

TÍTULO DE LA PRÁCTICA: Sexo, Afecto, Cuerpo y Sensaciones: Programa "Cuerpo y Sensaciones"

1. Datos Generales de la Entidad

Nombre de la Entidad: FUNDACIÓN APROCOR

Nombre y cargo del Representante legal: LETICIA AVENDAÑO

Dirección: CALLE VICENTE MORALES, 5

Localidad: MADRID

Provincia: MADRID

Teléfono: 91 3886412

FAX:

e-mail: fundacion@fundacionaprocor.com

Página web: www.

Federación a la que Pertenece: PLENA INCLUSIÓN MADRID

Centro o Servicio en el que se ubica la Práctica: CONJUNTO RESIDENCIAL LAS FUENTES.

Dirección: CALLE VICENTE MORALES, 5

Localidad: MADRID

Provincia: MADRID

Teléfono: 91 388 64 12

FAX:

e-mail: dleralta@fundacionaporcor.com,

veronica.megia@fundacionaprocor.com

Responsable de la Práctica: DANIEL LERALTA Y VERÓNICA MEGÍA

Cargo o puesto de trabajo: Educadores de Centro Ocupacional Hortaleza y Conjunto Residencial Las Fuentes.

Forma de contacto (si es diferente a la anterior):

Teléfono: 690 01 27 68 /607 03 40 30

e-mail: gisela.villaro@fundacionaprocor.com, tmotilla@fundacionaprocor.com

Información de la Práctica

Título: Sexo, Afecto, Cuerpo y Sensaciones. Programa "Cuerpo y Sensaciones"

Área de Atención: Apoyo al Desarrollo del Derecho a la Sexualidad

Fecha de Inicio: Febrero 2018

Resumen breve

En el año 2014 la Fundación Aprocor inicia un programa básico sobre afectividad y sexualidad "*Nos relacionamos*" con personas con discapacidad y familiares basado en tres pilares: autoconocimiento, aceptación y satisfacción. De este programa se derivaron otras iniciativas que respondían a demandas concretas expresadas por las personas participantes como fueron el "*Programa de parejas*" o los documentos marco el "*Protocolo de intimidad*", "*Comportamientos autodeterminados y respetuosos en materia de sexualidad: guía para profesionales*" o el compromiso de Aprocor con la defensa de este derecho y que se materializó en el "Documento de información a la familia sobre el desarrollo y ejercicio de la afectividad y sexualidad".

Sin embargo, éramos conscientes de que había personas a las que el programa no alcanzaba. Por eso, recientemente hemos diseñado una experiencia piloto que ha derivado en el *Programa de Conocimiento del Cuerpo y de sus Sensaciones*, (2018).

El *Programa de "Cuerpo y Sensaciones"* es una opción más orientada a aquellas personas con mayores necesidades de apoyo, pero también abierta a aquellas que les interese.

El *Programa de "Cuerpo y Sensaciones"* tiene como objetivos principales que la persona pueda,

- acceder a su propio cuerpo para identificar estados de bienestar y placer.
- ser conscientes de la posibilidades que les ofrece su propio cuerpo para sentir cuidado, cariño y amor.
- conocer e identificar sensaciones y emociones, y poder expresar desde su sentir más profundo.

Esta formación nos ofrece y facilita el acceso y acercamiento de la persona a su propio cuerpo, a sus sensaciones, a vivenciar su cuerpo como vehículo de placer, y de toma de consciencia de emociones y sensaciones que pueden generar espacios para el bienestar y para el desarrollo de pensarse como persona que siente y expresa emociones.

Resumen extenso

En el año 2009, la Fundación Aprocor genera espacios para reflexionar sobre cómo garantizar que se respeta el derecho a la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual, y en ese marco, cómo poder acompañar a las personas y familiares que lo requieran o demanden. En estas sesiones participan fundamentalmente profesionales pero también personas con discapacidad y familiares.

Del análisis documental, la reflexión y las experiencias de los integrantes se constata que:

- Que la desinformación genera confusión que algunas veces deriva en conductas inadecuadas.
- Que la falta de intimidad y privacidad es una constante en el día a día de muchas personas con discapacidad que apoyamos.
- Que muchas personas requieren de algún tipo de apoyo para desarrollar su sexualidad y afectividad.

- Que este es un tema que preocupa a las familias pero que se aborda poco.

Por ello, nos planteamos la necesidad de acompañar y formar a las personas, orientar a sus familias, y formar a los profesionales. Estas demandas procedían de necesidades no cubiertas hasta el momento, ya que no se había realizado trabajo específico en el derecho a la sexualidad y afectividad

Durante el proceso, contamos con las orientaciones de expertos como Carlos de la Cruz y Natalia Rubio, a su vez contamos con la formación específica de los profesionales implicados.

Fue así como en 2014 desarrollamos un Programa Básico para poder trabajar estos aspectos, basado en el autoconocimiento, aceptación, y satisfacción. Este programa consistía en la formación y orientación de las personas, y reuniones de forma paralela con sus familiares. Las formaciones fueron ampliadas y/o modificadas en función de los intereses y necesidades de las personas a las que se formaban.

A medida que avanzaba el programa, las personas fueron haciéndonos demandas más específicas, y generamos otros proyectos como el *Programa de Parejas*, abierto a todas las personas con o sin pareja (2016).

Sin embargo, éramos conscientes de que había personas a las que el programa no alcanzaba. Por eso, recientemente hemos diseñado una experiencia piloto que ha derivado en el *Programa de Conocimiento del Cuerpo y de sus Sensaciones*, (2018).

El *Programa de "Cuerpo y Sensaciones"* es una opción más para las personas, en principio orientada a aquellas con mayores necesidades de apoyo, pero también abierta a aquellas que les interesa.

El *Programa de "Cuerpo y Sensaciones"* tiene como objetivos principales que la persona pueda,

- acceder a su propio cuerpo para identificar estados de bienestar y placer
- ser conscientes de la posibilidades que les ofrece su propio cuerpo para sentir cuidado, cariño y amor
- conocer e identificar sensaciones y emociones, y poder expresar desde su sentir más profundo.

Utilizar el cuerpo como centro en esta formación nos ofrece y facilita el acceso y acercamiento de la persona a su propio cuerpo, a sus sensaciones, a vivenciar su cuerpo como vehículo de placer, y de toma de consciencia de emociones y sensaciones que pueden generar espacios para el bienestar y para el desarrollo de pensarse como persona que siente y expresa emociones.

Palabras clave: Derecho, Sexualidad, Bienestar físico y emocional, Toma de decisiones, Autonomía, Autodeterminación y Calidad de Vida.

ANTECEDENTES

- **¿Qué sistema se ha utilizado para detectar las necesidades por las que surge esta práctica?**

A pesar de tener un grupo de trabajo específico para dinamizar los proyectos relacionados con esta materia, la formación básica a las personas con discapacidad y los talleres con las familias han sido el mejor canal. Estos espacios nos han permitido tener un mejor sensor de necesidades para ajustar mejor nuestras acciones para hacer un mejor acompañamiento. Además de adaptar los contenidos para favorecer el aprendizaje, y la toma de conciencia de su derecho a vivir su sexualidad. Nos ha permitido identificar personas que necesitaban más apoyos o que estaban viviendo situaciones de riesgo.

La metodología se basa en el diálogo entre iguales, contrastes de opinión, para que puedan formar ideas perdurables en el tiempo, y sientan el grupo como un espacio seguro, de confianza, cercanía y respaldo.

Las sesiones siguen una estructura fácil, visual y con materiales creados, prestados y/o donados.

Se organizan en cuatro sesiones a nivel experiencial, con opción a una quinta sesión si el grupo lo demanda.

- **¿Qué modelos o experiencias nos han servido de orientación?**

Se trabajó con materiales y metodologías de Carlos de la Cruz, Natalia Rubio, Antonio Cubillo y Teatro de los Sentidos de Lidia Rodríguez (Teatro en el Aire).

DESARROLLO

- ¿Qué objetivos nos hemos planteado?**

OBJETIVOS DE LA PRÁCTICA

- Posibilitar la identificación y expresión de sensaciones emocionales y corporales
- Facilitar que la reunión del grupo se viva como espacio de confianza, valoración y expresión de vivencias corporales
- Orientar el cuerpo hacia un estado de bienestar y placer por medio de las dinámicas planteadas
- *Empoderar a la persona para que identifique y exprese sus sensaciones y emociones

OBJETIVOS DE LA IMPLANTACIÓN

- Conseguir que todas las personas interesadas puedan acceder a la formación.
- Adaptar, modificar y/o ampliar las sesiones según necesidad de las personas asistentes.

- ¿Qué acciones hemos realizado?**

-Informar a todos los educadores de los diferentes servicios para poder contar con posibles personas interesadas para asistir a la experiencia piloto.

-Selección de 10 personas con características diversas

- Al finalizar los asistentes realizan una evaluación de la formación

- ¿Qué recursos hemos movilizado?**

RECURSOS HUMANOS

Dos educadores en todas las sesiones, y se suma una “educadora invitada” como colaboradora a la segunda sesión

RECURSOS MATERIALES

El espacio dentro de Conjunto Residencial Las Fuentes

Ordenador y altavoces

Materiales específicos de cada sesión: telas, velas, incienso, pinceles, pintura de cuerpo y pañuelos.

RECURSOS ECONÓMICOS

El pago de horas destinado a la formación.

RESULTADOS

-¿Qué objetivos hemos alcanzado?

- Las personas con discapacidad ven la importancia de valorar su cuerpo y expresar lo que sienten.
- Generan ideas y consciencia positiva sobre su cuerpo, entendiendo la importancia del autocuidado y la autoescucha.
- Se han creado vínculos de confianza nuevos entre personas, entre personas y educadores.
- De forma paralela se están generando nuevas relaciones de las personas con sus familiares y en consecuencia con los educadores.
- Se observa empoderamiento en las personas a la hora de expresar sensaciones, emociones, deseos, con mayor precisión
- Ponen en práctica lo aprendido en las sesiones en su vida cotidiana

-¿Qué indicadores hemos utilizados para evaluar y qué datos hemos obtenido?

Asistieron todas las personas que demandaron la formación, a excepción de una persona que faltó a una sesión de forma justificada.

Se dio opción de una quinta sesión si deseaban, y en la tercera sesión la demandaron.

En la última sesión, al finalizar hicieron una evaluación general y plantearon más demandas relacionadas con el cuerpo y experiencias sensoriales.

-¿Qué impacto ha tenido la práctica en las personas con discapacidad, en las familias y en la organización?

PERSONA

Por medio de esta práctica la persona se ve valorada, en su forma de percibir y sentir, sus afectos y desafectos, sus sensaciones más íntimas como algo imprescindible e importante para cada persona, innato y único.

FAMILIA

Cambia la percepción que tiene la familia sobre la persona, que siente y expresa emoción por medio del cuerpo, expresa sus atracciones y afectos, decide sus gustos propios y únicos, y con ello sus vivencias como persona independiente.

ORGANIZACIÓN

Las personas que asisten a la formación pueden poner en práctica en su vida personal los ejercicios aprendidos en las sesiones.

Esta formación facilita que la persona conecte sus intereses, emociones y placeres, pudiendo dar opción a otras experiencias vivenciales positivas. Por otro lado, sitúa a la persona en un plano de poder de decisión en su vida en un aspecto más íntimo.

-¿En qué medida es innovadora esta práctica?

Existen muy pocas prácticas en las que la persona y su cuerpo sea el centro de interés, en las que experimentar con su propio cuerpo es el eje principal de toda la formación/taller.

Todas las sesiones se basan en descubrir los sentidos del cuerpo y las sensaciones a las que nos unen, y en las que lo importante es conectar los sentidos con la experiencia de placer.

-¿Cómo continuará esta práctica, con qué recursos contamos?

Actualmente, esta práctica se llevará a cabo en otros centros de la organización, como es en el Centro Ocupacional de Las Tablas en mayo/junio (2018), dirigido a personas que no hayan asistido a esta primera experiencia piloto.

Esta formación posibilita el empoderamiento de las personas, acercándolas al reconocimiento de sus emociones más íntimas, y al derecho de disfrute de su cuerpo por medio del placer los sentidos

-¿Qué posibilidad de ser transferida tiene nuestra experiencia?

Transferir esta práctica a otras entidades es relativamente fácil. Los costes para llevarla a cabo son mínimos y el impacto que puede tener en la calidad de vida de las personas es grande.

Sería interesante que fuera utilizada como herramienta de apoyo en desarrollo de la sexualidad de las personas, por los profesionales de atención directa.