



SÍNDROME DE DOWN :VIDA ADULTA

Revista digital de la Fundación Iberoamericana Down 21



NUM/11 JUNIO 2012

ARTÍCULOS

Formación para la inclusión social y la vida independiente

Elías Vived

Responsable del Área Educativa en Down Huesca

Eva Betsabé

Coordinadora pedagógica en Down Lleida.

Mónica Díaz

Coordinadora técnica de programas en Down España.

[Volver al sumario](#)

1. INTRODUCCIÓN

El proyecto de formación que presentamos constituye una experiencia pionera, que surge de las necesidades del colectivo de personas con discapacidad intelectual, analizadas a la luz de las nuevas formas de conceptualizar la discapacidad, de considerar las opiniones de los propios jóvenes con discapacidad, de sus padres y de los profesionales de las asociaciones. Este proyecto fue presentado a una convocatoria del Ministerio de Educación para la realización de actuaciones dirigidas a la atención del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo y a la compensación de desigualdades en educación y fue aprobado para ser desarrollado durante el curso 2011-12. Está coordinado por Down España - Federación Española de Síndrome de Down y se lleva a cabo, en esta primera fase piloto, en Down Huesca y Down Lleida. En esta primera parte presentamos todo el planteamiento general del proyecto y sus líneas de desarrollo. En la segunda parte, que ofreceremos próximamente, se detallarán la aplicación y desarrollo concretos del programa durante el pasado curso, así como los primeros resultados.

Con la formación para la inclusión social y la vida independiente se pretende impulsar actuaciones dirigidas a las personas con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales con el fin de contribuir a que las personas con discapacidad intelectual accedan al empleo, participen de forma activa en la sociedad y tengan la oportunidad de emanciparse de sus familias si así lo desean; todo ello con los apoyos (naturales y/o profesionales) que en cada caso precisen. Estas actuaciones formativas complementan la respuesta educativa que los jóvenes reciben en cada centro escolar y no solo van dirigidas a las personas con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales, sino que también se dirigen a sus familias y a los profesionales de las asociaciones y de los centros educativos.

Las personas con discapacidad intelectual constituyen un sector de población heterogéneo, pero todas tienen en común que, en mayor o menor medida, precisan de garantías suplementarias para vivir con plenitud de derechos o para participar en igualdad de condiciones con el resto de ciudadanos en la vida económica, social y cultural de la comunidad. Sin embargo, si repasamos la situación pasada y la actual de muchas personas con discapacidad intelectual observamos que la mayoría acceden fundamentalmente a entornos y actividades especiales, específicamente

diseñadas para personas con discapacidad intelectual. Solamente unos pocos tienen acceso a espacios vitales integrados. Y ello a pesar de que entre los principios que regulan muchas de las últimas normativas vinculadas con la discapacidad se encuentra el concepto de accesibilidad universal a espacios, bienes y servicios.

Por ello creemos que resulta fundamental diseñar nuevos proyectos que faciliten el acceso al empleo, la participación social y la vida autónoma y que contribuyan a que los jóvenes con discapacidad intelectual puedan vivir de una manera más independiente y disfruten de la mayor calidad de vida posible en entornos inclusivos.

Las dificultades de una persona con discapacidad tienen su origen en sus limitaciones personales, pero también y sobre todo en los obstáculos y condiciones limitativas que aparecen en la propia sociedad, estructurada en base al patrón de la persona que responde al tipo medio. Dentro de estas limitaciones, la posibilidad de desarrollar una vida independiente es quizás una de las que mantiene todavía mayores lagunas. Por todo ello nuestro proyecto formativo se enmarca dentro de un proyecto más amplio que denominamos proyectos de vida independiente, promovidos por la Red Nacional de Vida independiente de DOWN ESPAÑA, en consonancia con el movimiento integrado por algunas organizaciones de personas con discapacidad, organismos internacionales y expertos a favor del modelo de "vida independiente" que se vincula con el acceso al empleo, la participación ciudadana y la vivienda independiente (con los apoyos que sean precisos).

Queremos contextualizar el proyecto formativo dentro de los cambios que se producen en las normativas (particularmente la Convención Internacional de los Derechos de las Personas con Discapacidad) y en la concepción de la discapacidad en general y de la discapacidad intelectual en particular; autodeterminación, calidad de vida, modelos de apoyos, modelo social de la discapacidad, accesibilidad universal y diseño para todos, inclusión social, vida independiente son algunos de los conceptos que guían nuestro proyecto. Asimismo queremos vincularlo con los itinerarios personalizados hacia la vida independiente.

En este contexto de cambio, se exigen nuevos marcos de comprensión, nuevas actitudes hacia la discapacidad desde el respeto a las diferencias y la igualdad de oportunidades de todos los hombres y mujeres, nuevos enfoques organizativos, nuevas prácticas profesionales y parentales. El proyecto que estamos desarrollando quiere reflexionar sobre todas estas cuestiones.

En definitiva, el proyecto se inscribe dentro de las medidas que garantizan la igualdad de oportunidades y la accesibilidad a entornos inclusivos (en el trabajo, en la vivienda, en la comunidad, en la formación). Y se plantea como una formación complementaria a la realizada en los centros educativos sostenidos con fondos públicos. Esta formación se lleva a cabo en las asociaciones y en contextos comunitarios y el proceso desarrollado se está analizando a través de la metodología de investigación-acción. Se mantienen reuniones periódicas con los centros educativos, de modo que el profesorado tiene información puntual del desarrollo del proyecto con la finalidad de ir incorporado en los diseños curriculares de las últimas etapas educativas nuevos objetivos y contenidos vinculados con los nuevos conocimientos sobre discapacidad intelectual (que se deriven de ésta y de otras investigaciones y prácticas), con nuevos proyectos vitales y con nuevas expectativas y nuevos planteamientos pedagógicos.

Los módulos y talleres tienen como referente los proyectos de vida independiente (vivienda con apoyo, empleo con apoyo, participación ciudadana, formación permanente). La metodología didáctica que se desarrolla en la aplicación de los programas está fundamentada en el modelo didáctico mediacional, en el aprendizaje cooperativo, en el enfoque globalizado y en la generalización de los aprendizajes.

Este proyecto tiene un marcado carácter innovador, que trata de poner en práctica y "traducir" en actividades cotidianas la nueva conceptualización sobre discapacidad, las nuevas normativas y los nuevos planteamientos sobre los proyectos de vida de las personas con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales.

2. LOS NUEVOS CONCEPTOS SOBRE DISCAPACIDAD COMO REFERENTE TEÓRICO

Este proyecto quiere ubicarse en los nuevos modelos de concepción de la discapacidad, que pretenden ofrecer una imagen de las personas con discapacidad centrada en sus competencias y en su normalización. Conceptos como modelo de apoyos, autodeterminación, calidad de vida, accesibilidad universal, diseño para todos, vida independiente, etc., constituyen un nuevo modo de entender la discapacidad y lo que es más importante, de ellos se derivan implicaciones importantes en los ámbitos educativos, laborales y sociales y cambios en las organizaciones y en los servicios de atención a las personas con discapacidad. La conceptualización de la discapacidad debe influir en la percepción que tenemos sobre el papel que las personas con

discapacidad deben jugar en el trabajo y en la sociedad y tiene implicaciones en el modo de actuar y relacionarnos con ellas, en las prácticas parentales y profesionales y en la promoción de determinados programas educativos, más centrados en la autonomía y vida independiente, en la autodeterminación y en la inclusión social.

Estamos de acuerdo con Verdugo (2006) cuando afirma que la discapacidad no puede identificarse exclusivamente como una característica del individuo, sino que debe entenderse como un estado del funcionamiento de la persona, que depende no sólo de las condiciones individuales, sino que está muy influido por las oportunidades que tiene la persona para desarrollarse, así como por los apoyos que se le ofrecen para facilitar tal desarrollo. Ahora bien, ambos aspectos, oportunidades y apoyos, dependen del contexto, de la conceptualización que se tiene de la discapacidad intelectual y del modelo de intervención que se plantea con ella.

La fundamentación teórica que contextualiza este proyecto se sitúa entre las principales aportaciones en relación a la evolución que ha tenido el concepto de discapacidad intelectual, calidad de vida, autodeterminación y autonomía personal, accesibilidad de los contextos, vida independiente y modelo social.

2.1 Evolución del concepto de discapacidad intelectual. El modelo de apoyos

El concepto de discapacidad intelectual y su tratamiento ha sufrido un cambio sustancial en los últimos años del siglo XX. Actualmente nos encontramos ante un cambio muy importante en la forma de entender la discapacidad intelectual, que ha pasado de visiones deficitarias e individuales a modelos ecológicos, que entienden las necesidades de las personas desde la oferta de servicios y apoyos que se proporcionan.

En 1992 la Asociación Americana por el Retraso Mental (AAMR – hoy denominada AAIDD, Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo) propone una nueva definición sobre retraso mental que trata de poner fin a la discusión sobre la validez del criterio de inteligencia, de conectar la definición con algunos modelos más en desarrollo de la psicología y con otras perspectivas como la sociológica. La nueva propuesta no sólo trata de avanzar en una nueva conceptualización sino que además desarrolla un sistema de evaluación para planificar los apoyos y servicios de acuerdo con las necesidades detectadas. Este nuevo enfoque de la AAIDD se ha profundizado en años posteriores, dando lugar a un nuevo paradigma sobre discapacidad intelectual (modelo de apoyos), que se concreta en la reformulación que establecen Luckasson y colaboradores (2002).

Todos estos cambios progresivos han supuesto una transformación importante en la política de servicios que tiene que dar respuesta (apoyos, recursos, ayudas) a cada individuo de su comunidad dentro del respeto a las diferencias individuales, del derecho a la igualdad y a la equiparación de oportunidades, así como al reconocimiento de las capacidades.

Más recientemente, la AAIDD ha actualizado la conceptualización de la discapacidad intelectual de acuerdo con los últimos avances científicos. Esta actualización ha sido realizada por un comité de 20 expertos, y representa tanto una declaración de principios sobre lo que significa la discapacidad intelectual desde el paradigma social, como una propuesta de intervención en esta materia. Esta propuesta incluye pautas para el diagnóstico de la discapacidad intelectual o del desarrollo, su clasificación, y el diseño y puesta en marcha de los diferentes apoyos necesarios para conseguir proyectos de calidad de vida (Schalock y Cols, 2010).

Junto a todo ello, también se plantean diferentes implicaciones que tiene la discapacidad intelectual en las políticas sociales desarrolladas por las administraciones públicas, en el ámbito educativo, y en el papel de las organizaciones que representan a este colectivo de personas.

Verdugo (2010) señala que el modelo socio-ecológico de la DI resulta importante para la comprensión de la condición y el enfoque que tomamos sobre las personas con DI, al menos sobre estos aspectos:

- Ejemplifica la interacción entre la persona y su ambiente
- Cambia la explicación de discapacidad intelectual alejándola de una visión centrada en los déficits y en la persona hacia el resultado de un desajuste entre las capacidades de la persona y las demandas de su ambiente.
- Se centra en el rol que los apoyos individualizados pueden desempeñar en la mejora del funcionamiento individual.
- Permite la búsqueda y comprensión de la “identidad de discapacidad” cuyos principios incluyen: autoestima, bienestar subjetivo, orgullo, causa común, alternativas políticas y compromiso en la acción política.

Se actualiza el modelo conceptual desde una perspectiva socio-ecológica y multidimensional, exponiendo una definición operacional y otra constitutiva de la categoría. Se presenta la definición y premisas que lleva implícita, y se determinan con claridad los criterios psicométricos a utilizar para establecer bien los límites del diagnóstico.

En esta nueva actualización se nos plantea que hemos de tomar una perspectiva positiva en la evaluación de las personas con DI y no abundar exclusivamente en las limitaciones, algo que ha sido (y sigue siendo) muy habitual. Si bien es necesario conocer las limitaciones, será la información existente sobre las capacidades de la persona la que permita establecer las líneas de acción educativas o habilitadoras para construir un programa individual de apoyo. Las claves son definir qué apoyos son los apropiados y mantenerlos durante un periodo prolongado. Todas las personas tienen derecho a una atención y apoyo individualizado apropiados. En definitiva, las tareas de evaluación han de vincular necesariamente la información que se recoge con la puesta en marcha de programas de apoyo dirigidos a mejorar el funcionamiento de la persona.

2.2 Calidad de vida

El objetivo de todo proceso educativo y formativo debe estar enfocado a mejorar la calidad de vida de las personas a quienes se dirige. Schalock (1996) plantea que el concepto "calidad de vida" es un concepto multidimensional, formado por varias dimensiones: bienestar emocional, bienestar físico, bienestar material, relaciones interpersonales, desarrollo personal, autodeterminación, inclusión social y derechos. Entre los predictores para la calidad de vida señala factores personales (específicamente la conducta adaptativa y la autodeterminación) y otras variables del entorno, entre ellas el apoyo recibido.

La calidad de vida para personas con discapacidad se compone de los mismos factores que para el resto de las personas. La calidad de vida aumenta cuando se da el poder a las personas de participar en decisiones que afectan a sus vidas y cuando se da una aceptación e integración plena en la comunidad. En definitiva, se experimenta calidad de vida cuando se tienen las mismas oportunidades que el resto de perseguir y lograr metas significativas y se dispone de los apoyos necesarios para que las oportunidades sean reales.

En la década de los 90 se ha enfatizado la atención hacia la calidad de vida. En esta década, como ya hemos comentado, se produce un cambio en la conceptualización de la discapacidad intelectual y una redefinición del papel de los servicios específicos y de los servicios comunitarios. También se enfatiza el hecho de que las personas con discapacidad intelectual expresen su manera de pensar y sus puntos de vista acerca de aspectos relacionados con sus propias vidas.

Este cambio de actitud consiste en centrarse en la persona, tanto como individuo como en relación con su entorno; parte de este cambio supone pasar de una orientación basada en el déficit a una estrategia de mejora apoyada en el reconocimiento de sus posibilidades; y parte es debido a la consideración del concepto de calidad de vida como agente de cambio para mejorar la vida de las personas.

Schalock (2009) señala la integración conceptual que se está produciendo en el ámbito internacional de un marco de calidad de vida en combinación con un proceso de planificación individualizado, basado en el paradigma de apoyos. De esta manera, se alinea la prestación de apoyos con el marco de calidad de vida, enfatizando el papel que los apoyos individualizados desempeñan en la mejora de los resultados personales relacionados con la calidad de vida (van Loon, 2008).

2.3 Autodeterminación y autonomía personal

Un elemento o indicador fundamental que define el constructo calidad de vida es que el individuo alcance la mayor autonomía personal posible. Para que una persona con discapacidad logre esa autonomía es necesario que, desde el principio de su proceso educativo, los educadores tengamos muy claro el objetivo que queremos lograr: cada actividad propuesta debe tener como fin último la autonomía personal adquirida de manera responsable y proporcionando la mayor calidad de vida posible.

La autodeterminación es uno de los elementos centrales del concepto de calidad de vida como ya hemos visto. Se refiere a la capacidad para actuar como el principal agente causal de la propia vida y realizar elecciones y tomar decisiones relativas a uno mismo, libre de influencias o interferencias externas indebidas (Wehmeyer, 1996).

A la hora de plantear qué componentes están relacionados con la autodeterminación, se considera que ésta es una combinación de habilidades, conocimientos y creencias que capacitan a una persona para comprometerse en una conducta autónoma, autorregulada y dirigida a meta.

Para la autodeterminación es esencial la comprensión de las fuerzas y limitaciones de uno, junto con la creencia de que es capaz y efectivo. Cuando actuamos sobre las bases de estas habilidades y actitudes, las personas tienen más capacidad para tomar el control de sus vidas y asumir el papel de adultos.

El desarrollo de la autodeterminación requiere de un sistema de apoyo que lo favorezca, que estimule las iniciativas de la persona, que fomente su participación en las acciones relevantes para su vida, que promueva el establecimiento de metas personales, que ayude a la persona a estar segura de sí misma, a confiar y valorar sus logros, que potencie la autonomía y favorezca la autorregulación, etc.

2.4 Accesibilidad y adaptabilidad de los contextos

La accesibilidad y adaptabilidad de los contextos debe ser una condición necesaria para brindar oportunidades de participación a las personas con discapacidad, oportunidades que hay que considerarlas como derechos irrenunciables. Es necesario trabajar no sólo con las personas con discapacidad, sino también en el contexto, lo que supone redefinir y revisar actitudes y percepciones de familiares, profesionales y sociedad en general. En relación a la intervención en los contextos hay que ofrecer apoyos en los mismos, proporcionando oportunidades a las personas con discapacidad y diseñando ámbitos de participación.

La planificación de los servicios y la respuesta que la comunidad debe proporcionar a las personas con discapacidad tiene que tener como eje al individuo, a partir del cual se organizan las acciones. El objetivo no es crear programas y planes pensados específicamente para personas con discapacidad sino que de lo que se trata es de planificar servicios para el conjunto de los ciudadanos, que cuenten con los soportes necesarios para, en el contexto de la comunidad, responder a las necesidades más específicas, desde el paradigma de la accesibilidad universal y del diseño para todos.

2.5. Vida independiente

La consideración de las personas con discapacidad intelectual, como ya hemos comentado, ha evolucionado a lo largo de la historia. Uno de los aspectos más importantes del cambio al que nos referimos ha sido el proceso de normalización. Actualmente se pretende que las personas con discapacidad desempeñen el papel más normalizado posible en la sociedad. Para conseguir su total inclusión social se busca, desde diferentes ámbitos, la eliminación de barreras para la participación y el aprendizaje y la propuesta de acciones educativas centradas en las habilidades para una vida más autónoma e independiente.

Vemos imprescindible, por tanto, que desde la escuela se proporcionen los medios adecuados para que los alumnos con discapacidad adquieran las capacidades sociales y de autonomía personal necesarias para interactuar con sus compañeros de manera adecuada, para aumentar las probabilidades de éxito de su integración, para aceptar y ser aceptado por sus compañeros.

2.6. Modelo social de la discapacidad

Frente al modelo basado en el déficit, que conceptualiza la discapacidad como consecuencia de los déficits existentes en la persona, el modelo social define la discapacidad como las desventajas que el individuo experimenta cuando el entorno es incapaz de dar respuesta a las necesidades derivadas de sus características personales (Jiménez, 2007).

Como ha señalado Verdugo (1995), el modelo social es una elaboración teórica que surgió como consecuencia de las luchas por la vida independiente, la ciudadanía y los derechos civiles para las personas con discapacidad. Desde este modelo, las personas con discapacidad se ven como un grupo sujeto a discriminación, cuyas limitaciones son la consecuencia de la falta de adecuación del entorno construido (barreras físicas) y del entorno social (estereotipos, prejuicios, limitaciones a la participación) a las necesidades de todos los ciudadanos. Consecuentemente, las soluciones han de venir desde la acción social, pues la sociedad tiene la responsabilidad colectiva de realizar las modificaciones en el entorno necesarias para facilitar la plena participación en todas las esferas de la vida social de las personas con discapacidad. En el nivel político, esta responsabilidad se configura como una cuestión de derechos humanos.

La preocupación ha pasado a centrarse en los factores que determinan los entornos en que se desenvuelven las personas con discapacidad (sociales, económicos, institucionales y formativos), así como en la importancia de eliminar obstáculos y promover entornos accesibles para que las personas con discapacidad puedan mejorar su participación en la vida social y económica.

3. LOS PROYECTOS DE VIDA INDEPENDIENTE COMO REFERENTE CURRICULAR

En el Artículo 2.a de la Ley 51/2003, de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal se define la vida independiente como la situación en la que la persona con discapacidad ejerce el poder de decisión sobre su propia existencia y participa activamente en la vida de su comunidad, conforme al derecho al libre desarrollo de la personalidad.

Efectivamente, desde hace muchos años, las personas con discapacidad demandan una integración plena y activa en la sociedad, poniendo el énfasis en la participación directa en todos los ámbitos que afectan a sus propias vidas (vivienda, empleo, formación, participación en la comunidad, ocio, cultura, etc.).

Se pretende que las personas con discapacidad desempeñen el papel más normalizado posible en la sociedad, defendiendo su total integración social. La formación en comportamiento adaptativo y adquisición de habilidades para la vida diaria se deben empezar a trabajar de manera sistemática desde la escuela y desde las asociaciones para favorecer su inclusión social y sus relaciones interpersonales, así como su autonomía personal y su autodeterminación. También consideramos que es importante crear espacios que les permitan seguir adquiriendo, una vez terminada la escuela, estas habilidades y que estos espacios deben ser lo más normalizados posibles.

La vida independiente se plantea como una oportunidad para tomar las propias decisiones respecto de dónde, con quién y cómo vivir. Es el control que una persona tiene sobre su propia vida, con los apoyos que precise en cada caso.

En este sentido, consideramos que la finalidad básica de un Proyecto de Vida Independiente es ofrecer oportunidades y apoyos que permitan favorecer el desarrollo de habilidades sociales, de autonomía personal, de autorregulación y de autodeterminación de las personas con capacidades diversas, además de mejorar su autoestima y su calidad de vida, acercándolas cada vez más a la normalización plena en todos los ámbitos personales y en diferentes contextos (laboral, vivienda, social, contextos formativos, etc.).

El proyecto de vida independiente para personas con discapacidad intelectual, promovido a partir del modelo social, de la autodeterminación y de la inclusión social, se puede concretar en, al menos, los siguientes componentes: participación laboral, vivienda independiente, participación ciudadana y formación permanente. A continuación se explican brevemente estos componentes del proyecto para la independencia y la autonomía.

a. Participación laboral. Un aspecto fundamental en la vida de toda persona lo constituye el acceso al empleo. Las personas con discapacidad intelectual tienen serias dificultades para acceder al empleo ordinario, dificultades que a pesar de los esfuerzos realizados en los últimos años, todavía siguen vigentes, y se requieren medidas que permitan romper las barreras que dificultan su accesibilidad al mercado laboral. Hasta que estas medidas sean contundentes, eficaces y sostenidas en el tiempo, será necesario articular modelos integrales de inserción laboral que contemplen otras opciones laborales, además del Empleo con Apoyo, para responder a las necesidades laborales de un colectivo heterogéneo. Dentro de este modelo integral se pueden precisar diferentes estructuras laborales que funcionen como oportunidades reales de empleo: Empleo con Apoyo (empresas privadas, empleo público), Centros Especiales de Empleo, Enclaves Laborales, Empresas de Inserción Laboral, Cooperativas Laborales, etc. Ahora bien, estas opciones tienen sentido siempre que se organicen como apoyo al itinerario individualizado de vida independiente de la persona con discapacidad intelectual, centrado en la autonomía de las personas, en la autodeterminación y en la inclusión social.

b. Vivienda independiente. Este proyecto consiste en que jóvenes sin discapacidad conviven con jóvenes con discapacidad a lo largo de un periodo de tiempo prolongado en un piso. Con este proyecto se ofrece un escenario innovador que permite que los jóvenes con discapacidad adquieran una mayor autonomía personal, habilidades para la convivencia y mayor independencia en determinadas actividades de la vida diaria, especialmente las relacionadas con el funcionamiento dentro de la vivienda, así como las vinculadas a la participación social y las relaciones interpersonales.

c. Participación ciudadana. La inclusión y la participación social es una de las dimensiones básicas de la calidad de vida de las personas y uno de los objetivos básicos del proyecto de vida independiente. Sentirse parte de la comunidad y participar regularmente en los acontecimientos sociales, culturales, deportivos, recreativos, etc., que se organizan en la comunidad debe constituir un aspecto fundamental en el desarrollo de las personas.

d. Formación permanente. Las personas con discapacidad intelectual precisan, como el resto de las personas, de acciones de formación continua, centradas en el desarrollo personal, socio-cultural y laboral. Esta formación conviene desarrollarla en escenarios inclusivos y en la definición de la misma, las personas deben participar de forma activa.

El proceso formativo que van a seguir los participantes en un proyecto de vida independiente a lo largo de su itinerario individualizado se ha planteado como un medio para que aprendan a desenvolverse con autonomía y responsabilidad en la comunidad, en el hogar y en el trabajo. Que conozcan y se impliquen en los diferentes ámbitos y oportunidades que ofrece la comunidad (en lo cultural, en lo deportivo, en lo institucional, en lo lúdico, etc.); que compartan momentos agradables en actividades recreativas o de ocio, con personas con y sin discapacidad; que se manejen con destreza en las diferentes tareas del hogar, que desarrollen habilidades de comunicación y convivencia con otras personas, que organicen su tiempo dentro de su vivienda; que desempeñen trabajos en el mundo laboral integrado; etc. Estas son algunas de las condiciones necesarias para desarrollar una adecuada inclusión social de las personas con discapacidad. Por otro lado, la autodeterminación es una de las ideas fundamentales que debe regir el funcionamiento de todos los ámbitos del proyecto.

El proyecto de vida independiente pretende avanzar en estos desarrollos y favorecer la generalización de la autonomía personal de las personas con discapacidad en todos los ámbitos, preparándolas para llevar una vida más autónoma e independiente. Estar vinculado, como ya se ha indicado, con estos cuatro ámbitos importantes: vivienda, trabajo, comunidad y formación. Y la conquista de un buen nivel de independencia en estos entornos no va a depender solo de las habilidades personales del individuo, sino que la supresión de barreras para la participación, la adaptabilidad del entorno, el respeto y aceptación de la diferencia, la provisión de apoyos, etc. son condiciones imprescindibles para la consecución de la inclusión social.

Todos estos aspectos mencionados están vinculados al contexto, y dependen, en buena medida, de las oportunidades y apoyos que se le brinden a la persona y no hay que olvidar que tanto las oportunidades educativas que se ofrezcan así como la determinación de los apoyos (en cualidad, intensidad y frecuencia) son características asimismo del contexto. Y esta es nuestra responsabilidad, de las organizaciones, de las administraciones y de la comunidad.

Este nuevo planteamiento se centra no solo en las personas con discapacidad, sino en los entornos. En este sentido, la labor de los profesionales, familiares y organizaciones debe consistir en aportar una crítica de la situación y proponer y demandar cambios positivos en los diferentes contextos, que favorezcan una mayor aceptación y accesibilidad de las personas con discapacidad y que supere las barreras que en estos contextos pueda haber para la participación y para el aprendizaje de todas las personas.

Los proyectos de vida independiente, así como los conceptos que fundamentan dichos proyectos, deben tener implicaciones en las familias y en los centros educativos, tanto en los centros escolares como en los centros de las asociaciones. Para ello habrá que plantear medidas de sensibilización, información y formación tendentes a reflexionar y contrastar las prácticas habituales con respecto a los nuevos conocimientos que tenemos sobre la discapacidad, con respecto a nuevos planteamientos educativos y con respecto a nuevas oportunidades y apoyos. Las prácticas parentales, las prácticas pedagógicas, el diseño de nuevos programas educativos, la organización de servicios, el papel de las asociaciones en el contexto social, etc, son algunos ámbitos que tendrán que verse afectados por los nuevos planteamientos sobre la discapacidad intelectual.

Con este enfoque de indagación y de innovación queremos promover medidas formativas para la inclusión social y la vida independiente dirigidas a los/as alumnos/as con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales. Pensamos que también serán necesarias medidas centradas en las familias así como en los profesionales y directivos de las asociaciones, en el profesorado de los centros educativos y en las personas voluntarias y estudiantes en prácticas que colaboren con este proyecto. Lógicamente el desarrollo de los proyectos de vida independiente, además de estas medidas formativas y de sensibilización, requiere de una serie de actuaciones dirigidas a la preparación de los contextos inclusivos (vivienda, empleo, comunidad, ...). Estas actuaciones son promovidas generalmente por las organizaciones sociales, en colaboración con distintas administraciones y precisan, en bastantes casos, de cambios normativos y apoyos financieros.

4. LA INVESTIGACIÓN-ACCIÓN COMO REFERENTE METODOLÓGICO DE INNOVACIÓN

A la luz de los nuevos conocimientos sobre las personas con síndrome de Down, sobre las personas con discapacidad intelectual, de los nuevos referentes normativos, de los nuevos conceptos sobre discapacidad, conviene seguir reflexionando e introduciendo nuevas prácticas en las propuestas educativas, que estimulen una relación permanente y colaborativa entre asociaciones, familias y centros escolares. Esta incorporación de nuevos enfoques debe realizarse a través de un plan de acción, abierto y flexible, a través de un compromiso colectivo (que implique a padres y otros familiares, profesionales, profesorado, etc.) y a través de cambios importantes en la manera de pensar y actuar (gestión más participativa, mayor incidencia en la comunidad, cambios profundos en el currículum, etc.). Todo ello puede beneficiarse y potenciarse a través de la metodología de investigación-acción.

El objeto de la investigación-acción lo constituye la transformación de la práctica educativa y/o social, al tiempo que se procura una mayor comprensión de la misma. Los profesionales que trabajan en la investigación-acción intentan plantearse cuestiones y problemas que se dan en el marco educativo, social, laboral, etc, logrando como resultados de su actividad reflexiva, una comprensión mayor de su propia práctica, la mejora de la misma y su desarrollo profesional. La práctica educativa tiene siempre una dimensión social, y exige, por lo tanto, un marco de referencia valorativo que nos indica la orientación y el cambio deseado.

Desarrollar una articulación permanente de la investigación, la acción y la formación a lo largo de todo el proceso es una finalidad de este proyecto, tratando de establecer un proceso continuo de la investigación-acción en el que se articule la actividad reflexiva y la acción transformadora, la innovación y la investigación, la construcción de la realidad y la recogida de observaciones de ésta, con la posterior reflexión y nuevo replanteamiento. Este movimiento en espiral va desde la planificación a la acción, pasando por la observación hasta llegar a la reflexión, donde se plantean las conclusiones que serán el inicio de un nuevo ciclo, comenzando por una nueva planificación y así sucesivamente.

Esta manera peculiar de acercarse a la realidad, vinculando el conocimiento y la transformación, promueve una investigación-acción que ha de tener como objetivo último el cambio educativo y social. Para ello se requiere un nuevo tipo de investigador, los profesionales vinculados a la acción pueden investigar de otro modo, contribuyendo así a crear un nuevo tipo de investigador que se sitúa más cerca de los problemas cotidianos. Este investigador debe caracterizarse por el compromiso, la curiosidad y la indagación sistémica y autocrítica de una realidad concreta.

Tal tipo de investigador en la acción participa en el proceso de la investigación y le exige en ocasiones una toma de conciencia de su posición ideológica, ya que los valores están integrados en el proceso de investigación como elemento fundamental. Se interpreta la investigación como una indagación sistémica y autocrítica basada en la curiosidad y en un deseo de comprender la realidad para transformarla.

5. FORMACIÓN PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL Y LA VIDA INDEPENDIENTE

Por lo que respecta a la formación para la inclusión social y la vida independiente, hay que tener en cuenta que las habilidades sociales, la autonomía personal, el desarrollo de conductas autorreguladas, la participación social y laboral (vinculando todo ello a un desarrollo de la autodeterminación de los alumnos con discapacidad intelectual) constituyen competencias fundamentales en su desarrollo como personas, de gran importancia para su preparación laboral y su posterior integración en el mercado de trabajo, para su participación en la sociedad y para el desarrollo de una vida independiente. Todas estas competencias se trabajan dentro de este programa formativo.

En este sentido, el programa formativo incide en todas las áreas de desarrollo señaladas, indagando metodologías centradas en el autoconcepto, en el sentimiento de competencia, en el enfoque mediacional y en el aprendizaje cooperativo. El resultado de todo ello constituye precisamente un itinerario formativo centrado en el proyecto de vida independiente que se orienta hacia el trabajo, la participación ciudadana y un óptimo desarrollo de la autonomía y la autodeterminación.

5.1. Objetivos del proyecto de formación

Diseñar un programa formativo para jóvenes con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales que tenga como referencia los proyectos de vida independiente y los nuevos conceptos sobre discapacidad.

Aplicar y evaluar el programa de intervención en una muestra de alumnos/as con necesidades específicas de apoyo educativo.

Indagar nuevos planteamientos didácticos, coherentes con los perfiles de aprendizaje de los alumnos.

Plantear medidas formativas para las familias de los jóvenes y medidas de colaboración entre padres y profesionales en base a las implicaciones que sobre las prácticas parentales tienen los nuevos conceptos y planteamientos sobre la discapacidad intelectual.

Establecer mecánicas sensibilizadoras y formativas de todos los agentes educativos que intervienen con este alumnado (directivos y técnicos de las asociaciones, profesorado de centros educativos, voluntarios y estudiantes en prácticas que colaboran en el desarrollo del proyecto).

Desarrollar mecanismos de colaboración entre las Asociaciones de discapacidad con los centros educativos para ofrecer una respuesta educativa integral y coordinada, centrada en la satisfacción de las necesidades educativas de los alumnos con discapacidad intelectual y coherente con los nuevos conocimientos y conceptos sobre discapacidad en general y discapacidad intelectual en particular.

Divulgar el proceso seguido y los resultados obtenidos en el proyecto a las entidades federadas a DOWN ESPAÑA, así como a los centros educativos que tienen integrados a los alumnos con discapacidad intelectual.

5.2. Contenidos

Los contenidos del programa formativo tienen un carácter modular y de taller práctico, funcional y participativo. Cada uno de los módulos se articula en talleres y/o en programas compuestos por unidades didácticas con los siguientes componentes en cada unidad: objetivos, contenido, desarrollo metodológico de las actividades (presentación de los objetivos y de los organizadores previos; evaluación de los conocimientos previos; actividades realizadas en pequeños grupos cooperativos; aplicación de los aprendizajes a otras situaciones; trabajo individual con el cuaderno de trabajo personal; consolidación de la organización cognitiva, resumen y valoración de los contenidos abordados, y evaluación.

Los módulos que se plantean en el programa formativo, distribuidos inicialmente en dos niveles, son los siguientes:

NIVEL I	NIVEL II
<p>Comunicación y creatividad I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taller de comprensión lectora y creatividad I - Taller conversacional I - Taller de periodistas I - Programa de música /danza.... 	<p>Comunicación y creatividad II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taller de comprensión lectora y creatividad II - Taller conversacional II - Taller de periodistas II - Programa de música /danza....
<p>Autodeterminación e inclusión social I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Programa de habilidades sociales, autonomía personal y autorregulación 	<p>Autodeterminación e inclusión social II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Programa de autodeterminación, participación social y participación laboral
<p>Habilidades para la vida independiente I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Destrezas en el contexto familiar I - Destrezas en el contexto social I - Destrezas en el contexto laboral I 	<p>Habilidades para la vida independiente II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Destrezas en el contexto familiar II - Destrezas en el contexto social II - Destrezas en el contexto laboral II
<p>Educación afectivo-sexual I</p>	<p>Educación afectivo-sexual II</p>

5.3. Actividades

En el proyecto se plantean distintos tipos de actuaciones: a) acciones de diseño, elaboración y planificación, b) actuaciones para realizar con los alumnos, c) actuaciones para desarrollar con la familia, d) actuaciones con profesionales de las Asociaciones y con los voluntarios y alumnado en

prácticas que colaboran en el proyecto y e) actuaciones para llevar a cabo con los centros escolares.

Finalmente también se plantean otro tipo de actuaciones que se consideran importantes para garantizar la eficacia y la calidad del proyecto; son las siguientes: actuaciones de investigación e innovación, actuaciones de elaboración de material didáctico y actuaciones de divulgación y multiplicación de efectos. A continuación se describen brevemente estas acciones que se están desarrollando.

A. Acciones de diseño, elaboración y planificación

a. Diseño definitivo del programa, configurando los diferentes módulos con sus respectivas unidades didácticas y/o talleres

b. Reflexión y concreción del modelo didáctico.

c. Diseño de las medidas formativas con respecto a las familias, a los técnicos de las asociaciones, al profesorado de los centros educativos, a los voluntarios y estudiantes en prácticas.

d. Planteamiento en la elaboración de materiales didácticos. Especial énfasis en la metodología de lectura fácil.

B. Actuaciones con los alumnos

Las actividades que se llevan a cabo con los alumnos son las que se plantean en los diferentes módulos formativos, y se concretan en las respectivas unidades didácticas y/o talleres. Estas actividades se desarrollan en las asociaciones y en el contexto social. Se definen y desarrollan actividades en pequeño grupo colaborativo y actividades individuales.

C. Actuaciones con las familias

La participación de la familia resulta clave para la buena marcha del programa; por ello su implicación es fundamental. Se plantean una serie de reuniones periódicas en grupo para analizar el desarrollo del programa, las dificultades que surgen, las soluciones que se pueden aportar, etc. Estas reuniones tienen una frecuencia mensual. En la primera reunión se presentó el programa y se explicaron los diferentes componentes del mismo. En las siguientes reuniones se van explicando diferentes contenidos de los proyectos de vida independiente y las implicaciones educativas que se derivan de ellos y se van abordando distintos temas relacionados con los contenidos de los módulos formativos (autonomía personal, educación vial y movilidad, autodeterminación, sexualidad, habilidades para la vida independiente, etc.). La última reunión grupal del curso se destinará a efectuar una valoración del programa

Además de las reuniones grupales se establecen mecanismos de relación individual, a través de reuniones individualizadas con cada familia (con frecuencia trimestral, pero también con criterios flexibles, en función de necesidades específicas y de la demanda de la propia familia).

D. Actuaciones con profesionales de las Asociaciones y con los voluntarios y alumnado en prácticas que colaboren en el proyecto

a. Curso breve sobre la fundamentación, contenidos y metodología del programa.

b. Reuniones de coordinación y seguimiento.

E. Actuaciones con los centros escolares

En las reuniones periódicas que se mantienen con cada centro escolar se ofrece información de la marcha del programa así como de la evolución de los alumnos escolarizados en el centro escolar, sus avances y dificultades y las perspectivas de apoyo de los diferentes agentes educativos (familias, profesorado del centro escolar, profesionales de la asociación y voluntarios).

F. Actuaciones de investigación e innovación

En el desarrollo del proyecto se han puesto en marcha estrategias de investigación-acción, con el fin de incorporar rigor en el desarrollo de los diferentes procesos implicados. Hay que tener presente que se trata de un estudio piloto desarrollado con la intención de extenderlo a otras zonas, en función de la valoración que se haga del programa formativo aplicado.

Además se contemplan otras actuaciones, centradas en una mayor profundización de investigaciones futuras: a) promover una línea de investigación, dentro del desarrollo de la autodeterminación, la vida independiente y la inclusión social de jóvenes con discapacidad intelectual en un marco de colaboración entre las entidades implicadas y determinados grupos universitarios de investigación; b) ofrecer perspectivas de generalización de la experiencia (o de parte de ella) a determinados centros escolares a través de los proyectos de innovación docente impulsados por las respectivas Consejerías de Educación.

G. Actuaciones de elaboración de material didáctico

- a. Elaboración propia de materiales didácticos para el aprendizaje de los contenidos indicados.
- b. Adaptaciones individualizadas de los materiales didácticos.

H. Actuaciones de divulgación y multiplicación de efectos

- a. Presentación del proyecto en jornadas, congresos, ... relacionados con la temática planteada.
- b. Elaboración de documentos y artículos para su publicación en revistas educativas.
- c. Conexión con la Secretaría de Estado de Educación y Formación Profesional, con las Direcciones Provinciales de Educación, con la FEISD, con otras entidades relacionadas, para definir medidas de divulgación: páginas web, cursos, etc.
- d. Extender el programa a otras localidades de las respectivas Comunidades Autónomas y a otras Autonomías.

5.4. Metodología

La metodología didáctica se plantea en la aplicación del programa está fundamentada en el modelo didáctico mediacional, experimentado por Molina, Vived y Albés (2008) en un grupo de niños con discapacidad intelectual y también en un grupo de niños con dificultades de aprendizaje. Los principios didácticos que fundamentan dicho modelo son los siguientes:

- El principio de globalización: eje vertebrador de la metodología didáctica
- La Zona de Desarrollo Próximo: base de la programación didáctica
- La mediación como estrategia de enseñanza
- El aprendizaje cooperativo, base de la Experiencia de Aprendizaje Mediado
- Generalización de los aprendizajes: papel de los padres en una red coordinada

Algunas de las orientaciones didácticas, que se desprenden del modelo anterior y que deben guiar las prácticas pedagógicas de los agentes educativos, son las siguientes:

- a. Partir del conocimiento de los procesos cognitivos y las características de aprendizaje de los/as niños/as con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales.
- b. Centrar la valoración del niño/a en su potencial de aprendizaje.
- c. Tener en cuenta la zona de desarrollo próximo a la hora de establecer la programación didáctica para los alumnos.
- d. Iniciar las experiencias de aprendizaje activando los organizadores previos y valorando los conocimientos iniciales de los alumnos, tratando de impulsar aprendizajes significativos.
- e. Fomentar el aprendizaje cooperativo.
- f. Desarrollar prácticas pedagógicas basadas en la Experiencia de Aprendizaje Mediado. Fomentar el papel del profesor como mediador.
- g. Potenciar el sentimiento de competencia del alumno, reforzando sus logros, proyectando expectativas positivas y pidiéndole esfuerzo, atención y motivación hacia las actividades planteadas.
- h. Individualización de la enseñanza: adaptando los objetivos y las actividades a las características de los alumnos.
- i. Diversificación de actividades y materiales didácticos.
- j. Enfoque globalizado.
- k. Expectativas educativas positivas.
- l. Aprendizajes significativos y funcionales.
- m. Enseñanza basada en la dinámica de éxito.
- n. Fomento de la comunicación interpersonal y la socialización.
- o. Fomento de la curiosidad, creatividad e investigación.

5.5. Materiales didácticos

Se diseñan materiales didácticos vinculados a las distintas fases de la secuencia didáctica de los diferentes módulos y talleres formativos. En el diseño de los materiales escritos se utiliza la metodología de lectura fácil para hacer los recursos accesibles a los distintos niveles de comprensión lectora de los/as alumnos/as.

6. CARÁCTER INNOVADOR DEL PROYECTO

Este proyecto tiene un marcado carácter innovador, que trata de poner en práctica la nueva conceptualización sobre discapacidad y los nuevos planteamientos sobre los proyectos de vida de las personas con síndrome de Down o con otras discapacidades intelectuales.

La innovación se refleja en los siguientes apartados del proyecto:

- a. contenido, basado en los proyectos de vida independiente;
- b. modelo didáctico mediacional, centrado en los procesos, en el sentimiento de competencia y autoeficacia, en la generalización de los aprendizajes y en el papel del profesor como mediador;
- c. sistema de valoración del programa, centrado en los estándares de calidad;
- d. elaboración de materiales didácticos, utilizando la metodología de lectura fácil;
- e. definición de redes de colaboración, basadas en la enseñanza y el aprendizaje cooperativo;
- f. fundamentación teórica, tratando de establecer una síntesis de las nuevas aportaciones y planteamientos sobre discapacidad en general y discapacidad intelectual en particular;
- g. indagación sobre las implicaciones educativas de los nuevos conceptos, tanto en las prácticas parentales como en las prácticas profesionales (nuevas competencias y orientaciones), en el diseño de programas, en el papel de las asociaciones, etc.;
- h. carácter investigador del proyecto, a través de metodologías de investigación-acción. En este sentido se presenta este proyecto como una primera fase piloto llevada a cabo por dos entidades pertenecientes a la Red Nacional de Educación y la Red Nacional de Vida Independiente de DOWN ESPAÑA, próximas geográficamente y ubicadas en distintas Comunidades Autónomas.

Como hemos visto, los proyectos de vida independiente aparecen como fundamento y guía del proyecto de formación. Ahora bien, el desarrollo de los proyectos de vida independiente va a depender, en gran medida, de la definición de oportunidades adecuadas y apoyos que respondan a las necesidades de las personas con discapacidad intelectual y en este sentido ya hemos comentado que estas oportunidades se pueden concretar en, al menos, los siguientes entornos inclusivos: a) un entorno de vivienda que podemos definir como piso de vida independiente (o vivienda con apoyo); b) un entorno laboral normalizado, donde los jóvenes con discapacidad intelectual puedan acceder al empleo a través de metodologías adecuadas (empleo con apoyo); c) entornos comunitarios accesibles que permitan la participación de todos los ciudadanos, también de los ciudadanos con discapacidad intelectual; d) entornos formativos inclusivos, que ofrezcan currículos apropiados a las características y necesidades personales, socio-culturales y laborales de los jóvenes con discapacidad intelectual.

Los proyectos de vida independiente deben ser referentes de las propuestas formativas que se dirigen a las personas en las etapas previas a su emancipación familiar (con los apoyos pertinentes en cada caso); es decir, en las últimas etapas de su itinerario educativo. Dicho de otra manera, es necesario establecer, dentro de la respuesta educativa que reciben los alumnos, una línea formativa orientada a la vida independiente. Y ésta es la razón del proyecto que estamos desarrollando y que hemos presentado en estas páginas. Esperamos poder ofrecer, en un futuro cercano, valoraciones positivas del proceso y de los resultados obtenidos con este proyecto.

BIBLIOGRAFÍA

- JIMÉNEZ, A. (2007). **Conceptos y tipologías de la discapacidad**. En R. DE LORENZO y L. CAYO (coord.), **Tratado sobre discapacidad**. Cizur Menor (Navarra): Aranzadi.
- LUCKASSON, R., BORTHWICK-DUFFY, S., BUNTIX, W.H.E., COULTER, D.L., CRAIG, E. M., REEVE, A., y COLS. (2002). **Mental Retardation. Definition, classification and systems of supports**. Washington, D.C.: American Association on Mental Retardation. (Traducción al castellano de M.A. VERDUGO y C. JENARO, 2004. Madrid: Alianza Editorial).
- MOLINA, S., ALVES, A. y VIVED, E. (2008). **Programa para el desarrollo de habilidades básicas en alumnos con síndrome de Down**. Zaragoza: PUZ.
- MORREAU, L.E., BRUININKS, R.H. y MONTERO, D. (2002). **Inventario de destrezas adaptativas (CALIS)**. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- PONTE, J., CARDAMA, J., ARLANZÓN, J. L., BELDA, J. C., GONZÁLEZ, T. y VIVED, E. (2004). **Guía de estándares de calidad en Atención Temprana**. Madrid: IMSERSO.

SCHALOCK, R.L. (1996). **Quality of life: Vol 1. Conceptualitation and measurement.** Washington, D.C.: American Association on Mental Retardation.

SCHALOCK, R. L. (2009). **La nueva definición de discapacidad intelectual, los apoyos individuales y los resultados personales.** En M. A. VERDUGO, T. NIETO, B. JORDÁN DE URRÍES y M. CRESPO (coord.), **Mejorando resultados personales para una vida de calidad.** Salamanca: Amarú.

SCHALOCK, R.L., BORTHWICK-DUFFY, S.A., BRADLEY, V., BUNTIX, W.H.E., COULTER, M.D., CRAIG, E.M., GOMEZ, S.C., LACHAPPELLE, Y., LUCKASSON, R., REEVE, A., SHOGREN, K.A., SNELL, M.E., SPREAT, S., TASSÉ, M.J., THOMPSON, J.R., VERDUGO, M.A., WEHMEYER, M.L. y YEAGER, M.H. (2010). **Intellectual disability. Definition, Classification, and Systems of Supports.** 11th Edition. Washington, D.C.: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.

VAN LOON, J.H.M. (2008). **Aligning quality of life domains and indicators to support intensity scale companion guide: A resource for SIS user.** Washington, DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.

VERDUGO, M.A. (1994). **El cambio de paradigma en la concepción del retraso mental: la nueva definición de la AAMR.** Siglo Cero, 25 (3), 5-24.

VERDUGO, M.A. (1995). **Personas con retraso mental.** En M.A. VERDUGO (Dir.), **Personas con discapacidad. Perspectivas psicopedagógicas y rehabilitadoras.** Madrid: Siglo XXI.

VERDUGO, M.A. (2006). **Como mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad.** Salamanca: Amarú.

VERDUGO, M.A. (2010). **Últimos avances en el enfoque y concepción de las personas con Discapacidad Intelectual.** Siglo Cero, 41 (4), 7-21.

WEHMEYER, M.L. (1996). **Self-determination in youth with severe cognitive disabilities: From theory to practice.** En L. Powers, G. Singer y J.A. Sowers (Eds.), **Making your way: Building self-competence among children and youth with disabilities.** Baltimore: Brookes.

WEHMEYER, M.L. y KELCHNER, K. (1995). **Measuring the autonomy of adults with mental retardation: A self-report version of the Autonomous Functioning Checklist.** Career Development of Exceptional Individuals, 18, 3-20.

WEHMEYER, M.L., PERALTA, F., ZULUETA, A., GONZÁLEZ-TORRES, M.C. Y SOBRINO, A. (2006). **Escala de Autodeterminación Personal ARC. Instrumento de valoración y guía de aplicación.** Madrid: CEPE.

[Volver al sumario](#)