

Curso de Verano, Universidad de Salamanca

HABILIDADES PRÁCTICAS PARA LA VIDA COTIDIANA

M. V. Martín Cilleros, R. Gama Morales, R. Canal Bedia, E. Díez Villoria y A. Huete García

INTRODUCCIÓN

El póster da a conocer los contenidos de un curso de verano desarrollado dentro del Programa Institucional abierto de la Universidad de Salamanca para el año 2004. El curso titulado “Habilidades Prácticas para la Vida Cotidiana” se ha celebrado a lo largo de la semana del 13 al 17 de septiembre.

El curso ha contado con dos grupos de alumnos. El primero de ellos estaba formado por personas con Autismo de Alto Funcionamiento (AAF) o con Síndrome de Asperger (SA), mayores de 16 años y menores de 25, una edad considerada de iniciación a la vida adulta en este colectivo. El segundo grupo de alumnos formado por los acompañantes, padres o tutores de los miembros del grupo anterior.

Las habilidades prácticas para vida cotidiana constituyen una herramienta fundamental para afrontar situaciones habituales de la vida diaria. La filosofía de trabajo de la que se parte, es que las personas con AAF y SA pueden mejorar su autoestima y el concepto de sí mismos en la medida que progresen en el desarrollo y manejo de este tipo de habilidades. Éstas juegan un papel fundamental en la transición a la vida adulta, caracterizada por el deseo de una mayor autonomía.

Desde el punto de vista de los cuidadores, este período supone una etapa difícil de afrontar en la que hay reticencias a ir cediendo el control en la toma de decisiones y elecciones, por infravaloración de las capacidades y temor a la respuesta que la sociedad pueda ofrecer.

OBJETIVOS

Siendo el objetivo general mejorar la calidad de vida de las personas con autismo y sus familias, el curso ha tratado de contribuir a la adquisición y desarrollo de conceptos y de habilidades importantes para participar en la comunidad; aumentando la integración y las posibilidades de acceso a recursos comunitarios, así como optimizando el conocimiento de sus necesidades y sensibilización a grupos específicos de la sociedad.

El curso ha permitido que dicho colectivo, tenga presencia en el ámbito universitario, ya que además de asistir a una Facultad, la mayor parte de ellos han

estado residiendo en un Colegio Mayor Universitario, donde han compartido espacios y actividades cotidianas con el resto de los estudiantes universitario residentes.

METODOLOGÍA

Los contenidos del curso se han desarrollado por medio de talleres, con una orientación fundamentalmente práctica, abordándose temas como las nuevas tecnologías para la comunicación, el aprendizaje de estrategias para controlar el estrés y la ansiedad, el reconocimiento y expresión de sentimientos y emociones, las habilidades para aprender y trabajar y la construcción de proyectos personales.

Con el grupo de acompañantes se trataron temas dirigidos a afrontar las inquietudes actuales y futuras. Se han abordado contenidos como el uso de las nuevas tecnologías, los problemas cotidianos y la salud mental de la familia, las necesidades y preocupaciones de los familiares cuidadores, el mundo laboral y la vida independiente y estrategias en la búsqueda de grupos naturales de apoyo. En cada una de las sesiones del grupo de acompañantes, participó un experto que orientaba el trabajo inicial del grupo y después dirigía los debates.

Esta dinámica de trabajo favoreció la participación de los asistentes y el intercambio de experiencias, así como un incremento de conocimientos.

CONCLUSIONES

Los participantes del curso han valorado la experiencia como favorable, tanto por los conocimientos académicos adquiridos, como por la vivencia personal. Este encuentro ha supuesto el inicio de la creación de una red social, al margen de la labor prestada por las asociaciones, donde sentirse comprendidos y apoyados dentro de esta problemática.