

ARTÍCULO ORIGINAL

Bienestar psicológico en personas con diversidad funcional intelectual

Psychological wellbeing in people with intellectual functional diversity

Emily Irene Espadas Sosa¹, Dora Esperanza Sevilla Santo²

RESUMEN

Propósito: evaluar el bienestar psicológico en personas con diversidad funcional intelectual. **Material y métodos:** se diseñó y aplicó una Encuesta de Bienestar, acorde a la teoría PERMA (Seligman, 2011), a 52 jóvenes adultos con diversidad funcional intelectual; posteriormente se realizaron 22 entrevistas semi-estructuradas y exploratorias de Bienestar a 9 jóvenes, 8 madres de familia, un abuelo, una abuela, dos profesoras, un profesor y la trabajadora social del plantel -considerando los mismos indicadores de la teoría PERMA (Seligman, 2011). **Resultados:** La investigación, de tipo mixta, evaluó y obtuvo que, basados en la teoría PERMA (Seligman, 2011), los y las jóvenes con diversidad funcional poseen un buen repertorio de emociones positivas, experimentan escasas actividades que fomenten su involucramiento tanto en la escuela como fuera de ella; así como que desconocen sus principales fortalezas personales. **Conclusiones:** No cuentan con un círculo social con pares, únicamente con su medio familiar, que en ocasiones actúa de manera sobreprotectora, particularmente con las mujeres; sienten que su vida cobra más significado cuando son útiles para otras personas y les pueden ayudar, y su planteamiento de metas es escaso, debido a que no se les fomenta independencia y autonomía.

Palabras clave: Bienestar psicológico, psicología positiva, teoría PERMA, diversidad funcional.

ABSTRACT

Purpose: evaluate well-being in people with functional diversity. **Materials and Methods:** That is why, a Wellbeing Survey was designed according to the PERMA theory with 52 young adults with intellectual functional diversity, as well as, subsequently, 22 semi-structured and exploratory Welfare interviews were conducted (9 young people, 8 mothers, a grandfather, a grandmother, three teachers and a social worker on campus), considering the same indicators of the PERMA theory. **Results:** The mixed-type research, based on the PERMA theory (Seligman, 2011) evaluated and obtained as a result that young people with functional diversity have a good repertoire of positive emotions, experience few activities that encourage their involvement both in school and outside of it, as well as ignore their main strengths personal. **Conclusion:** they do not have a social circle with peers, only with their family environment, which sometimes acts in an overprotective manner, particularly with women; they feel that their life becomes more meaningful when they are useful to other people and can help them, and their achievement is scarce, because they are not encouraged independence and autonomy.

Key words: Wellbeing, positive psychology, PERMA theory, diversity, functional diversity.

¹Universidad Marista de Mérida. Facultad de Educación. Yucatán, México.

²Universidad Autónoma de Yucatán. Facultad de Educación. Yucatán. México.

Recibido: 15 de octubre de 2019.

Aceptado: 19 de febrero de 2020.

Correspondencia para el autor: Emily Irene Espadas Sosa. Periférico Norte, Tablaje catastral 13941.

Carretera Mérida-Progreso, C.P. 97300. Mérida, Yucatán, México.

emily.espadas.sosa@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El término persona con diversidad funcional es definido desde “dentro”, siendo la primera denominación de la historia en la que no se da un carácter negativo ni médico a la visión de una realidad humana. Esto se refleja en el “grito” de “Nothing about us with out us”- “Nada sobre nosotros sin nosotros”- (Iáñez, 2010, p.48).

Actualmente, el énfasis radica en el uso de un término que ha estado surgiendo de la propia “voz” de las personas: la diversidad funcional. Este colectivo señala que el concepto de discapacidad, si bien representa un avance -en el trato, en la propuesta de convenciones internacionales, por poner ejemplos-, sigue siendo estigmatizante; por ello se plantea que las personas pueden nacer o adquirir una problemática de tipo funcional en algún área de su vida, sin que por ello su vida sea valorada únicamente en función de sus capacidades; es decir, de las aportaciones que realizan para la sociedad.

En el planteamiento del estudio surgieron dos interrogantes, en primer lugar, ¿por qué valorar el bienestar de las personas con diversidad funcional?, y, en segundo término, ¿es posible evaluar el bienestar psicológico?

Respondiendo a los cuestionamientos anteriores, es que parece relevante aclarar el interés por evaluar el bienestar. Por eso, es importante señalar que al hacer un análisis de la literatura en relación a la diversidad funcional (aunque básicamente aún el concepto de mayor uso es el de discapacidad) es que fue posible

percatarse de que la mayoría presenta alguna de las siguientes características:

- La recurrencia a hablar acerca del dolor que conlleva para la familia el vivir con un miembro con diversidad funcional.
- Lo escasamente que son sujetos directos de investigación las propias personas con diversidad funcional.
- El énfasis en la propuesta de estrategias para que las personas con diversidad funcional tengan más éxito en su adaptación académica.
- El enfoque en las consecuencias emocionales por las que atraviesan las personas cuidadoras de personas con diversidad funcional.

Lo anterior planteó aún más análisis, pero, sobre todo, una necesidad: la de traspasar una postura centrada en el déficit, tan permeada en personas en condiciones adversas, o que se escapan de la “media”. Por ello, es que se delimitó investigar acerca del bienestar, y eso permite responder la segunda interrogante, pues el enfoque que se manejó fue el que brindaba la psicología positiva.

En México, un 5.1% de la población total del país presenta alguna diversidad funcional; donde 19 de cada 100 son menores de 30 años de edad, de acuerdo al Censo de Población y Vivienda 2010 del Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Informática (INEGI, 2010), nicho del estudio.

De manera específica, Yucatán se encuentra entre las entidades por encima de la media nacional en cuanto a población con diversidad funcional (INEGI, 2013), un 24.2%

de la población total con diversidad funcional (124,638 personas) presenta algún tipo de diversidad funcional intelectual. Al respecto, la Confederación Mexicana de Organizaciones a favor de la Persona con Discapacidad Intelectual (CONFE, 2013) señala que una de cada diez familias en México vive con algún miembro con diversidad funcional intelectual.

Dicha situación pone de relieve la importancia de trabajar con este colectivo, especialmente con aquellos que se encuentran en la edad adulta; puesto que ha sido un tema poco estudiado, habiéndose centrado más en el desarrollo de la infancia y la adolescencia en función de la conducta adaptativa, la rehabilitación, la consideración de aspectos físicos y/o de salud, lenguaje, desarrollo de habilidades sociales, necesidades académicas o de índole inclusiva. Todo lo anterior ha sido muy importante, cabe aclararlo, pero ha sido poco analizado el bienestar, pareciendo equipararse éste con aspectos de índole externa: asistencia a talleres, actividades ocupacionales o la integración a un trabajo.

Es así que el enfoque de este estudio se centró en los aspectos de bienestar, pues se considera que han sido características poco exploradas en personas con diversidad funcional intelectual; respecto a esto Dagnan (2008) menciona que las necesidades emocionales de las personas con diversidad funcional intelectual han sido descuidadas. De aquí el interés por investigar en esta área, para lo cual se plantearon los siguientes objetivos:

1. Valorar el bienestar en personas adultas con diversidad funcional, desde la visión que ellos mismos tienen de su vida, la de sus padres y la de su profesor/a.

2. Promover los indicadores de bienestar en personas adultas con diversidad funcional intelectual, a partir de una intervención psicoeducativa.

Para dar cumplimiento a estos objetivos, se plantearon tres objetivos específicos:

Para sustentar el estudio, es importante especificar los dos modelos teóricos, rectores de la presente investigación: el paradigma de la diversidad y el de la psicología positiva.

La concepción de diversidad funcional intelectual ha pasado por varias etapas hasta lo que se conceptualiza en nuestros días, por lo que es importante describir los modelos predominantes de intervención en este ámbito con la finalidad de comprender la forma en que actualmente es comprendida, lo que permite entender las expectativas que se tienen sobre este colectivo de personas.

En esta nueva conceptualización, se reconocen las limitaciones o restricciones en algunas capacidades (motrices, visuales, auditivas o intelectuales) pero también la existencia de habilidades, otras capacidades y fortalezas presentes en la persona que es referida con alguna diversidad funcional. Algunos autores señalan que el cambio de término obedece a una concepción más digna y menos discriminatoria hacia este colectivo, históricamente enajenado (Romañach y

Lobato, 2005; Romañach y Palacios, 2006; Navarro, Estévez y Sánchez Cuervo, 2010).

Romañach (2010) señala y sustituye el término discapacidad por diversidad funcional, considerando que la diversidad funcional ha sido percibida por la sociedad de diferentes maneras a lo largo de la historia. Entre estas visiones y modelos sobre la realidad humana se encuentran: los modelos de prescindencia y castigo divino, el modelo médico-rehabilitador y los más modernos modelos social o de vida independiente, y, finalmente, el modelo de la diversidad, que se apoya en los derechos humanos y en la bioética.

Dentro del modelo de la prescindencia, es importante señalar que la diversidad funcional era considerada como un mal, una maldición o castigo divino. Dentro del modelo médico comienza a tratarse “esta especie de locura” en instituciones mentales, donde las personas con diversidad funcional eran excluidas o motivo de vergüenza familiar y/o social dada la diferencia física que presentaban en comparación a la norma.

Diversas condiciones centradas en el déficit (modelo médico), dieron origen al modelo social, desde el cual ya no se concibe a las personas con diversidad funcional como <el problema> sino lo que existe son prácticas discapacitantes (Iáñez, 2010). Derivados de este modelo surgen aspectos importantes como el derecho a la Vida Independiente y el énfasis en las capacidades. Sin embargo, y a pesar de los esfuerzos anteriores, no parecía haberse encontrado la solución a la situación de las

personas con diversidad funcional. En este nuevo siglo se empezó a hablar acerca de una educación incluyente, lo cual se extendió hacia una sociedad incluyente. Se empezó a perder la “invisibilidad” de las necesidades en las personas con diversidad funcional.

En 2001 se crea en España el Foro de Vida Independiente, espacio en línea que también ha realizado cursos de verano, con la intención de debatir y difundir la Filosofía del Movimiento de Vida Independiente, donde varios defensores del movimiento de apoyo ético a la diversidad funcional acuñaron en 2005 el término anterior.

Específicamente, el término “persona con diversidad funcional” tiene su origen en los debates que se crean en el Foro de Vida Independiente señalado con anterioridad, y surge porque en un análisis de los términos que se habían venido empleando para denominar a este sector de población (inválido, subnormal, deficiente, inútil, retrasado, idiota, minusválido, mutilado, lisiado, etc.), contemplan una semántica peyorativa. A pesar de todos los cambios denominativos, hoy se prefiere utilizar el de persona con discapacidad, como término “políticamente correcto”, evitando sustantivar lo adjetivable, de modo que se antepone la persona a la enfermedad y/o deficiencia. Lo cierto es que discapacidad es un término con un sentido eminentemente cultural, y que, como tal, depende del sentido concedido a otro concepto contrapuesto, pero construido igualmente de forma cultural, como es el de normalidad (Iáñez, 2010).

En cuanto al modelo de la diversidad, éste va más allá del eje de la capacidad. La diversidad funcional se define como una realidad incontestable que, por otro lado, aporta riqueza a una sociedad formada por personas que son funcionalmente diversas a lo largo de la vida. En el nuevo modelo, el eje teórico es la dignidad de las personas que pertenecen a la diversidad, en este caso a la diversidad funcional intelectual. Una dignidad que es inherente a todos los seres humanos y que no está vinculada a la capacidad. Es en este concepto de dignidad, en el que parece estar una de las claves de las incoherencias discriminatorias de la realidad actual (Palacios y Romañach, 2008).

Por todo lo planteado es que el término persona con diversidad funcional parece acertado, ya que supone una manera diferente de mirar las capacidades. La primera justificación que convence para su uso es que nace en el seno de grupo representativo de personas involucradas, siendo así como deciden llamarse, ya que hasta ahora han sido personas sin diversidad funcional las que han designado la terminología para referirse a este sector de la población, lo que viene a destacar el poder que ostentan los “otros” para definir la identidad de los diferentes:

Como bien señala Ferreira (2010), la cuestión entonces no es la carencia de capacidades sino el no reconocimiento ni aceptación de ciertos modos particulares, diversos, de desenvolvimiento.

Las ideas antes desarrolladas permiten percibir a las personas con diversidad funcional intelectual desde un

marco menos restrictivo, en donde pocas veces identificamos sus capacidades o aptitudes, pocas veces reconocemos sus intereses o gustos, pocas veces dejamos escuchar su voz o transformamos su conducta en palabras. Si empleamos el término “diversidad funcional intelectual”, estaremos reconociendo a las personas en sí mismas como seres con capacidades y limitaciones como todos los demás; estaremos abandonando la idea de que son “niños/as eternos/as”, así como el arraigado concepto de dependencia, del déficit y de que son personas sin capacidad de aprender y razonar.

Resulta importante entonces hacer una breve referencia a la psicología positiva, una corriente joven dentro del campo de la psicología que se centra especialmente en el estudio científico de la felicidad (Seligman, 2011). Los principales representantes son Seligman, Csikzentmihay y Fredrickson; Seligman es el primero quien indica públicamente en esta corriente, que la psicología había estado trabajando por décadas desde un enfoque del déficit, es decir, se centraba en lo que está “mal” de una persona, explorando poco lo que en realidad funciona de manera óptima.

El objetivo de la psicología positiva es poder evaluar (mediante la ciencia) y promover, el funcionamiento óptimo de las personas, con el fin de identificar factores en común, determinando así estrategias que puedan serles útiles a más personas (Seligman, 2011).

Con el nacimiento de la psicología positiva, un término asociado al bienestar es

el de felicidad, incluso suelen ser indistintos e intercambiables. Algunos autores utilizan igualmente el concepto de bienestar y el de felicidad; sin embargo, para Vázquez y Hervás (2009), a pesar de su popularidad, o quizás por eso mismo, el concepto de felicidad es tan abierto y polisémico que no es muy apropiado como objeto de una indagación científica. Por ello, resulta preferible el uso de equivalentes más precisos y menos controvertidos como, por

ejemplo, el bienestar o bienestar subjetivo; sin embargo, en la presente investigación usaremos el término de bienestar.

Para Martin Seligman (2011), el bienestar se puede definir con base en la teoría PERMA, por sus siglas en inglés, la cual es detallada a continuación en la Tabla 1

Tabla 1. Definiciones de cada indicador de PERMA.

Dimensión	Definición conceptual
Positividad (positivity)	Para Fredrickson (2004), la positividad radica en la presencia de mayores emociones positivas que negativas, con un ratio de 3 a 1.
Involucramiento o flujo (engagement)	El flujo involucra a la conciencia. Todo lo que experimentamos –gozo o dolor, interés o aburrimiento– se representa en la mente como información. Si somos capaces de controlar esta información, podremos decidir cómo será nuestra vida. Experimentar mayor bienestar (Csikszentmihalyi, 2012).
Relaciones interpersonales (relationships)	Construcción y presencia de relaciones de calidad (Cuadra y Florenzano, 2003), que proporcionan apoyo emocional e instrumental en momentos de estrés y desafío, pero también proporcionan un sentido de conexión y la oportunidad de celebrar las cosas buenas de la vida.
Significado o sentido de vida (Meaning)	El nivel en que una persona percibe significado a su vida y siente que tiene un propósito, misión o meta le produce bienestar (Tarragona, 2013). Se divide en cuatro rubros: trabajo/logros, intimidad/relaciones interpersonales, espiritualidad/religiosidad y trascendencia/generatividad.
Metas alcanzadas (Achievement)	Seligman la define como la satisfacción cuando enfrentamos retos y alcanzamos logros, a ésta la denomina “vida victoriosa” (Tarragona, 2013).

En síntesis, el bienestar es conceptualizado con base en la presencia de los cinco factores señalados anteriormente. Es por ello que esa definición fue el marco de referencia teórico y práctico del presente trabajo. Lo anterior obedece a la posibilidad de haber hallado en la psicología positiva herramientas útiles y prácticas para trabajar con la población del estudio, así

como brindar un enfoque más positivo al desarrollo de la educación en la diversidad.

La psicología positiva se dedica a la promoción de un funcionamiento óptimo en las personas, el énfasis consiste en obtener el entendimiento de qué es lo que hace que vivir valga la pena. Seligman, considerado el padre de la psicología positiva, señaló que la psicología debiera enfocarse en construir

fortaleza, resiliencia y salud (Snyder, Lopez & Teramoto Pedrotti, 2011).

La mayoría de las personas, si no todas, a menudo están expuestas a circunstancias estresantes en la vida cotidiana. Entre estos estresores se incluyen desde el carácter impredecible de los acontecimientos que nos rodean, hasta pérdidas y decepciones importantes, incluso traumáticas. A pesar de esta faceta estresante de la vida, algunas personas siguen teniendo una perspectiva positiva de las cosas y un funcionamiento general característicamente positivo y eficaz, mostrando, si acaso, sólo algunas perturbaciones transitorias como respuesta a estos eventos especialmente adversos. Ante estas situaciones, la pregunta es: ¿Por qué hay algunas personas que no sólo mantienen un relativo funcionamiento físico y psicológico, sino que, además, de hecho, prosperan bajo circunstancias estresantes? (Vázquez y Hervás, 2009).

Pero sucede que las personas con diversidad funcional intelectual parecen

encontrar pocas alternativas para su desarrollo. Existen pocas instituciones que los empleen, hay centros (organizaciones civiles y unos cuantos, de gobierno, principalmente municipales) a donde pueden asistir estas personas; sin embargo, el desarrollo de habilidades, la promoción de su propio bienestar o la posibilidad de una vida a futuro no parecen plantearse al interior de estas organizaciones. La mayoría de los adultos con diversidad funcional intelectual suelen quedarse en casa... así, en casa.

Por otro lado, ciertos estudios o publicaciones en el campo psicológico de la diversidad funcional se han desarrollado a partir de la idea del dolor que ocasiona para la persona misma o para la familia la presencia de la diversidad funcional (Navarro, 2000; Ehrlich, 2002). Lo que se propuso hacer con este estudio, fue construir una visión diferente, una más positiva, relatar una historia de la que poco se ha explorado: la de fortaleza y el bienestar.

MATERIAL Y MÉTODOS

La investigación, de tipo mixta, se planteó desde el paradigma interpretativo, ya que pretendía comprender la realidad; se hizo uso de dos técnicas de recopilación de información: encuestas y entrevistas. Fue un estudio naturalista, partiendo de las situaciones del mundo real tal y como se desenvuelve naturalmente, con una actitud abierta a lo que surgiera y no manipuladora (Hernández, Fernández y Baptista, 2010);

intentando capturar la forma en que las personas en contextos naturales experimentan sus vidas y los significados que les atribuyen (Bentz y Shapiro, 1998). Sustentándose prioritariamente en instrumentos y técnicas cualitativas (entrevistas y observaciones), para la recolección de datos; aunque también se apoyó en el uso de algún instrumento cuantitativo (escala de bienestar).

El diseño consistió en un estudio fenomenológico, ya que se describe el significado de las experiencias vividas por una persona o grupo de personas acerca de un concepto o un fenómeno (Creswell, Shope, Plano Clark, & Green, 2006). Además de que no se buscaba explicar los fenómenos, sino en conocer los aspectos individuales y subjetivos de la experiencia (Tesch, Thorsson, & Colliander, 1990). Uno de los aspectos más importantes fue dar voz

a las personas con diversidad funcional intelectual, haciendo un análisis de los indicadores de bienestar en su vida. Posteriormente, se amplió la información proporcionada por ellos con lo que dijeron sus padres/madres y las profesoras.

En la Tabla 2 se detalla de manera general la metodología que se desarrolló durante todo el estudio, pues se tuvieron dos momentos de recopilación de datos.

Tabla 2. Población, escenarios, contexto e instrumento de evaluación.

Primera etapa de recopilación de datos				
Población	Escenarios	Contexto	Participantes	Instrumento
Alumnado de tres planteles de educación especial	4 Centros de Atención Múltiple (CAM).	Ubicados en el oriente, centro, sur y poniente de la ciudad	47 personas encuestadas	Encuesta de Bienestar
Segunda etapa de recopilación de datos				
Población	Escenarios	Contexto	Participantes	Instrumento
9 alumnos: 5 mujeres y 4 hombres entre 20 y 30 años	Un CAM con nivel de capacitación laboral, ubicado en el oriente de la ciudad.	Elegido debido a la mayor cantidad de alumnos, así como, a la disponibilidad de la directora del plantel y de la comunidad educativa en general, de colaborar en la investigación.	9 jóvenes con diversidad funcional intelectual. 2 profesoras, una trabajadora social y un profesor. 7 madres de familia, un abuelo y una abuela	Entrevistas individuales con alumnos/as Entrevistas con madres y padres de familia y personal de la escuela

Cuando se decidió explorar los indicadores de bienestar, acordes a PERMA (Seligman, 2011), una de las situaciones que

se enfrentó fue la escasez de instrumentos que evaluaban el bienestar -desde el enfoque de psicología positiva- traducidos al

español y adaptados a la población con la que se trabajó. Por ello se decidió elaborar una encuesta que valorara los indicadores de Bienestar, misma que se sometió a jueceo de expertos que hicieron algunas observaciones y modificaciones. Una vez corregida la encuesta, fue aplicada y calificada mediante el Programa Estadístico Informático (SPSS).

El instrumento quedó conformado por 64 reactivos, distribuidos en las diferentes dimensiones y teniendo como respuesta una escala con tres opciones de respuesta: pocas veces, a veces y casi siempre, para que el nivel de dificultad al responder fuera mínimo (Tabla 3).

Tabla 3. Reactivos definitivos por dimensión

Dimensión	Número de reactivos
<i>Positividad</i>	1 – 30
<i>Involucramiento o flujo</i>	31 – 39
<i>Relaciones interpersonales</i>	40 – 50
<i>Significado o sentido de vida</i>	51 – 58
<i>Metas alcanzadas</i>	59 – 64

Posteriormente, se diseñaron tres guiones de entrevista para profundizar en la percepción sobre el bienestar de las personas con diversidad funcional intelectual.

Para la aplicación de la encuesta, el muestreo fue no probabilístico, siendo las autoridades de la Secretaría de Educación quienes designaron los Centros de Atención Múltiple (CAM) participantes y se trabajó con todos los alumnos que cumplían con los criterios de a) edad mayor a 18 años y b) que se encontraran ubicados en alguno de los talleres de capacitación laboral.

Para la realización de las entrevistas a profundidad con algunos/as de los/as alumnos/as con diversidad funcional, sus padres y profesores también se determinó una muestra no probabilística.

Esta muestra estuvo conformada por nueve jóvenes pertenecientes a uno de los CAM que participaron en la primera etapa, cinco fueron mujeres y cuatro hombres.

Para la selección de estos nueve alumnos se partió de la encuesta de Bienestar aplicada. Inicialmente, se determinó una lista de 23 chicos/as encuestados en dicho CAM; sin embargo, se redujo en función de la disponibilidad que mostraron para continuar en el proyecto.

También se contó con la participación de siete madres y una pareja de abuelos que se hacen responsables de uno de los jóvenes. En cuanto a los profesores, se invitó a participar a aquellos que en sus grupos tenían a los jóvenes que participaban en el estudio; siendo un total de dos profesoras y dos profesores.

RESULTADOS

Con un promedio de edad de 21 años, los alumnos/as participantes del estudio se encuentran distribuidos como estudiantes de los talleres de cocina, carpintería, herrería y belleza. De manera particular, se caracterizan por ciertas situaciones: a) tres de ellos/as cuentan con un trabajo, si bien sólo uno es remunerado económicamente; b) dos de ellas se trasladan por cuenta propia al acabar la jornada escolar, las otras seis personas generalmente se movilizan con apoyo de su mamá; c) la mayoría de ellos/as, seis, viven al menos con su padre y madre, dos (un hombre y una mujer) viven sólo con su madre.

Con relación a la Encuesta de Bienestar, se analizaron las respuestas obtenidas a los reactivos en los tres rubros de la escala: casi siempre, a veces y pocas veces, las puntuaciones de cada pregunta que registraban una frecuencia mayor al 50% eran tomadas en consideración para su análisis y posterior significado.

Las personas con diversidad funcional intelectual participantes, presentan un mayor repertorio de *emociones positivas* que negativas, cumpliendo con el ratio de 3 a 1 propuesto por Fredrickson (2004) para experimentar bienestar; sin embargo, en los reactivos redactados en negativo (que evaluaban emociones negativas) se evidencia un porcentaje de respuesta en casi siempre, de aproximadamente el 50% de los/as participantes, por lo que parece que tienen una necesidad de regular la presencia de emociones negativas.

En cuanto al *involucramiento*, las personas con diversidad funcional intelectual parecen saber qué es lo que hacen bien (Csikszentmihalyi, 2012) en las actividades que se desarrollan en los talleres de capacitación laboral. La cuestión fundamental para el bienestar es si dichas actividades guardan relación con sus intereses y habilidades personales.

Un aspecto de gran bienestar lo parecen encontrar en las *relaciones interpersonales* (Peterson, 2006), ya que identifican a personas de su familia y de la escuela con la que pasan momentos agradables. Una reflexión para quienes laboran, colabora y/o conviven con ellos/as podría radicar en la manera en que se comunican y facilitan la expresión comunicativa de las personas con diversidad funcional intelectual, ya que no parecen sentirse comprendidos por las personas que les rodean.

La *vida significativa* parece encontrarse presente en las personas con diversidad funcional intelectual que dieron respuesta al cuestionario; siendo que esto es percibido a través de la espiritualidad (Emmons, 2003) y del servicio a los demás.

En cuanto a las *metas alcanzadas* (Emmons, 2003), es importante preguntarse lo siguiente: ¿la meta que se desea alcanzar, ha sido impuesta por ellos/as mismos/as o por alguien más? Las metas que se buscan lograr por propia cuenta, las intrínsecas, son más probables de alcanzar que las extrínsecas, que son señaladas por alguien

más. Para el caso de las personas con diversidad funcional intelectual, la mayor parte de las metas que alcanzan tienen origen en fuentes externas: las que la escuela o la familia ha delimitado, pero parecen reconocer escasamente dicha situación. Tales ideas se explican por la presencia de ideas del paradigma médico – rehabilitatorio.

Finalmente, se considera que la mayoría de las personas con diversidad funcional intelectual que dieron respuesta a la encuesta, tienen como principales características de bienestar los ámbitos de relaciones interpersonales positivas y las atribuciones significativas que hacen de su vida, pues fueron los indicadores con mayores frecuencias de respuesta. Como reflexión final, la regulación de las emociones negativas podría considerarse una necesidad de apoyo requerida para las personas con diversidad funcional intelectual que participaron.

Como se ha mencionado, después de las encuestas aplicadas, un número de jóvenes accedió a ser entrevistado/a, así como sus madres de familia. Se diseñó una

entrevista semi-estructurada, considerando los cinco indicadores de bienestar de PERMA (Seligman, 2011), de tal manera, que pudiera señalar por ellos/as mismos/as la percepción que tienen acerca de sí y de las personas que les rodean.

Se realizaron entonces las nueve entrevistas, donde se exploraron las percepciones que tienen en relación a su propio bienestar. También se realizaron entrevistas con las madres, una abuela y un abuelo de los/as participantes; así como con la trabajadora social, dos profesoras y un profesor.

Posteriormente a la culminación del período de entrevistas, se realizó un análisis cualitativo de las mismas, que derivaron en sub-categorías. Enseguida se presenta la síntesis de la información que fue agrupada en categorías, acorde al modelo PERMA (Seligman, 2011) y basado en las respuestas que dieron los y las participantes. Cabe señalar que surgieron otros temas que no estaban contemplados en el esquema PERMA (Seligman, 2011), que se mencionan en la Tabla 4.

Tabla 4. *Categorías y dimensiones del análisis cualitativo*

INDICADOR DE POSITIVIDAD	
Categorías	Definición
Identificación de emociones.	Que los/as estudiantes sean capaces de identificar las emociones positivas o negativas que presentan.
Optimismo / pesimismo.	Indica la presencia de un esquema de pensamiento más optimista o uno de tipo pesimista.
INDICADOR DE INVOLUCRAMIENTO	
Reconocimiento de fortalezas personales.	Que los/as estudiantes sean capaces de reconocer las fortalezas y cualidades personales que poseen.
Oportunidades para flujo.	Se refiere a las actividades realizadas, donde se experimenta concentración e involucramiento, pues los retos presentados son adecuados a sus habilidades, recibiendo, al final de la acción, una retroalimentación positiva.
INDICADOR DE RELACIONES HUMANAS POSITIVAS	
Relación con la madre y/o la familia.	Se refiere al tipo de relación establecida con la madre o algún miembro más de la familia. Específicamente en cuanto a las oportunidades que tienen para su desarrollo de vida autónoma y toma de decisiones.
Relación con pares.	Se refiere a las relaciones de amistad establecidas con personas del centro educativo al que acuden, así como, con personas fuera del centro. Son las oportunidades que poseen los/as estudiantes para pertenecer a un grupo social acorde a sus intereses y etapa de vida.
Rol vital.	Hace referencia al trato de los/as que son sujetos por parte de las personas que los rodean. Ya sea como personas adultas o también pudiera presentarse un trato infantilizado. Por otro lado, también implica el interés que manifiestan hacia el tener relaciones de pareja.
INDICADOR DE SIGNIFICADO O SENTIDO DE VIDA	
Interés en la Iglesia y/o religión.	Se refiere al sentido percibido al pertenecer y practicar una religión.
Sentido de vida.	Implica el entendimiento del propósito de vida, del porqué vinimos a este mundo.
INDICADOR DE METAS ALCANZADAS	
Planteamiento de metas.	Se refiere a las metas establecidas, ya sea por ellos/as mismos/as o por alguien más.
Toma de decisiones.	Hace referencia a las decisiones que toman, ya sea que las tomen ellos/as mismos/as o alguien más decida por ellos/as asuntos de su propia vida.
OTROS TEMAS IMPORTANTES	
Ser escuchado/a.	Implica el interés de los/as participantes por ser escuchado/a cuando fueron entrevistados/as.
Interés en madres, padres y/o cuidadores por ser escuchados/as	Hace referencia al interés de los/as participantes por ser escuchado/a cuando fueron entrevistados/as
Visión de la diversidad funcional.	Contempla la visión que poseen los/as participantes (estudiantes; padres, madres y/o cuidadores, así como profesores/as) respecto a la diversidad funcional. Pudiendo identificarse con el paradigma de prescindencia, el médico, el social o el de la diversidad.

Se analizaron las entrevistas individualmente y caso por caso; es decir, se elaboró un cuadro donde se hizo referencia a lo mencionado por la persona con diversidad funcional, por la madre y por su profesor/a, de tal manera que cada caso

permite conocer la definición de bienestar de cada participante, así como la percepción que tiene ante cada dimensión de bienestar. Se brindan enseguida algunos ejemplos de análisis de información:

Tabla 5. Indicador de Positividad. Se realizó la pregunta de si es una persona positiva o negativa (Caso Gabriel).

Lo que dijo el participante	Lo que dijo la madre	Lo que dijo el professor
- Pues ahorita estoy más o menos porque estoy con los estudios... - Ante la pregunta de optimismo dirían que ¿eres más negativo o preocupón, o positivo? Pues pues sí porque a veces me preocupa... O sea, una de las mejores (cosas) pues es este estar bien, empezar bien con las personas, pero ya el otro, es ya que tanto que me están dice, y dice, tanto que me hablen, hace que me ponga muy triste o me desespere.	-O sea Gabriel cuando usted le ha preguntado si es feliz, ¿qué dice? Él dice que sí. - ¿Qué estado de ánimo cree que presenta más Gabriel? ¿Positivo o negativo? Ambos presentan a veces... las situaciones a su alrededor las toma con calma, pero si quizás hay alguien que le está recordando la situación, él se puede angustiar.	-Estén... Gabriel es un chico que llega todos los días de buen humor, es muy sociable. Le gusta saludar a medio mundo en ese sentido no hay ningún problema... ¿qué pasa con Gabriel? lo mismo no sé si en su casa no platica mucho pero aquí solo hace llegar y "hable, hable, hable" ... pero si llega muy positivo. - Usted considera maestro que él ¿es pesimista u optimista? Es negativo, exacto, es que no le digo no "sí, tranquilo, relájate", es donde veo que él creo que piensa que le va a ir mal siempre, pero si tú lo orientas y platicas lo puede entender.

Tabla 6. Indicador de Relaciones Interpersonales. Se realizó la pregunta: ¿cómo actúan las personas de tu alrededor cuando deseas hacer algo? (Caso Edna).

Lo que dijo la participante	Lo que dijo su madre	Lo que dijo la profesora
Señaló la respuesta: <i>no pasa nada</i> (en los que dicen que sí pero a veces no pasa nada) cuando se le preguntó cómo reaccionan su madre y profesora cuando ella desea hacer algo nuevo.	Generalmente cuando está muy entusiasmada pues ella se pone colérica, se pone a llorar es muy exigente, ella quiere salir con lo que quiere hacer... le explico diciéndole que no se puede, que no se va a hacer.	Se observa que Edna no realiza tantas actividades en clase, es la profesora quien las dirige. Algunos/as alumnos/as colaboran con la limpieza o copiando la receta al pizarrón.

Tabla 7. Indicador de Metas. Se realizó la pregunta: ¿Qué deseas para tu futuro? (Caso Ana).

Lo que dijo la participante	Lo que dijo su madre	Lo que dijo la profesora
Para el futuro “yo quiero aprender mucho”.	“Oye mamá, este, y será ¿qué me puedo mover sola?” –le pregunta Ana a su madre-. <i>Inclusive para ir a la tienda yo no la mando sola, porque la tienda pues no está tan lejos, pero por decir está de aquí a la vuelta de la esquina, entonces es un espacio en el que yo no la puedo visualizar. Pero ella es bien ubicada la verdad...</i>	Ana sí dice que va a trabajar a diferencia de otras chicas. Pero hay muchas cosas que en realidad no decide...

Una vez que se estableció toda la información obtenida en las entrevistas, es que se establecieron los análisis con la teoría revisada. Después de dicho análisis, parece ser que las y los participantes cuentan con indicadores de bienestar variados y diferentes.

Como señalan Carver, Scheier, Miller & Fulford (2009), los optimistas y los pesimistas enfrentan los problemas de diferente manera y manejan la adversidad de forma distinta; y estas diferencias tienen un impacto importante en sus vidas. Sin embargo, de manera general, para algunos/as de ellos/as, la *positividad* es un pilar de bienestar, pues aunque al inicio no les fue fácil identificar sus estados positivos, luego pudieron hacerlo. Aunque es importante reforzar su optimismo.

Para Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker (2002), “el involucramiento se ha definido como un estado mental positivo relacionado con el trabajo y caracterizado por el vigor, la dedicación y la absorción” (p. 79). Y, para los nueve, parece importante reforzar el *involucramiento*,

particularmente a través del reconocimiento de sus fortalezas personales.

Quizás el hallazgo más consistente en la psicología positiva es que las relaciones buenas con otras personas -amigos, familiares y compañeros de trabajo- son el factor que contribuye de manera más importante a la buena vida psicológica (Park, Peterson & Sun, 2013). En general, los nueve participantes reportan no contar con *relaciones* de amistad con otras personas, por lo que su asistencia a la escuela y la participación en servicios religiosos nutren su necesidad de relacionarse. Más que una percepción, es un hecho, pues su desempeño social está altamente nulificado.

Todos coinciden que algo que les ayuda a tener una vida más *significativa* es el poder aprender y el ayudar a otros. Este último punto en específico parece residir en la noción de ser útil a otras personas. Dicho sentir, coincide con lo planteado por Emmons (2003), pues la trascendencia o generatividad es la contribución a la sociedad, dejar un legado trascendiendo los intereses propios.

Es de llamar la atención que el indicador de *metas* parece promoverse más en los hombres que en las mujeres, específicamente en lo que se refiere a trabajar. Para las mujeres el planteamiento de metas ha sido escasamente promovido, para los hombres es diferente, pues sus madres parecen ser más conscientes de que sus hijos requieren contar con

oportunidades de autonomía y empleo, que, a su vez, les permita contar con un ingreso.

Y es justo que entre los aspectos que distinguieron Diener et al. (1999) relacionados con el bienestar psicológico se encuentran las metas (entre otros), específicamente en lo que tratamos de lograr en la vida y qué tan exitosos somos al respecto.

DISCUSIÓN

En este último apartado, se presenta la convergencia de las encuestas aplicadas, así como de las entrevistas realizadas, así como, se realiza un análisis final y general a toda la investigación.

Tanto en la encuesta como en las entrevistas, el indicador de *positividad* (Fredrickson, 2004) es el que resulta más favorecido. Por otro lado, el indicador de *relaciones* (Peterson, 2006) obtuvo altos puntajes en la encuesta, ya con las entrevistas se comprendió la razón: todos y todas identificaron a personas de su familia como aquellas que les orientan y apoyan, pues no se exploró a profundidad en la encuesta el tema de las amistades. Sin embargo, es de cuestionarse si la deseabilidad social no se habrá presentado.

Si bien el indicador de *involucramiento* (Csikszentmihalyi, 2012) en la encuesta tuvo puntajes positivos, las preguntas se centraron en sus actividades en el taller que ya dominan pues son rutinarias. Pero en la entrevista, muy poco de ellos y ellas parecían sentirse en realidad involucrados con las actividades que realizan en los talleres de capacitación laboral.

Incluso la gran mayoría parece desconocer las fortalezas personales que los distinguen y mucho menos parecen ser promovidas.

En cuanto al indicador de *vida significativa* (Emmons, 2003) en la encuesta se muestra una importancia hacia la religión, básicamente, en la asistencia a servicios religiosos. En las entrevistas se pudo comprender que es debido a que la iglesia es el lugar, fuera de la escuela, para socializar con personas de su edad, o a veces, simplemente para relacionarse con otros.

Por último, en el indicador de *metas* (Emmons, 2003), los y las participantes se mostraron muy optimistas en la encuesta. Ya al interior de las conversaciones, señalaron que muchas decisiones son tomadas por sus madres y familiares. La gran mayoría parece estar conforme con dicha situación pues son “especiales”, su autonomía parece ser poco promovida.

En síntesis, la encuesta fue de gran utilidad pues se pudo trabajar con una población de más de 40 personas, que respondieron por ellos/as mismos/as preguntas que pocas veces se les plantean. Las entrevistas, por otra parte, les dieron voz

a nueve jóvenes de expresarse y ser escuchados, y permitió conocer con mayor profundidad su propio sentir.

Resulta muy relevante, prácticamente parece obligado, hacer una revisión a los paradigmas de diversidad antes de realizar una publicación o investigación respecto al tema de diversidad funcional. Parece que aún persiste una visión médico – rehabilitadora, que compara constantemente a las personas con diversidad funcional con la norma, con la media; incluso mucha de la literatura habla de niveles intelectuales o “profundidad de la discapacidad”. Y como se ha expuesto constantemente en la presente investigación, dicha visión es limitante y de poco aporte respecto a la dignidad de las personas con diversidad funcional.

Algo que vale la pena destacar es que suelen contar con un mayor repertorio de emociones positivas y fortalezas personales de lo que en realidad consideraban en un inicio. Sin embargo, se considera que la falta de visión positiva se debe a que en las instituciones en general (escuela o familia) escasamente se promueven aspectos de desarrollo positivo y pleno.

En cuanto a recomendaciones relacionadas con la realización de investigaciones en torno a la diversidad funcional, parece importante identificar el paradigma desde el cual estamos entendiendo la diversidad (Romañach y Palacios, 2006). En los textos académicos y de investigación todavía parecen existir ideas médico – rehabilitadoras, que colocan a la persona con diversidad funcional desde una

visión centrada en el déficit, donde pocas veces es el sujeto mismo de investigación. Por ello es preciso hacer uso de un lenguaje más incluyente y de respeto por su dignidad, por eso hay que eliminar una serie de categorías basadas en el funcionamiento intelectual.

En cuanto al desarrollo de instrumentos y aplicación de técnicas de investigación, es importante contar con herramientas accesibles, que le permitan a la persona con diversidad funcional intelectual comprender con facilidad las opciones de respuesta que posee ante un cuestionamiento o una pregunta, particularmente porque muchas de ellas no cuentan con la competencia de la lecto-escritura.

Algunos centros escolares aún tienen prácticas sobreprotectoras hacia su alumnado por lo que parece necesario que las personas que laboran en estos centros se preparen en un paradigma mucho más social, como el que brinda el paradigma de la diversidad. De esta manera, se promoverá la dignidad extrínseca de los/as personas con diversidad funcional (Romañach, 2010), como lo es el respeto a sus derechos humanos, y al mismo tiempo, se promoverá su dignidad extrínseca, como lo es el enfoque en su bienestar.

Se sugiere la realización de intervenciones desde la educación positiva, que busca promover una personalidad sana y plena, en todos los miembros de la comunidad educativa. Es importante que los centros educativos puedan trabajar desde un enfoque integral, tomando en consideración

aspectos de educación positiva (de bienestar personal), pues ello le permite a la persona con diversidad funcional intelectual conocerse mejor. El tema de fortalezas personales resulta de gran utilidad para el bienestar de alumnos/as.

De la misma forma, cobra importancia hacer una sensibilización con madres, padres y/o familiares de las personas con diversidad funcional, que muchas veces perpetúan estigmas acerca de sus propios hijos/as, producto de las barreras

impuestas por la sociedad. Por eso se considera que el paradigma de la diversidad responde de mejor manera a las necesidades de dicho colectivo, pues promueve el respeto a su dignidad intrínseca y extrínseca.

Finalmente, se sugiere el uso de la Encuesta de Bienestar en más centros educativos para poder valorar su utilidad a mayor escala.

CONCLUSIONES

El problema geriátrico más prevaleciente es la falta de apoyo social con un 66.8%; así mismo el 38.1% de los participantes tiene un riesgo alto de deterioro funcional. Los problemas con un mayor riesgo de deterioro funcional son los problemas de nutrición con un 75%, dolor con un 81.3%, inmovilidad con un 68.8%, eliminación con un 56.3%, falta apoyo social con un 68.8% y trastorno del sueño con un 62.5%, asociándose la confusión con el riesgo de deterioro funcional ($p < .05$).

De igual manera se demostró que a mayor número de problemas geriátricos, ($p = .011$).

Al encontrarse frecuentemente los problemas geriátricos en los adultos y las consecuencias que conllevan en las diversas esferas de la persona, se hace necesario la valoración del profesional de enfermería, así como realizar los protocolos, planes de cuidados y de alta previo al egreso del adulto mayor hospitalizado, debido a que se puede prevenir el deterioro funcional, así mantener o mejorar la calidad de vida y mantener la independencia el máximo tiempo posible en este grupo etario.

REFERENCIAS

Bentz, V. M., & Shapiro, J. J. (1998). *Mindful inquiry in social research*. Sage Publications.

Confederación Mexicana de Organizaciones a favor de la Persona con Discapacidad Intelectual (2013). *Revista digital especializada en temas de discapacidad intelectual*. Tomado de: <http://www.confe.org.mx/informacion/index.htm>

Carver C.S., Scheier, M.F., Miller, C.J. & Fulford, D. (2009). *Oxford handbook of positive psychology*. Oxford University Press, USA.

Creswell, J., Shope, R., Plano Clark, V. & Green, D. (2006). *How Interpretive Qualitative Research Extends Mixed Methods Research*. *Revista Research in the schools*, 13 (1), 1-11.

- Csikszentmihalyi, M. (2012). *Fluir: una psicología de la felicidad* (13ª ed). Argentina: Editorial Kairós.
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), 83–96.
- Dagnan, D. (2008). Psychological and Emotional Health and Well-Being of People with Intellectual Disabilities. *Learning Disability Review*, 13 (1), 3-9.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125 (2).
- Ehrlich, M. (2002). Discapacidad: Enfrentar juntos el reto. México: Trillas.
- Emmons, R. (2003). Personal goals, life meaning and virtue: wellspirings of a positive life.
- Ferreira, M. (2010). De la minusvalía a la diversidad funcional: un nuevo marco teórico-metodológico. *Revista Política y Sociedad*, 47 (1), 45–65.
- Fredrickson, B. (2004). The broaden and build theory of positive emotions. *The Royal Society*, 359, 1367–1377.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ª ed). México: Mc Graw Hill Educación.
- Iañez, A. (2010). Exclusión y diversidad funcional. Una propuesta de intervención social basada en el Modelo de Vida Independiente. *Revista de la Facultad de Trabajo Social*, 26 (26), 120 – 141.
- Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Informática (INEGI), (2010). *Censo de Población y Vivienda 2010*. México.
- Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Informática (INEGI), (2013). *Las personas con discapacidad en México, una visión al 2010*. México.
- Navarro, J. (2000). *Familias con personas discapacitadas: características y fórmulas de intervención*. España: Junta de León y Castilla.
- Navarro, M., Estévez, B. y Sánchez Cuervo, A. (2010). *Claves actuales del pensamiento*. España: Plaza y Valdés.
- Palacios, A. y Romañach, J. (2008). El modelo de la diversidad: una nueva visión de la bioética desde la perspectiva de las personas con diversidad funcional (discapacidad). *Intersticios: Revista Sociológica de Pensamiento Crítico*. Año 1 (2), 37 - 47.
- Park, N., Peterson, C. & Sun, J. (2013). La psicología positiva: investigaciones y aplicaciones. *Terapia psicológica*, 31 (1), 11 – 19.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. EE. UU: Oxford University Press.
- Romañach, J. (2010). Diversidad funcional y derechos humanos en España: un reto para el futuro. *Dilemata*, 1 (1), 71 – 87.
- Romañach, J. y Lobato, M. (2005). Diversidad funcional, un nuevo término para la lucha por la dignidad en la diversidad del ser humano. *Foro de Vida Independiente: Comunidad Virtual*. Recuperado de: <http://centrodocumentaciondown.com/uploads/documentos/1dcb1a899435d2b2806acd f5dbcf17aa941abd8d.pdf>
- Romañach, J. y Palacios, A. (2006). El modelo de la diversidad: la bioética y los derechos humanos como herramientas para alcanzar la plena dignidad en la diversidad funcional. España: Diversitas. Recuperado de: <http://e-archivo.uc3m.es:8080/bitstream/handle/10016/9899/diversidad.pdf?sequence=1>
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness studies*, 3(1), 71-92.
- Seligman, M. E. (2011). *La auténtica felicidad*. México: Ediciones Zeta.
- Snyder, C. R., Lopez, S. & Teramoto Pedrotti, J. (2011). *Positive psychology: The scientific and Practical Explorations of Human Strenghts* (2th ed). EU: SAGE.
- Tarragona, M. (2013). *Psicología positiva y terapias constructivas: Una propuesta integradora*. Chile: Revista SciELO. 31(1), 115-125.
- Tesch, P. A., Thorsson, A., & Colliander, E. B. (1990). Effects of eccentric and concentric resistance training on skeletal muscle substrates, enzyme activities and capillary supply. *Acta Physiologica*, 140 (4), 575-579.

Vázquez, C. y Hervás, G. (2009). La ciencia del bienestar: Fundamentos de psicología positiva. España: Alianza Editorial.