

Programa de animación sociocultural

ÍNDICE:

FUNDAMENTACIÓN.

OBJETIVOS.

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES.

DESTINATARIOS DE LAS ACTIVIDADES

FUNDAMENTACIÓN:

En la residencia, la animación sociocultural se incorpora en la dinámica del desarrollo cotidiano de la misma, es más una actitud que una acción específica, no se trata sólo de “ hacer actividades “ sino de la manera de programarlas y practicarlas.

Se puede entender la animación sociocultural como “ el proceso de un grupo que parte de una situación concreta y que va a generar convivencia y participación”.

Hablar de animación sociocultural es referirse a una metodología de trabajo y de intervención social con el objetivo de intervenir en las relaciones humanas, generando redes de relación, consolidando un tejido grupal de diálogo y potenciando la solidaridad y participación comunitaria.

La animación sociocultural en la residencia como un programa más de intervención psicosocial no tiene sentido si no forma parte de la cultura de la organización de la propia residencia como una empresa que genera calidad de vida.

OBJETIVOS:

Objetivo general:

Convertir el ocio en una fuente de satisfacción y de realización de la persona, además de cumplir objetivos más específicos descritos a continuación.

Objetivos específicos:

a) Mantener la independencia de la persona en la realización de las actividades de la vida diaria.

En la medida que la entrada en una residencia supone la ruptura de los quehaceres domésticos (compras, preparación de comidas, lavado de ropa, etc.) que confieren autonomía de gestión del tiempo y del espacio, la persona se ve privada de una de las iniciativas que más ha marcado su vida, sobre todo en el caso de las mujeres. Esta pérdida de iniciativa al hacer desaparecer su poder de decisión e influencia, puede conducir a una disminución de la estima y derivar en problemas psicológicos graves. La realización de actividades diarias juega un rol decisivo en la conservación de una parte de su autonomía y de una imagen satisfactoria.

b) Acometer roles sociales.

La posibilidad de cumplir algún rol social, de sentirse útil respecto a algo o alguien, es lo que va a permitir a la persona garantizar su propia autoestima y en consecuencia su bienestar psíquico. En este sentido, es necesario potenciar aquellas conductas orientadas a tal fin, para lo cual hay que hacer ver al personal cuidador y a las familias los beneficios de toda acción efectuada por la misma persona en la medida de que sus facultades lo hagan posible.

c) Pertener a un grupo social.

Todos necesitamos pertenecer e identificarnos con un grupo social y su cultura. La práctica de ciertos ritos refuerza el sentido de pertenencia al grupo. Es por ello que desde el conocimiento de los residentes, la animación en institución debe potenciar aquellas prácticas encaminadas al establecimiento de lazos comunes entre las personas.

d) Aportar un bienestar físico y psicológico.

El contacto con las sensaciones de la naturaleza, de la calle, constituyen elementos de prevención contra el envejecimiento acelerado provocado por el ingreso en la institución.

e) Reforzar su identidad.

La animación definiéndose como un procedimiento que parte de los deseos de las personas, pone el acento sobre la continuidad de la identidad. Para favorecer esta continuidad, la comunicación entre los residentes, entre éstos y el personal y en el seno del equipo cuidador, debe ser una preocupación permanente.

f) Adquirir conocimientos y desarrollar su cultura.

Hay que eliminar en muchas personas mayores el sentimiento de que aprender a estas alturas carece de sentido. Aprender es una necesidad de todo ser humano cualquiera que sea su edad. La ventaja del aprendizaje en edades avanzadas es que éste se desprende de su carácter instrumental y se convierte en un medio de mejorar la imagen del individuo y en consecuencia de elevar su autoestima.

g) Luchar contra el aislamiento y el encierro en uno mismo.

La animación como noción que debe ser inscrita en todos los gestos de la vida cotidiana, es un instrumento de comunicación que hay que considerar como un cuidado. El fomento del encuentro interpersonal y grupal, la instauración de la comunicación y el diálogo y la escucha atenta y continuada de las personas mayores constituyen factores importantes.

h) Satisfacer la necesidad de divertirse.

Uno de los medios de divertirse es el juego, actividad que potencia las relaciones entre residentes, pero a la que no se le concede la importancia que merece pues se le considera como entretenimiento que carece del matiz cultural que se pretende otorgar a toda actividad destinada a las personas mayores.

i) Crear una imagen de sí positiva.

Nos referimos a la necesidad de cultivar una imagen positiva de sí mismo a través de la satisfacción intelectual y estética (ropas adecuadas, un peinado cuidado y siempre en acorde con su estilo).

j) Satisfacer las necesidades espirituales.

El respeto al culto de cada persona y la potenciación de las prácticas religiosas debe ser un elemento a tener en cuenta en cuanto que manifiestan la aceptación de unos valores comunes y constituyen un elemento de identidad.

k) Prevenir la desorientación temporo-espacial.

La referencia temporal va unida al mantenimiento del ritmo de las actividades diarias, mientras que la referencia espacial depende de la identificación específica de los lugares a través, por ejemplo del empleo de colores diferentes en las dependencias comunes y la utilización de signos que se conviertan en puntos de referencia para las personas.

l) Educar para favorecer el mantenimiento de la salud.

Se hace necesario que la residencia asuma la función de educar en materia de salud a través, por ejemplo, de la difusión de reportajes o la organización de charlas y conferencias que puedan contribuir a prevenir el envejecimiento prematuro y la dependencia.

m) Dar confianza en las posibilidades de la persona.

Una de las problemáticas que afecta a las personas institucionalizadas es el hecho de convertirse en objetos en lugar de seguir siendo sujetos. Tanto el personal como las familias que contribuyen a que esto sea así deben reflexionar sobre las negativas consecuencias de tal conducta e incentivar aquellos comportamientos beneficiosos para la persona mayor a través de la confianza en sus posibilidades y el refuerzo de conductas positivas.

n) Olvidar su situación presente.

La entrada en la residencia y la consiguiente ruptura con el medio habitual de vida va a generar en las personas mayores situaciones de conflicto agravadas en muchos casos por acontecimientos de gran influencia sobre su vida personal. En tales casos la animación va a intentar desplazar el objeto de sufrimiento y reemplazarlo por otro que provoque el deseo de vivir, lo cual requiere el conocimiento de la persona, sus deseos, gustos y preferencias.

3. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

1) Grupos de conversación - Prensa.

A través de estos grupos se pretende favorecer y/o mantener la comunicación entre las personas mayores y entre las personas mayores y el personal.

Los grupos de conversación son encuentros - diálogos diarios alrededor de un tema elegido de antemano por el personal o las personas mayores, aunque es preferible que sean éstas últimas las encargadas de elegir el tema, de este modo pretendemos que no se conviertan en consumidores pasivos de la animación.

Estos grupos hacen trabajar la memoria, ya que son un medio de hacer resurgir los recuerdos, revivir el pasado y encontrar una capacidad de expresión que se creía perdida.

Dentro de los grupos de conversación se incluye una actividad que consiste en leer la prensa diaria y comentar las noticias, discutir sobre ellas y dar el punto de vista de cada uno de los participantes.

Algunos temas propuestos:

- Aficiones e intereses (qué solían hacer antes en sus momentos de ocio).
- Charlas sobre las distintas regiones de origen de los componentes del grupo.
- El antiguo oficio.
- Tratar temas políticos o sociales de interés para ellos, etc.

2) Manualidades.

Estas actividades se orientan a estimular las capacidades sensoriales, mentales y motrices a través del apoyo de las técnicas artísticas. Actúa en 2 niveles. En primer lugar, es un modo de expresión individual y en segundo lugar, un modo de comunicación y de expresión y por tanto de apertura hacia el diálogo.

Dentro de este tipo de actividades podemos incluir:

Pintura.- Elegiremos la manera de pintar más acorde con los gustos y preferencias del residente. Hay que resaltar a las personas mayores que la técnica no es tan importante y que lo preferible es dar rienda suelta a la imaginación.

Dibujo.- Podemos utilizar tanto colores de madera, ceras, rotuladores... Además se puede elegir un tema sobre el que realizar el dibujo o dibujo libre.

Collage.- Técnica consistente en el corte y encolado de papeles sobre una superficie para dar forma y posteriormente se puede pintar.

Todas estas técnicas ponen en juego el contacto con la materia, el color y la imaginación.

Algunas actividades propuestas:

- Hacer un frutero de collage.
- Hacer un dibujo de la residencia, etc.

3) Taller de música.

Con esta actividad se pretende facilitar la comunicación, estimular la actividad y mejorar las posibilidades relacionales. También nos puede servir para la relajación, la estimulación, identificación con la música y restauración del lenguaje. Podemos realizar dos tipos de actividades:

- Música receptiva (audición de extractos musicales elegidos).
- Música activa .

Dentro de esta actividad también se puede proponer el baile y cantar las canciones a la vez que suenan, siempre y cuando salga de manera espontánea a las personas mayores.

Algunas actividades propuestas

- Audición de canciones conocidas (boleros, zarzuelas...) y observar las reacciones de los participantes.
- Realizar un recorrido por la geografía a través de las músicas populares de las distintas regiones (Andalucía - sevillanas; Aragón - jotás...) .

5) Actividades lúdicas.

Podemos incluir dentro de esta categoría algunas actividades como los juegos de mesa (cartas, parchís, dominó). Dentro de estas actividades se organizarán campeonatos entre los distintos residentes que lo deseen.

Por otro lado también se realizarán juegos de grupo, para intentar fomentar la comunicación y las relaciones entre los residentes a la vez que puede ayudarles a desinhibirse.

Por último se realizarán también bailes, y bingo varios días a la semana alternándose estas actividades.

7) Otras.

Este grupo de actividades incluye aquellas que no se realizarán semanalmente, sino que se programarán cada mes según la ocasión lo requiera, tal es el caso de las siguientes:

- Salidas y excursiones.

Se realizan salidas acompañadas por personal del Centro con algunos residentes que se encuentran capacitados y carecen de familiares directos o bien, que teniéndolos se encuentran en una situación de desamparo.

- Celebración de los cumpleaños de los residentes

En este caso deberemos siempre tener en cuenta si la persona desea celebrarlo, ya que para muchos, más que un sinónimo de fiestas, el paso de los años constituye totalmente lo contrario.

En el caso de aquellos residentes que sí deseen celebrarlos, se anunciará por megafonía además de señalarlo en el calendario de actividades. Se celebrarán juntos los cumpleaños de los residentes que coincidan en la misma semana, y consistirá en una merienda con un menú un poco especial y un baile de honor.

- Celebraciones de las fiestas anuales (ver calendario de actividades lúdicas).

Con ellos se pretende preservar la noción del tiempo social a pesar de la rutina. Entre las celebraciones más importantes tenemos:

- Fiestas Navideñas.
- Carnavales.
- Pascua...

DESTINATARIOS DE LAS ACTIVIDADES

Los destinatarios de este programa de animación son TODOS los residentes del Geriátrico Aitzea.