hace su cama.
- b) Limpia el baño.
- c) Ordena y limpia adecuadamente las diferentes dependencias del hogar.

Sesión 6: LIMPIEZA DE LA COCINA

- a) Friega los útiles de cocina.
- b) Utiliza el lavavajillas.
- c) Recoge los útiles de cocina.
- d) Barre y friega el suelo de la cocina.

PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL HOGAR

Sesión 7: IDENTIFICA LOS PRODUCTOS TÓXICOS E INFLAMABLES PARA EVITAR SITUACIONES DE PELIGRO

Sesión 8: APRENDE A REACCIONAR PARA PREVENIR OTROS ACCIDENTES DOMÉSTICOS

- a) Ante un escape de gas actúa adecuadamente.
- b) Reacciona correctamente ante un escape de agua.
- c) Reacciona adecuadamente ante incendios en el hogar.

UTILIZACIÓN DE MONEDAS Y BILLETES Y PLANIFICACIÓN DE GASTOS E INGRESOS

Sesión 9: UTILIZA EL EURO, LA CARTILLA DE AHORROS Y LA TARJETA DE CRÉDITO EN DISTINTOS ESTABLECIMIENTOS COMERCIALES, CAJAS DE AHORROS Y BANCOS

Sesión 10: AHORRA Y PLANIFICA INGRESOS Y GASTOS

AUTONOMÍA EN LA ALIMENTACIÓN

Compra y conserva alimentos

Sesión 11: COMPRA LOS ALIMENTOS NECESARIOS PARA HACER COMIDAS Y APERITIVOS

Sesión 12: CONSERVA DE FORMA ADECUADA LOS ALIMENTOS COMPRADOS

Planea y prepara alimentos y comidas

Sesión 13: PLANIFICA Y HACE COMIDAS, MANTENIENDO UNA DIETA EQUILIBRADA

Sesión 14: UTILIZA CORRECTAMENTE LOS DISTINTOS UTENSILIOS Y ELECTRODOMÉSTICOS DE COCINA

- a) Utiliza la cocina de gas y la eléctrica de manera segura.
- b) Utiliza el microondas.
- c) Utiliza la cazuela.
- d) Utiliza la sartén.
- e) Utiliza la cafetera.
- f) Utiliza la batidora.
- g) Utiliza el exprimidor.
- h) Utiliza la olla con seguridad.
- i) Utiliza el abrelatas.

Sesión 15: APRENDE A COCINAR Y ALGUNOS CONSEJOS DE COCINA

- a) Prepara el desayuno.
- b) Prepara platos para la comida.
- c) Prepara platos para la cena (bocadillos, huevos fritos, ensaladas, etc.).

Desarrolla los hábitos necesarios de conducta durante las comidas:

Sesión 16: PONE LA MESA Y UTILIZA LOS CUBIERTOS CORRECTAMENTE

Sesión 17: SE COMPORTA ADECUADAMENTE DURANTE LA COMIDA

ACTIVIDADES COMUNITARIAS

Sesión 18: CONOCE Y PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LAS REDES INFORMALES DE TU COMUNIDAD, COMO SON LAS ASOCIACIONES DE ENFERMOS Y FAMILIARES Y LOS GRUPOS DE AUTOAYUDA

- Grupos de Apoyo o autoayuda.
- Grupos de la parroquia.
- Asociación de Enfermos y Familiares.
- Programa de vacaciones.
- El voluntariado.

Sesión 19: CONOCE Y ACUDE A ALGUNO DE LOS DISPOSITIVOS COMUNITARIOS DE LA RED ASISTENCIAL DE SALUD MENTAL Y ASISTENCIA PSIQUIÁTRICA (CEAS, Centros de Salud Mental, etc.).

- Equipos de salud mental
- Centro de Día
- Hospital de Día
- Alternativas Residenciales Comunitarias
- Centros de Acción Social (CEAS)

Sesión 20: CONOCE Y UTILIZA CORRECTAMENTE LOS MEDIOS DE TRANSPORTE URBANO, CON PRUDENCIA Y PRECAUCIÓN

- a) Identifica y sabe utilizar las paradas y diferentes líneas de autobuses urbanos, combinándolas, si fuera necesario.
- b) Conoce el funcionamiento de los autobuses interurbanos.

CONOCIMIENTO Y UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE Y DE OCIO

Sesión 21: CONOCIMIENTO Y UTILIZACIÓN ADECUADA DE SU TIEMPO LIBRE DURANTE TU ESTANCIA DENTRO DE LA UNIDAD DE REHABILITACIÓN

- Ocio terapéutico (programado): Participa en las actividades de ocio que se organizan en la Unidad durante su estancia y en las salidas programadas.
- Ocio personal: Planifica de forma individual su tiempo libre, fijándose objetivos y cumpliéndolos dentro de la Unidad.

Sesión 22: CONOCIMIENTO Y UTILIZACIÓN ADECUADA DE SU TIEMPO LIBRE FUERA DE LA UNIDAD DE REHABILITACIÓN

- Ocio terapéutico: Participa en las actividades de ocio organizadas por otros servicios ajenos a la Unidad (ej. actividades programadas por las asociaciones, club de ocio, CEAS, etc.).
- Ocio personal: Planifica de forma individual su tiempo libre, fijándose objetivos y cumpliéndolos cuando es dado de alta:

- *Ocio físico*: Valora la importancia del ejercicio físico y realiza actividades físicas o deporte durante su tiempo libre.
- *Ocio mental*: Realiza tareas mentales en su tiempo libre (ej. lectura de un libro; hacer cálculos de ingresos y gastos, etc.).
 - ▮ Conocimiento y utilización de los medios de comunicación social: prensa, radio y televisión.
 - ▮ Participa en las actividades de ocio que ofrece la comunidad (conciertos, exposiciones culturales, cine, etc.).
 - ▮ Conoce el funcionamiento de las bibliotecas y otros centros de ocio y tiempo libre (ej. club de ocio), localizando los más cercanos y utilizando los servicios que prestan alguno de ellos.

METODOLOGÍA

Las sesiones se deberán llevar a cabo, fundamentalmente, mediante reuniones en pequeño grupo (6-9 personas) para conseguir distintos aspectos que en un gran grupo no los alcanzaríamos. De este modo, estamos favoreciendo el aprendizaje cooperativo, reforzando las conductas positivas, tanto por los educadores como por sus compañeros, a los cuales tenemos que incitarles a reconocer un trabajo bien hecho. Así, conseguimos que los sujetos reciban estímulos positivos de sus propios compañeros, reforzándoles aún más esas conductas e incluso motivándoles.

Al final de cada uno de los temas que conforman cada área de contenidos, aparecen las actividades diseñadas para alcanzar cada uno de los objetivos específicos enumerados. El tutor en función de las características del grupo, deberá seleccionar aquellos contenidos que considere más relevantes. En el cuaderno de actividades aparece un resumen de estos contenidos. El tutor podrá añadir a este resumen otros aspectos relacionados con el tema y que considere importante abordar. En la guía del tutor se desarrolla más cada uno de los temas, teniendo en cuenta tanto las características de cada uno de los grupos, como las de cada uno de sus miembros.

En cada una de las sesiones se propondrá un amplio listado de actividades de grupo e individuales. El tutor deberá seleccionar aquellas que le parezcan oportunas, teniendo en cuenta las características del grupo y de cada uno de sus miembros, la duración de cada sesión, las instalaciones y los recursos materiales disponibles para su realización.

Es muy importante que se deje claro que las actividades individuales y los datos que se utilicen o describan, serán de uso exclusivamente personal; con esto se pretende que el participante, ante la posible incomodidad a la hora de describir una situación "muy personal", pero "impuesta", tenga la suficiente libertad, explícita e implícita, para realizar la actividad y analizar los datos sin falsearlos, posibilitando un análisis lo más cercano a la realidad, que es de lo que se trata.

Junto a esto, la aclaración de ciertos términos que pudieran resultar desconocidos o ambiguos, así como encuadrar la actividad dentro del proceso global de análisis y descubrimiento de uno mismo y de sus posibilidades y limitaciones, completarán la actividad a desarrollar por el tutor.

La metodología se caracterizará, principalmente por ser activa e individual, y atenderá a las necesidades de cada participante. El que cada uno de los participantes tenga su propio cuadernillo de trabajo, facilitará la tarea del profesional y además, permitirá que el partici-

pante adquiera una mayor autonomía ya que poco a poco será él quien lleve a cabo las actividades sin la ayuda y supervisión del profesional.

El grado de dificultad de las actividades irá en aumento y requerirá en menor medida la participación del profesional. Las intervenciones de los profesionales en las primeras actividades de cada tema, serán mayores.

En principio, el profesional debe prestar un nivel de asistencia que permita realizar al participante interacciones apropiadas con los materiales de la tarea. Cuando se vea que el participante adquiere la conducta objetivo, irán disminuyendo dichas intervenciones, ya que lo que se persigue es que hagan uso de ella con independencia funcional. Por ello, el refuerzo que temporalmente han ido recibiendo, ha de ir desvaneciéndose gradualmente, hasta que vayan poco a poco adquiriendo independencia en la tarea. Los refuerzos positivos a una conducta o respuesta deben ser continuos e inmediatos. Más tarde, para mantener la conducta, el refuerzo debe ser intermitente hasta llegar a su desaparición. Este refuerzo debe adaptarse a las características personales de los participantes y a la situación.

Los tipos de intervenciones que deben utilizarse, deben ser:

- *Verbales*: mediante explicaciones.
- *Gestuales*: apoyando las explicaciones con gestos y movimientos.
- *Físicas*: a través de habilidades que impliquen destrezas motoras.
- *Preguntas*: haciéndolas a cada uno dependiendo de la dificultad de ésta, y sabiendo que nos la van a responder correctamente. Solo así les ofreceremos un estímulo positivo.

Para poner en marcha este programa, el tutor cuenta con una serie de recursos:

Recursos personales (Tutor, educador, participantes...): son los más importantes ya que lo que pretendemos es desarrollar todas las potencialidades posibles de los participantes, de modo que tenemos que aprovechar y utilizar nuestro cuerpo, el lenguaje verbal y no verbal, etc., de tal manera que demos mucho mayor sentido a lo que decimos y que nos convirtamos en modelos a imitar en las distintas situaciones y lugares en los que deban poner en marcha estas habilidades de la vida diaria. El tutor desarrollará un papel activo, orientador y reflexivo.

Recursos materiales:

- Material didáctico.
- Locales: las salas o aulas donde tendrán lugar las diferentes sesiones de trabajo.
- Materiales de oficina.
- Materiales específicos para cada una de las actividades: revistas, cartulinas...
- Material inventariable: fotocopiadora, televisor, vídeo...
- Material fungible: bolígrafos, cartulinas, folios, lápices, pegamento...

CLIMA EN EL QUE HA DE DESARROLLARSE EL PROGRAMA

La filosofía general del programa es la de la implicación de los participantes de forma activa. Esta primera sesión debe intentar establecer una dinámica de trabajo en la que primen el interés activo de los participantes y la participación real de los mismos en cada una de las actividades que se realicen. En sus dos vertientes:

- A) De trabajo colectivo.
- B) De trabajo individual.

El clima del debate debe favorecer la participación de todos los miembros del grupo. Por ello, cada una de las sesiones comienza con el establecimiento de un pequeño debate. En esta actividad, se proponen una serie de preguntas que permitirán abrir el debate. El tutor deberá elegir aquellas preguntas que considere oportunas, según la composición y características de cada grupo.

También con el trabajo en grupo, lo que se pretende es que gran parte de la información tratada, sea generada por los propios participantes, de forma que el programa simplemente encauce y sistematice ese cúmulo de información después de haber sido contrastada.

En cuanto al ambiente ideal para el trabajo en grupo, el tutor debe crear un ambiente de cooperación, intercambiando ideas y favoreciendo el trabajo de participación basándose en el respeto de las opiniones de cada miembro del grupo.

Además el tutor deberá tratar de motivar a cada participante a que lleve a cabo las tareas para casa, haciéndole ver los beneficios que obtendrá si las lleva a cabo.

Todas y cada una de las sesiones se deberán desarrollar en un entorno que favorezca el trabajo de reflexión personal y que promueva la libertad y respeto para que sea posible que todos participen en todas las actividades. Otro aspecto que es muy importante para el buen desarrollo del programa, es que el tutor trate de crear un ambiente distendido en el que los participantes se sientan con confianza para plantear cualquier tipo de duda y no se sientan incómodos al hablar de cuestiones tan básicas y cercanas al terreno de su intimidad. Todo ello permitirá que el grupo se sienta cómodo a la hora de hablar de cuestiones tan personales, como son las referentes a su autocuidado.

FUNCIONES DEL TUTOR Y DE LOS PARTICIPANTES

Dado el carácter formativo-informativo que posee cada una de las 22 sesiones del programa, el tutor tiene que intervenir ante cualquier demanda de información que va a recibir por parte de los participantes. Por todo ello, el tutor debe desarrollar una doble función en esta y en todas y cada una de las sesiones. A continuación desarrollaremos con mayor profundidad cuáles deben ser cada una de las tareas que debe desarrollar el tutor, para terminar con una breve reseña a las tareas del participante y a los pasos del entrenamiento.

TAREAS DEL TUTOR DE GRUPO

A continuación exponemos una descripción general de las tareas del tutor y posteriormente enunciaremos las distintas funciones que debe desempeñar a lo largo de cada una de las sesiones del programa.

Las actividades individuales, de cierre y tareas para casa, propuestas para cada una de las sesiones del programa, el tutor deberá seleccionar algunas de ellas, teniendo en cuenta los conocimientos previos y características personales de cada miembro del grupo.

De esta forma, a un participante se le puede pedir que realice una actividad concreta y a su compañero otra diferente, no siendo necesario que la actividad o actividades que elija, sean hechas por completo. Por ejemplo, cuando hay que ver qué frases son verdaderas y cuáles falsas, el tutor puede escoger aquéllas que vea que se adaptan más al nivel del grupo y de los conocimientos teóricos que se les quiso transmitir en la primera parte de la sesión. Por todo ello, no se debe entender el programa como un bloque cerrado e inmutable, sino que por el contrario, debe facilitar al tutor su trabajo, que no es otro que motivar la participación y el descubrimiento.

En el debate de grupo, al igual que en la sesión anterior, la función principal del tutor, será la de dinamizar y motivar hacia la ejecución de las tareas; hacer de guía y moderador de las actividades de grupo y asesorar/aclarar dudas sobre el sentido o finalidad de las mismas y los resultados que los participantes deben conseguir.

Deberá ejercer la función de moderador en las sesiones de grupo, dado que se suelen presentar problemas con los participantes que son líderes naturales del grupo, que tienden a monopolizar la palabra en estas actividades grupales. Respecto al trabajo a realizar en casa, el tutor tratará como en anteriores sesiones de hacerles ver los beneficios que conlleva el que presten atención y realicen los ejercicios tanto en el aula como en casa.

Será también función del tutor en esta sesión, organizar los grupos para que funcionen con efectividad. Se puede decidir que exista en cada uno de ellos, un moderador que conceda los turnos de palabra. El tutor cuidará de disuadir, con su intervención, las tendencias de algunos a monopolizar la discusión.

El cumplimiento de los objetivos puede ser evaluado por medio de la verificación del nivel de cada actividad y la participación de los participantes; de la dinámica de grupo generada; de la/s información/es emanadas de los mismos; de las propias observaciones realizadas sobre la marcha de cada actividad; de la opinión expresada por los participantes, etc.

Si durante la explicación de la actividad se suscitan preguntas, dudas..., puede presuponerse una evaluación positiva. En cualquier caso es de suponer que el índice de participación en estas actividades, dependerá de la marcha general del programa y del interés previo de los participantes, así como del grado de motivación alcanzado en el grupo.

Es importante hacer una introducción a los participantes antes de comenzar cada una de las áreas, con el fin de motivar y también de conocer la situación previa de los participantes con respecto al tema. Del mismo modo debemos hacer pequeños resúmenes cuando terminemos las áreas para afianzar conocimientos y globalizarlos todos. Solo así, evitaremos que los entiendan como contenidos separados, sin conexión lógica. Así mismo, es conveniente hacer actividades de áreas anteriores y recordar aspectos importantes para ir interrelacionando los temas y recordando cosas puntuales. Es igualmente importante ir de lo global a lo particular de cada individuo, ya que no todos tienen las mismas carencias y necesidades. Para conseguir esto, debemos incluir después de cada tema unas reflexiones personales sobre:

- A) qué han aprendido en cada unidad
- B) cómo lo llevarán a cabo en el grupo
- C) cómo lo llevarán a cabo fuera de la Unidad (casa, centros de ocio, lugar de trabajo, etc.).

Funciones del tutor en cada sesión

1. Ofrecer información:

Deberá ofrecer a los participantes gran parte de la información que requieran, recogiendo las preguntas de los participantes y seleccionando la información a dar. Por otra parte, será misión del tutor el crear en los participantes la necesidad de la autoinformación y facilitar esta, lo cual conlleva:

- Ofrecer fuentes de información.
- Crear un ambiente de reflexión.
- Abrir interrogantes, dejando cuestiones concretas por resolver.

Para el cumplimiento de las dos funciones anteriores, será necesario que coordine el trabajo de los participantes; motive la búsqueda de información y cree un clima de trabajo individual y cooperativo.

Entiéndase bien que el tutor no tiene obligación de conocer toda la información que le van a pedir los participantes; esa exigencia sería absurda para cualquier tutor, dada la gran cantidad de información que comprende este tema de las habilidades de la vida diaria. Por consiguiente, para aquellas preguntas que desborden la capacidad de respuesta por parte del tutor se sugieren dos estrategias:

- a. Que el tutor proporcione referencias sobre donde encontrar la información demandada.
- b. Que convierta las demandas en actividades grupales y/o individuales de investigación para la obtención tanto de referencias (centros, fuentes...) como de información específica.

Para que la información que ofrezca el tutor a lo largo de la sesión, sea interiorizada por cada participante, deberá organizar y crear una situación adecuada que motive a los participantes sobre la nueva situación de aprendizaje que va a tener lugar.

Por ejemplo:

- "Ahora vamos a enseñaros cómo debéis lavaros las axilas y utilizar desodorante".
- "...cómo debéis ducharos".
- "...cómo se planean y preparan alimentos y comidas".
- "...cómo se utiliza la cocina de gas".
- "...cómo se limpia el suelo".
- "...cómo se cose un botón".

También deberá instruir a los participantes verbalmente sobre el uso adecuado del material y dar las normas de seguridad para aquellos objetivos que lo precisen, por ejemplo a la hora de manejar aparatos eléctricos, electrodomésticos, bombonas de gas, etc. Por último, es importante que a la vez indique y modele el lugar y posición idónea para lograr el objetivo.

2. Evaluar y registrar la adquisición o no de la habilidad a entrenar por el participante (Línea Base):

El profesor da una instrucción verbal individualmente al participante para que realice la conducta a entrenar. Por ejemplo:

“Regula la temperatura del agua”.

“Lávate las manos y la cara”.

“Haz la cama”.

“Sécate las manos y la cara después de lavarte”.

“Abróchate el chubasquero”.

De acuerdo con el **CRITERIO DE EVALUACION**, el profesor anota en la **Hoja de Registro** la corrección o incorrección de la conducta del participante. Si el participante no ha superado el objetivo, se procede al entrenamiento. Este apartado será expuesto con mayor profundidad en el apartado siguiente.

3. Intervenir en la conducta de cada participante:

La intervención en la conducta de cada participante debe ir dirigida a:

a) Modelar las conductas

El modelado consiste en que el profesor, u otra persona, ejecuta la conducta objeto del entrenamiento tal como quiere que sea aprendida por el participante, mientras éste observa atentamente.

b) Proporcionar las ayudas necesitadas

Según las dificultades mostradas en el aprendizaje por cada participante, el profesor le dispensa el mínimo de ayuda verbal, gestual o física que necesite para realizar con éxito la actividad. Posteriormente el profesor desvanece paulatinamente la ayuda hasta que el participante realiza independientemente la habilidad. Estas ayudas son muy importantes en las actividades más difíciles o de mayor precisión. El adulto debe estar atento a que el participante no fracase en sus ensayos hasta un punto de frustrarse o ceder en su expectativa de éxito.

4. Registrar cada conducta del participante, precisando las ayudas utilizadas:

Siguiendo el sistema descrito anteriormente en la sección de la *Hoja de Registro*.

5. Reforzar cada logro del participante en el proceso de aprendizaje:

Otras funciones del tutor que deben desarrollarse a lo largo de todo el programa, son las de servir de guía y de marco de referencia para sistematizar las informaciones de la forma más operativa y amena posibles y ser un agente motivador de cada actividad, trabajando mediante relaciones mayoritariamente establecidas a nivel horizontal. Por ello, el tutor deberá incentivar a los participantes explicando previamente cuál es el sentido y el interés de todas y cada una de las actividades de grupo que tiene pensado que lleven a cabo.

Dependiendo del participante y de la situación, y siguiendo los criterios generales que recoge el apartado de Consecuencias, se dispensa el refuerzo al participante en cada conducta emitida.

Las **CONSECUENCIAS** son los sucesos que siguen a la respuesta, y que pueden incrementar, decrecer o generalizar las ejecuciones de los sujetos. Siempre hay feedback verbal sobre lo correcto e incorrecto de las conductas de los sujetos, proporcionando reforzamiento social, y proponiendo alternativas metodológicas si el participante fracasa repetidamente en la adquisición. Conviene que el tutor o personal que esté presente con el participante, registre todas y cada una de las consecuencias que siguen a la realización de cada una de las actividades, para observar si ayudan a mejorar, empeorar o generalizar su ejecución en otras situaciones fuera del aula o sala en la que se inicia el aprendizaje de cada habilidad.

TAREAS DEL PARTICIPANTE

1.- Conoce y se familiariza con los materiales a utilizar

Previo al entrenamiento, el participante debe nombrar, conocer y explicar la utilidad del material empleado. No se busca la expresión oral correcta, sino el conocimiento de la utilidad concreta de los instrumentos, materiales o herramientas.

2.- Imita cada uno de los pasos del tutor

Una vez observado el modelado del tutor, adulto o compañero, el participante debe realizar, paso a paso y correctamente, cada conducta observada.

3.- Realiza las actividades complementarias propuestas por el tutor para adquirir la habilidad objetivo.

4.- Supera el Criterio de Evaluación propuesto para la habilidad entrenada.

Hasta que el participante no supera independientemente las conductas descritas, no se considera que haya adquirido el aprendizaje. Además, debe realizar el ejercicio correctamente durante tres o cuatro ensayos consecutivos.

5.- Generaliza las conductas (Familia, Colegio, etc.).

Para que el proceso de entrenamiento y adquisición de las habilidades logre insertarse en un análisis funcional de lo aprendido, se precisa programar simultáneamente tareas para colaboración de la familia o personas significativas que se relacionen directamente con el sujeto en la comunidad en que vive. Este apartado es requisito imprescindible para lograr un mantenimiento del aprendizaje.

En cada una de las sesiones, se especificarán el o los lugares en que se deberá llevar a cabo cada actividad. Si es fuera de la Unidad, se señalarán varios, con el fin de considerar los distintos lugares de procedencia y destino de cada uno de los participantes (vivienda familiar, vivienda independiente o dispositivos asistenciales).

EVALUACIÓN

La evaluación será continua, se llevará a cabo durante todo el proceso, fundamentalmente mediante la observación. La evaluación continua nos permite introducir cambios durante la puesta en práctica del programa con el fin de mejorar los resultados.

Se realizará a tres niveles:

1. Autoevaluación: lo que la persona manifiesta de sí mismo con los autorregistros que aparecen al final de las actividades de cada tema, concretamente en las tareas para casa.
2. La evaluación individual del personal sanitario y familiares.
3. La evaluación del grupo: lo que el grupo opina de cada miembro.

En estos niveles, se ha de tener muy en cuenta:

- En la autoevaluación, el fenómeno de la deseabilidad social.
- En la evaluación del grupo, si se realiza cuando todo el grupo está presente.
- En la del personal sanitario y la familia, si estas personas han observado todas las cuestiones que se plantean.

Autoevaluación

La autoevaluación es la que lleva a cabo cada participante después de cada sesión, como una de las tareas que tiene para casa. Cada sesión tiene un formato diferente de registro de las conductas:

➤ **TABLAS**

Para facilitar esta tarea, al final de cada una de las sesiones, y de explicarles las tareas para casa, a cada participante se les entregarán una o unas **tabla(s) de autorregistro**, en la que contestarán a distintas cuestiones que se les plantearán en relación a los objetivos. Cada participante deberá valorar si cada día de la semana cumplió cada uno de los objetivos que se le señalan, los cuales hacen alusión a conductas fácilmente observables y que no son difíciles de evaluar. Hay tres opciones de respuesta que se corresponden con tres colores: "SÍ" con el color verde; "NO" con el color rojo y "NO ERA NECESARIO" que se corresponde con el color amarillo. Si responde "no era necesario", anotará en la casilla correspondiente el por qué no lo era.

➤ **GRÁFICAS**

Junto a estas hojas, se les entregará una **gráfica** de cada sesión, en forma de quesito para que respondan si cumplieron o no con la mayoría de los objetivos de cada sesión, siguiendo el mismo formato de respuesta que con las tablas, pero con sólo dos opciones de respuesta (SÍ: color verde y NO: color rojo).

En estas hojas de autoinforme se les reformulan los objetivos con un lenguaje claro y fácil de entender para que les resulte más sencillo la observación de sus conductas y respondan a lo que se les pregunta.

También es conveniente que se les diga que antes de responder, tienen que pensar en el lugar donde se encuentran. Ejemplo: Si el objetivo es limpiar los muebles, si están en la Unidad de Rehabilitación, serán los muebles de su habitación; pero si se encuentran en su casa, serán los muebles de su casa.

En cuanto a aquellos pacientes que son dados de alta, se les debe motivar a que sigan rellenando estas hojas, haciéndoles ver que esto les ayudará a prevenir posibles recaídas y reingresos en la Unidad de Rehabilitación. Habrá algunas hojas, en las que debido a la naturaleza de los objetivos de cada sesión, se indicará que sólo sean rellenas tras el alta.

El objetivo de utilizar ambas formas de autorregistro, dada la heterogeneidad de personas que forman parte de cada grupo, es que cada uno elija aquella forma que le resulte más sencilla. Los tutores de cada grupo, tratarán de que ambas formas sean utilizadas para reforzar más aún la consecución de los objetivos y mejorar el nivel de conocimiento que cada uno tenga de sí mismo.

Evaluación individual

Con estos datos y con los que el tutor obtiene mediante la observación y cuestionarios, se puede redactar un informe de evaluación de cada participante, valorando las habilidades en las que está bien y en las que necesita mejorar. Se pueden sugerir algunas actividades, con el fin de que la familia y personal sanitario puedan ayudar al participante a seguir avanzando en la consecución de aquellos objetivos aún no alcanzados. A la hora de realizar el informe de evaluación, se prestará especial atención a las características del participante, el nivel del que se partía, así como de las actitudes que manifiesta.

El tutor deberá completar esta evaluación con la petición de opiniones a los participantes sobre el trabajo (actividades) que se les ha pedido que hagan, con objeto de completar la evaluación de la sesión en su conjunto.

La valoración tiene una segunda vertiente "instrumental". Así, de cada sesión se deberán extraer, previa consulta a los participantes, una serie de opiniones acerca de la idoneidad de las actividades que deberán ser reflejadas en un protocolo elaborado al efecto.

A continuación, les presentamos un ejemplo de la hoja de registro que el tutor de cada participante podría utilizar para llevar a cabo la evaluación individual de aquellos objetivos operativos que pueden observarse y analizarse durante el período de tiempo que el participante permanece en la Unidad de Rehabilitación. Habrá algunos objetivos perseguidos en este programa de habilidades básicas, cuya evaluación sea difícil o incluso imposible. En este programa incluimos todos, con el objetivo de que sea el evaluador quién determine si la conducta a observar es o no observable dentro de la Unidad.

Algunos de estos objetivos operativos, serán evaluados por el personal auxiliar que conoce a la persona desde su primer ingreso. Será él quién decida si conoce lo suficientemente bien a cada participante, como para poder emitir un juicio acerca de la conducta que se evalúa.

Para la observación de las conductas más difíciles de detectar, el evaluador debe intentar pedir al sujeto la realización de las mismas en el contexto más adecuado para ello. Por ejem-

plo, si el objetivo es: "Planifica comidas y aperitivos", se le puede pedir al participante que haga una lista de los platos que cocinará o ayudará a cocinar el fin de semana en su casa.

En la parte superior de la hoja de registro, el tutor anotará el objetivo operativo y el número de la sesión. En caso de que le surgiese cualquier duda respecto al objetivo y a cómo evaluarlo, podrá localizarlo en el desarrollo teórico y práctico en la guía del tutor.

La Hoja de Registro debe ser rellenada para cada objetivo operativo y en ella se anotan los datos de todos los sujetos del grupo, de manera que se pueda comparar su adquisición. En esta hoja existen varios apartados para identificar el programa aplicado, el grupo de alumnos y el objetivo entrenado. El cuerpo de la hoja lo constituyen los apartados de ensayos y sesiones, los cuales se dividen en línea-base (tres anotaciones) y los entrenamientos. La evaluación de los objetivos entrenados, se hará durante la semana posterior al entrenamiento de las habilidades básicas implicadas para su consecución.

Cuando el alumno realiza correctamente la habilidad en los tres ensayos de línea-base no se procede al entrenamiento. Si en la línea-base el alumno muestra que no domina la habilidad (código "0"), se procede a entrenarlo hasta superar el criterio de evaluación establecido en la ficha de trabajo. En la parte inferior, se anotan las fechas de cada sesión y el número de ensayos realizados.

En el caso de que exista algún objetivo que no pueda ser evaluado por el tutor, éste solicitará la ayuda de otro profesional de la Unidad o de la familia del alumno, preguntándoles acerca de la adquisición de la habilidad básica correspondiente al objetivo.

Código o sistema de anotación empleados:

- C** Ensayo incorrecto, no hay respuesta.
- F** Ensayo correcto con ayuda física.
- G** Ensayo correcto con ayuda gestual.
- V** Ensayo correcto con ayuda verbal.
- X** Ensayo correcto sin ayuda.

Cuando el alumno supera el objetivo se anota *.

Si tras 25 ensayos el sujeto no supera la habilidad, se anota **0**.

Estos 25 ensayos se podrán hacer como máximo en la semana posterior a la sesión de entrenamiento.

EJEMPLO DE HOJA DE REGISTRO

PROGRAMA/GRUPO:	OBJETIVO OPERATIVO: 1.1.8. Se lava los dientes y se enjuaga la boca.												
	LÍNEA BASE			ENTRENAMIENTOS									
NOMBRE Y APELLIDOS	0	0	0	C	F	F	G	G	X	X	X	*	
<i>Juanjo Arana Bedia</i>	0	0	0										
<i>Borja Crespo Canal</i>	0	0	0	G	X	X	*						
<i>Belén Caballo Río</i>	0	0	0	X	X	*							
<i>Cristina Gutiérrez Corral</i>	0	0	0	F	G	X	X	*					
<i>Miguel Ángel Ortiz Cilleros</i>	0	0	0	F	V	V	X	V	X	X	X	*	
<i>Cristina Jordán Bermejo</i>	0	0	0	X	X	*							
<i>Carmen Jenaro Martín</i>	0	0	0	F	F	F	F	F	G	X	X	*	
<i>Ricardo Nieto Alonso</i>	0	0	0	F	V	X	V	X	X	X	*		
<i>Teresa Escribano Toro</i>	0	0	0	F	V	X	X	X	*				
<i>Chema Cuadrado Sánchez</i>	0	0	0	X	X	*							
FECHA: 21-7-95	21-7-95			22-7-95									
ENSAYOS Y SESIONES													

C Ensayo incorrecto, no hay respuesta.**F** Ensayo correcto con ayuda física.**G** Ensayo correcto con ayuda gestual.**V** Ensayo correcto con ayuda verbal.**X** Ensayo correcto sin ayuda.**0** Objetivo no superado.

* Objetivo superado.

Evaluación de grupo

Para la evaluación de grupo, se utilizarán también hojas de registro, al final de cada una de las sesiones. Un ejemplo de estas hojas, es el siguiente:

PROTOCOLO DE EVALUACIÓN

- Los participantes se muestran atentos al desarrollo de las actividades:

Poco _____ Mucho
1 2 3 4 5

- En general, los participantes se muestran interesados por las actividades:

Poco _____ Mucho
1 2 3 4 5

- Plantean preguntas al tutor sobre las actividades a realizar:

Pocas _____ Muchas
1 2 3 4 5

- El grado de participación en las actividades se puede considerar:

Bajo _____ Alto
1 2 3 4 5

- En los debates o discusiones de grupo han participado:

Pocos participantes _____ La mayor parte
1 2 3 4 5

- El grado de organización de los grupos, tal como han funcionado, ha sido

Bajo _____ Alto
1 2 3 4 5

- El clima en el que se ha desarrollado la actividad ha favorecido la expresión abierta de las opiniones

Bajo _____ Alto
1 2 3 4 5

- La actitud comunicativa de los participantes ha sido

Negativa _____ Positiva
1 2 3 4 5

