

Tema 2.- Deporte, ocio y arte

Ponencia: El ocio como ámbito de desarrollo humano para toda la ciudadanía: la inclusión en ocio de las personas con síndrome de Down.

Aurora Madariaga Ortuzar¹. Cátedra Ocio y Discapacidad Instituto Estudios de Ocio
Universidad de Deusto

INTRODUCCION.

La Cátedra Ocio y Discapacidad desarrolla su trabajo desde el año 1994 en el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto. Centra todos sus esfuerzos en el conocimiento y el desarrollo de herramientas que garanticen el ejercicio del derecho al ocio de las personas con discapacidad.

El trabajo realizado por el equipo de la Cátedra se sintetiza en:

- Ser una entidad única en España centrada en el fenómeno del ocio y su aplicación al colectivo de las personas con discapacidad en el marco universitario.
- Acercamiento al mundo de la discapacidad de forma global respondiendo a las necesidades generales del colectivo y a las específicas de cada grupo.
- Responder a la discapacidad como un colectivo excluido en el ámbito del ocio.
- Reivindicar el ocio como derecho para toda la ciudadanía.
- Intermediar entre el ámbito del ocio y el ámbito de la discapacidad.
- Consolidar la importancia del ámbito del ocio en la vida de las personas con discapacidad. Promover el turismo, la cultura, el deporte y la recreación como experiencia de ocio para las personas con discapacidad.
- Aplicar el concepto de inclusión en ocio y desarrollar herramientas que articulan la inclusión en ocio para todas las personas con discapacidad.
- Labor de concienciación y asesoría ante la comunidad universitaria, el ámbito del ocio, la realidad de la discapacidad y la sociedad.
- Desarrollar una amplia labor formativa con entidades del ocio e instituciones de la discapacidad para formar en este binomio.

¹ Coordinadora Cátedra Ocio y Discapacidad, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto. Doctora en Ocio y Potencial Humano por la Universidad de Deusto.

En el marco del II Congreso Iberoamericano sobre el Síndrome de down se ha apostado por plantear un eje temático titulado "Educación para la Vida y Acceso a la Cultura de su Comunidad del Colectivo de Personas con Síndrome de Down" y diversos temas, uno de ellos centrado en deporte, ocio y arte, que pone de manifiesto el interés desde diferentes agentes (profesionales, familias, personas con síndrome down) por apostar y comprometerse con la inclusión.

Este artículo relata mi intervención sobre *El ocio como ámbito de desarrollo humano para toda la ciudadanía: la inclusión en ocio de las personas con síndrome down*. Por tanto aborda el concepto de ocio como área de desarrollo personal, la inclusión, y las implicaciones de este discurso y apuesta de futuro en las personas con Síndrome down.

1. EL OCIO COMO ÁMBITO DE DESARROLLO HUMANO.

El ocio es actualmente un fenómeno que va adquiriendo mayor importancia social y personal. Esta emergencia se debe a factores relacionados con el avance y progreso de los países desarrollados (Cuenca, 2003:46) dadas las nuevas circunstancias: crisis del trabajo, medios de comunicación y locomoción, desarrollo de tecnologías de comunicación e información, mayor nivel educativo en la población, y por su incidencia: en la organización social y personal del tiempo y el espacio, en el desarrollo económico de la sociedad, en la evolución de los hábitos y estilos de vida.

El siglo XX ha sido el del gran avance del ocio, su importancia se ha hecho patente desde tres ejes fundamentales (Cuenca, 1995:27):

- La disponibilidad de tiempo: las condiciones socioeconómicas, la situación del mercado del trabajo, el aumento de la esperanza de vida, el desarrollo de tecnologías de la información y comunicación, son elementos que han contribuido a que se disponga de mayor cantidad de tiempo libre.
- La práctica de actividades: hay muchas clasificaciones de actividades de ocio pero la persona siente la necesidad de hacer cosas que le permitan reafirmar su identidad.
- El ocio como consumo: en la actualidad el ocio va unido al gasto generado y al convertir prácticas de consumo (comprar, tener y consumir) en prácticas de ocio.

El ocio constituye un fenómeno social de gran relevancia en la actualidad y, por ello, se asignan tiempos y espacios casi sagrados para su pleno disfrute. Teniendo en cuenta que a pesar de ser necesario el tiempo desde el punto de vista cuantitativo, la calidad emerge como parámetro fundamental para gozar de las experiencias de ocio. Hoy parece ya menos necesario justificar la importancia del ocio, *el crecimiento del nivel educativo de la población, las legislaciones laborales y las políticas de los últimos años, junto al acceso masivo de los medios de locomoción y las tecnologías de la comunicación, han favorecido el desarrollo de unos estilos de vida en los que el ejercicio del ocio tiene una gran incidencia temporal, personal, económica, política y social* (Cuenca, 2000a).

En 1994, la Asociación Internacional WLRA (World Leisure & Recreation Association), publicó la Carta sobre la Educación del Ocio, que definía los elementos constituyentes del *concepto* de ocio actual:

1. El ocio se refiere a un área específica de la experiencia humana, con sus beneficios propios, entre ellos la libertad de elección, creatividad, satisfacción, disfrute y placer, y una mayor felicidad. Comprende formas de expresión o actividad amplias cuyos elementos son frecuentemente tanto de naturaleza física como intelectual, social, artística o espiritual.
2. El ocio es un recurso importante para el desarrollo personal, social y económico y es un aspecto de la calidad de vida. El ocio es también una industria cultural que crea empleo, bienes y servicios. Los factores políticos, económicos, sociales, culturales y medio ambientales aumentan o dificultan el ocio.
3. El ocio fomenta una buena salud general y un bienestar al ofrecer variadas oportunidades que permiten a individuos y grupos seleccionar actividades y experiencias que se ajustan a sus propias necesidades, intereses y preferencias. Las personas consiguen su máximo potencial de ocio cuando participan en las decisiones que determinan las condiciones de su ocio.
4. El ocio es un derecho humano básico, como la educación, el trabajo y la salud, y nadie debe ser privado de él por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, nivel de salud, discapacidad o condición económica.
5. El desarrollo del ocio se facilita garantizando las condiciones básicas de vida, tales como seguridad, cobijo, comida, ingresos, educación, recursos sostenibles, equidad y justicia social.

6. Las sociedades son complejas y están interrelacionadas y el ocio no puede desligarse de otros objetivos vitales. Para conseguir un estado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe identificar y lograr aspiraciones, satisfacer necesidades e interactuar de forma positiva con el entorno. Por tanto, se entiende el ocio como recurso para aumentar la calidad de vida.
7. Muchas sociedades se caracterizan por un incremento de la insatisfacción, el estrés, el aburrimiento, la falta de actividad física, la falta de creatividad y la alienación en el día a día de las personas. Todas estas características pueden ser aliviadas mediante conductas de ocio.
8. Las sociedades del mundo están experimentando profundas transformaciones económicas y sociales, las cuales producen cambios significativos en la cantidad y pauta de tiempo libre disponibles a lo largo de la vida de los individuos. Estas tendencias tendrán implicaciones directas sobre varias actividades de ocio, a su vez, influirán en la demanda y oferta de bienes y servicios de ocio.

El ocio es un ámbito de desarrollo humano (Cuenca, 2000b), que se caracteriza por la libertad de elección, de expresión, de realización de tareas no utilitarias, y de vivencias satisfactorias. El ocio autotélico es una experiencia humana desinteresada con un fin en sí mismo. Es fuente de satisfacción y tiene una finalidad intrínseca. El ocio no persigue objetivos externos y por ello se convierte en un ámbito relevante y vivencia satisfactoria en cada persona, tenga o no síndrome down.

La conceptualización actual del ocio, gestada a finales del siglo XX, se centra en tres argumentos principales (Cuenca, 2003:52 y ss.): El ocio como *autorrealización* entendido como un ejercicio de libertad y relacionado con el desarrollo personal y comunitario. El ocio como *derecho*, constituye una experiencia a la que todas las personas tienen derecho. En las grandes declaraciones de derechos humanos está recogido el derecho al ocio de manera más explícita o implícita pero de todos modos es un derecho articulado en la legislación actual. El ocio como *calidad de vida*, se relaciona con las necesidades del ser humano y en ese escenario el ocio es un ámbito relevante (Setién, 2000) y debe ser satisfecho positivamente.

Se entiende por dimensión cada una de las magnitudes de un conjunto que sirven para definir un fenómeno, por tanto, cada dimensión es un aspecto del fenómeno que lo

configura (Cuenca, 1995:59). Las principales dimensiones del ocio autotélico son: lúdica, ambiental, creativa, festiva y solidaria. Todas ellas se caracterizan por la libertad como eje fundamental, y por entender el ocio no como una simple actividad sino como una actitud ante la acción, determinada por la voluntariedad, la posibilidad de elección, y vivenciada como altamente placentera. Establecer diferentes tipos de dimensiones no es más que un instrumento operativo para profundizar en el conocimiento del fenómeno del ocio.

Todas estas dimensiones (Cuenca, 1997) contribuyen el desarrollo integral de la persona, éste tiene su máxima expresión con relación al propio individuo, pero no se deben olvidar las implicaciones que se derivan sobre las demás personas y sobre el entorno en el que se vive, ya que el ocio redundará en el crecimiento personal, grupal y social, destacando su papel como factor de equiparación e igualdad social. Las dimensiones del ocio brindan la oportunidad de situar la experiencia de ocio desde un punto de vista conceptual y genérico.

En el ocio exotélico se entiende el ocio como medio, es decir, con una finalidad. Las principales dimensiones son: productiva, consuntiva, preventiva, terapéutica, alienante, ausente y nociva (San Salvador del Valle 2000).

Las grandes manifestaciones del ocio en nuestra sociedad son: la cultura, el turismo, el deporte y la recreación, los ámbitos del ocio constituyen espacios de significado social y de potencial personal para vivenciar experiencias de ocio y participar de rasgos de las diferentes dimensiones del ocio. Cada ámbito de ocio se dota de contenido (San Salvador del Valle, 2000:319) en función de la práctica de actividades (ejemplos: artes escénicas, viajes, deportes de equipo, o manualidades), según los espacios en los que se practica (teatros, hoteles, polideportivos, aire libre, o en el hogar), en función de los tiempos en los que se desarrolla (diario, fin de semana o vacacional), y según los participantes (por requisitos de la actividad, por segmentos de edad, para grupos de población concretos como es el colectivo de personas con discapacidad).

En la actualidad, las administraciones intervienen directamente en la oferta de ocio, dotan a las ciudades de infraestructuras y equipamientos de ocio para que la

ciudadanía tenga espacios, servicios y programas de ocio. Esta realidad carece de una visión global y por tanto de plantear las intervenciones de forma integral. El ocio de una ciudad tendrá en cuenta el desarrollo comunitario en la medida que contempla: promover la mejora social, propiciar la participación de la población, favorecer el desarrollo y cuidado de recursos, planificar la acción comunitaria a largo plazo, y generar cambios actitudinales y de comportamiento positivos.

Desde la posición de defensa de un ocio autotélico que se apoya en una perspectiva humanista (Cuenca, 2000a:25), se entiende el ocio como una experiencia integral de la persona y un derecho humano fundamental. Una experiencia humana compleja (direccional y multidimensional), centrada en actuaciones queridas, autotélicas y personales (con implicaciones individuales y sociales). Y un derecho humano básico que favorece el desarrollo, como la educación, el trabajo o la salud, y del que nadie debería ser privado por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, nivel de salud, discapacidad o condición económica. Un derecho que debería ser garantizado como establecen los principios fundamentales que rigen su acción.

La experiencia de ocio requiere la plena implicación de la persona. Todos los factores y componentes contribuyen a consolidar un patrón de conducta de ocio satisfactorio. Ya que puede haber situaciones en las que factores psicológicos, físicos, y/o sociales facilitan o imposibilitan el logro de una experiencia de ocio satisfactoria.

Es una experiencia humana libre, satisfactoria y con un fin en sí misma; es decir, voluntaria. Un rasgo diferencial de las experiencias de ocio es la satisfacción personal que proporcionan, es decir, su vivencia es de carácter afectivo y emocional. La experiencia no se refiere habitualmente a un vivir pasivo sino todo lo contrario, al estar despierto y activo, se relaciona con sentimientos, percepciones, pensamientos o deseos muy personales que resultan difícil de objetivar. La experiencia es de carácter procesual, que forma parte de nosotros a lo largo de toda la vida a través de un diálogo temporal.

Las experiencias de ocio son fuentes de desarrollo humano individual y social en cuanto generadoras de vivencias que tienden a repetirse y mejorar la satisfacción que nos proporcionan. La experiencia de ocio se relaciona con el desarrollo personal y tiene sentido en sí misma. La novedad es un factor de motivación que nos permite acceder a vivencias desconocidas como si fueran acontecimientos extraordinarios (Cuenca,

2000a:). Vivir es experimentar y esto significa tener vivencias en primera persona, ser protagonista activo en el ámbito del ocio.

Una experiencia es óptima (Csikszentmihaly, 1997) cuando la persona percibe el desafío y cree que es capaz de hacerlo. El interés de la experiencia de ocio no está tanto en el tipo de actividad, sino en los desafíos que proporciona a la persona y en el disfrute de su realización. La persona es quien determina si una experiencia es gratificante, óptima, o por el contrario, aburrida, lo cual varía en función de la persona que la experimenta. En la experiencia de ocio maduro se establece un diálogo entre lo que quiero hacer y las posibilidades reales que dispongo para llevarlo a cabo.

Los rasgos específicos de la experiencia de ocio son: autotelismo, disfrute y satisfacción, libertad percibida, espontaneidad, creatividad, desarrollo personal y social, aprendizaje a lo largo de la vida, transmisión de valores, experiencia, inclusión, flexibilidad y fuente de salud. Cuenca (2002).

También es necesario profundizar en los beneficios que supone el ocio para las personas con discapacidad y en las barreras que determinan el grado de acceso y participación de las personas con discapacidad al ámbito del ocio.

Los *beneficios* que produce a las personas con discapacidad participar en experiencias de ocio, afianzan la idea de la necesidad de que vivencien, disfruten y experimenten el ocio en su sentido más pleno. Este tema ha sido investigado desde hace décadas (Kelly, 1981) y desde diferentes ópticas. El ocio constituye un campo de investigación caracterizado por un pluralismo disciplinar, y aborda diversas áreas psicosociales. Pero también se estudian los efectos psicológicos derivados y la cobertura de necesidades de la persona, se presta atención a los efectos que producen las experiencias de ocio en la salud física y mental, en una vida satisfactoria y en el crecimiento personal psicológico (Tinsley, 2004:55).

El término beneficio puede ser considerado tal y como apunta Monteagudo (2004:65-66):

- a) Mejora de una condición o situación de una persona, grupo o entidad en el marco de un ocio generativo o proactivo.

- b) Prevención de una condición no deseada y/o mantenimiento de una condición deseada en el marco de un ocio preventivo o sostenido.
- c) Consecución de una experiencia psicológica satisfactoria en el marco de un ocio ajustado.

Driver (1991) define los beneficios que conllevan la participación en experiencias de ocio como “*un cambio que es visto como ventajoso para una mejora en la condición, un aumento, o un progreso para un individuo, un grupo, la sociedad, u otra entidad*“. El análisis de los beneficios que se derivan de las experiencias de ocio ha sido muy investigado y es especialmente importante en aquellos grupos cuyo acceso al ocio está obstaculizado.

Cuando se empezaron a estudiar los beneficios del ocio para determinados colectivos se planteó el ocio desde un punto de vista terapéutico como un medio para mejorar déficits o problemas (Gorbeña, 1996). En las personas con discapacidad las experiencias de ocio pueden resultar altamente beneficiosas por diversas razones:

- La acumulación de experiencias negativas experimentadas, fruto de la discriminación hacia las personas con discapacidad, se compensa por las consecuencias positivas derivadas del ocio.
- El ocio se convierte en un área de la vida especialmente relevante para personas que, por sus características y necesidades, no pueden asumir determinados roles sociales en otros ámbitos de la vida.
- El ocio, a diferencia de otros ámbitos, no tiene unos cánones de excelencia o unos estándares que haya que cumplir. El valor del ocio está en la persona y en el sentido, significado y disfrute que cada uno le otorga.

Cuando se habla de beneficios se pueden articular diferentes tipologías. Esta clasificación los categoriza en tres grupos físicos, psicológicos y sociales (Gorbeña, 2000):

1. *Beneficios físicos/fisiológicos*: algunos de los principales beneficios derivados de las actividades de ocio es la mejora de la salud y de la condición física. Muchas de las experiencias de ocio más extendidas tienen relación con el movimiento y la actividad, lo cual incide en el mantenimiento de la salud y la forma física.
2. *Beneficios psicológicos*: se dividen en emocionales, cognitivos y conductuales.

- *Emocionales*: hacen referencia a sentimientos, afectos o emociones positivas que se derivan y producen a raíz de las experiencias de ocio, incluyen afectos y percepciones sobre uno mismo.
 - *Cognitivos*: las actividades de ocio son una fuente de nuevos aprendizajes, desarrollo de destrezas, adquisición de conocimientos y dominio de habilidades.
 - *Conductuales*: hacen referencia a los efectos positivos que la participación en experiencias de ocio tiene sobre la adquisición de habilidades manuales.
3. *Beneficios sociales*: se refieren a las mejoras y efectos positivos que las experiencias de ocio pueden tener en las relaciones interpersonales y en las habilidades sociales.

Retomando las principales ideas expuestas relacionadas con el fenómeno del *ocio*, el tiempo de ocio es un marco espacial y temporal que permite promocionar las potencialidades de la persona, darle protagonismo, autonomía, responsabilidades, conocer situaciones diferentes, vivir nuevas experiencias, descansar, divertirse, tener iniciativas, decidir y elegir, participar, y relacionarse con los demás en entornos diferentes al habitual. Todo ello es para todas las personas, pero se trabaja para intentar que lo alcancen las personas con discapacidad. Aún en la actualidad, se tiende a tratarles como meros objetos de estudio o de intervención, sujetos pasivos, pacientes o consumidores de servicios, sin implicarles en nada, sin preguntarles, sin conocer y valorar su propia opinión, sin darles acceso a información que les concierne, y sin permitirles que tomen decisiones y participen en los procesos.

Es el momento de centrar las claves relacionadas con las practicas de ocio y matizar algunos factores que han determinado el acceso al ocio, todo ello sustentando la importancia del ocio en la vida de las personas con discapacidad. Una participación apropiada en actividades de ocio es un factor importante y clave para un ajuste exitoso en la comunidad. Es decir, la participación en actividades de ocio está asociada al desarrollo de habilidades y a la reducción de comportamientos adaptativos negativos. Se puede afirmar que la vida entera es un aprendizaje y que las actividades de ocio forman parte de ese recorrido.

El ocio genera oportunidades de desarrollo por diferentes razones, tal y como describe Espinosa y otros, (1995:45) debido a que: se produce una mayor flexibilidad en la obtención de logros y metas, las exigencias sociales y familiares son menores, se consolidan hábitos y responsabilidades en un marco de convivencia, la participación en ocio facilita aprendizaje de comportamientos sociales, es un espacio muy importantes para la participación social, la parte lúdica del ocio favorece el desarrollo de actitudes positivas, las prácticas de ocio contribuyen al desarrollo integral de la persona, y la interacción entre iguales y la relevancia del grupo facilita la integración.

Durante mucho tiempo, el ocio ha sido considerado un aspecto secundario dentro de la problemática global de la persona con discapacidad, esto se ha traducido en un estilo de ocio inexistente, o al menos pobre y excesivamente dependiente, alejado de la oferta de ocio de la comunidad. Esta situación ha propiciado, a menudo, que sean las asociaciones las que dan forma a ese vacío, constituyendo e incluyendo en su red de servicios el tiempo libre y desarrollando programas al respecto. Las personas con discapacidad han pasado de estar excluidos de las experiencias de ocio, a que se empiece a reconocer que ante todo son personas con parecidas necesidades e intereses al resto de los miembros de la comunidad, de todo ello se deduce la evidencia de que sí pueden y por tanto debieran poder participar en la oferta de ocio.

Una intervención integradora al servicio de un proyecto de ocio requiere (San Salvador del Valle, 2000): la prestación de servicios de calidad y la generación de procesos de emancipación y autonomía personal en el ocio. Para ello es fundamental :

- Contextualizar el potencial del ocio como ámbito de aprendizaje a lo largo de toda la vida y su incidencia sobre el desarrollo (Cuenca, 200b).
- Que exista una provisión de oportunidades (Espinosa y otros, 1995:16) permanente y acceso a los recursos disponibles para aquellos que desean participar.
- Una oferta que debe satisfacer las necesidades de participantes de diferentes edades y niveles de destrezas (Nazareth, 2002:59).
- Poder tomar decisiones, elegir qué hacen, cuándo y con quién, independientemente del tipo de discapacidad (Sabe y otros, 2003:38).

En la siguiente tabla se realiza una lectura de cada uno de los aspectos relevantes del fenómeno del ocio, desde una visión humanista, en clave de lo que sucede además de en otros colectivos, en el caso de las personas con síndrome down.

Tabla 1: Claves del ocio humanista aplicadas a las personas con discapacidad.

CLAVES DEL OCIO	COLECTIVOS DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD
<i>Punto de partida</i>	<p>Consideración de ámbito secundario</p> <p>Presencia de barreras internas y externas para disfrutar y acceder al ocio</p> <p>Es necesario justificar beneficios del ocio para desarrollar programas para pcd</p> <p>Acceso a la oferta de ocio mediatizado por el colectivo de discapacidad</p> <p>No se accede a la oferta en función de actividades, espacios o tiempos</p> <p>Escasa conciencia social sobre el derecho al ocio para todas las personas</p>
<i>Criterios</i>	<p>Se les oferta un catálogo de actividades y se utilizan espacios comunitarios y propios</p> <p>Tiempos normalizados</p> <p>Habitualmente participan en grupos de personas con la misma discapacidad</p>
<i>Condicionantes</i>	<p>Colectivo con mayor disponibilidad de tiempo debido a la tasa de desempleo</p> <p>La práctica de actividades se iguala a menudo a la experiencia de ocio</p> <p>Colectivo con bajo nivel económico aunque se esté incorporando al mercado</p>
<i>Rasgos</i>	<p>Es un colectivo en el que se ha negado el ocio</p> <p>Los rasgos del ocio que más se enfatizan en la intervención son: disfrute y satisfacción, desarrollo personal, aprendizaje continuo, experiencia y fuente de salud</p> <p>Se olvida la libertad de elección y el grado de satisfacción personal</p>
<i>Dimensiones del ocio</i>	<p>Fundamentalmente receptores, espectadores de la dimensión creativa y solidaria</p> <p>Participan activamente en actividades con rasgos lúdicos, festivos y</p>

	<p>ecológicos</p> <p>Son receptores de programas de carácter preventivo y terapéutico</p> <p>Hay personas con discapacidad que carecen de ocio</p>	
<i>Determinantes</i>	<p>Libertad percibida</p> <p>Motivación intrínseca</p> <p>La vivencia experiencial del ocio</p>	
<i>Ejes actuales</i>	<p>El ocio se valora, a menudo más como medio que como fin, aún alejado de la autorrealización, el derecho y la calidad de vida</p>	
<i>Ámbitos</i>	<p>Cultura: la parte creativa se cultiva más en entornos cerrados vinculados a la discapacidad (talleres, cursos, etc.). Actividades en el que la persona tiene un papel de espectador (cultura y deporte) participan de la oferta comunitaria</p> <p>Se practica deporte en instalaciones sean comunitarias</p> <p>Han aumentado las personas con discapacidad que hacen turismo</p> <p>Ha aumentado la participación de pcd en actividades recreativas</p>	
<i>Transversales</i>	<p>Barreras para el acceso y la participación</p> <p>Barreras individuales de las personas con discapacidad</p> <p>Demandas familiares</p> <p>El ocio como medio de aprendizaje de habilidades y destrezas necesarias</p> <p>Proyectos de integración</p>	
<i>Líneas de actuación</i>	<p>El ocio como un derecho</p> <p>Condiciones de accesibilidad</p> <p>Política de inclusión</p> <p>Autodeterminación en ocio: espacio de protagonismo con un fin en sí mismo</p>	
<i>Concepción del ocio</i>	<p>Enfoque educativo del ocio</p> <p>Enfoque rehabilitador del ocio</p>	<p>Enfoque preventivo del ocio</p> <p>Enfoque del ocio como respiro familiar</p>

Fuente: elaboración propia

En síntesis, el ocio humanista es un derecho fundamental y una experiencia humana. Toda persona, tenga o no síndrome down debe tener la posibilidad real de

experimentar vivencias de ocio, dado que el ocio es un ámbito fundamental del desarrollo humano y un área de crecimiento personal.

2 EL PRINCIPIO DE INCLUSIÓN EN OCIO.

Según el Diccionario de la Real Academia *Incluir* es el proceso que se desarrolla para poner algo dentro de otra cosa o dentro de sus límites; dicho de una cosa: contener a otra, o llevarla implícita. Son sinónimos de incluir: meter, encerrar, adjuntar, incorporar, introducir, abarcar, envolver, englobar, comprender, encartar, implicar, insertar, encuadrar, contener. Inclusión como término anglosajón significa incluir a alguien, es “comprender o incorporar como parte de un todo”, “tratar o considerar como comprendido”. Desde un enfoque inclusivo el punto de partida es el reconocimiento de que el todo puede comprender muchas partes pero, en todo caso, ellas forman parte del todo y deberían ser consideradas en tal condición”.

La atención a la diversidad favorece el desarrollo personal y el acceso a la oferta, permite adaptarse a las características de los participantes, responde a las necesidades de la sociedad, y compensa desigualdades (Arnaiz, 2003). Se han desarrollado reflexiones e investigaciones, hasta el momento en mayor medida por la presencia de alumnos con necesidades educativas especiales en el ámbito escolar (Duk, 2003), desde teorías y prácticas distintas pero todas ellas con el propósito común de crear una situación social, totalmente abierta a la diversidad y que implica a todas las instituciones y agentes que forman parte de la comunidad,. La meta propuesta por Naciones Unidas en el *Programa de Acción Mundial para los Impedidos*, fue ser “una sociedad para todos, propuesta fundamentada en que todo el mundo acepte la diversidad humana y el desarrollo potencial de cada persona” (Naciones Unidas, 1982).

La *inclusión* es, ante todo, una cuestión de derechos humanos y por consiguiente asume la defensa de una sociedad para todos, razón ética por la que debería también ser asumida por toda la sociedad. Esta propuesta se sustenta en la premisa que la comunidad debe satisfacer las necesidades de todos independientemente de sus particularidades, características y condiciones. La inclusión como principio de actuación nace en el ámbito educativo, en la actualidad se aplica a otros ámbitos y a la comunidad en general (Mank, 2000). Pero la inclusión no es la etiqueta moderna de la educación especial, ni un sinónimo de integración tal y como ésta ha venido desarrollándose en los

últimos años según Echeita (2006). La educación inclusiva es un movimiento educativo fundamentado en el principio de educación para todos, que como tal reconoce la educación como un derecho de todas las personas (Ainscow, 2003). Además la inclusión no hace referencia exclusivamente a las personas con discapacidad, pero hay que reconocer que la inclusión se nutre del cambio significativo que se ha producido en la forma de percibir, entender y responder hoy la discapacidad. En el informe de la UNESCO (Dyson, 2002) se afirma que la educación incluyente se centra en las estructuras y procesos del sistema que están sometidas directamente a una política y a unas estructuras de gestión y que son responsabilidad de todos los administradores y creadores de políticas. Este trabajo desarrollado en el ámbito educativo ha posibilitado trasladar el espíritu, la esencia, los contenidos y herramientas de la inclusión al ámbito del ocio.

La verdadera inclusión (Compton, 2003:11) no se produce por un simple ordenamiento de experiencias, por la integración social o por la organización de actividades. La *plena inclusión* se produce cuando el contexto de la experiencia es natural, sin contaminación de estructuras de los sistemas o por profesionales, debe ocurrir de forma fortuita, este enfoque viene determinado por un cambio social que produce una asimilación en el conjunto de la sociedad y de las estructuras sociales vigentes. La plena inclusión supone:

1. Una dinámica social que implica cambios en el entorno y en los participantes,
2. Interacciones entre personas con y sin discapacidad que deben estar basadas en un verdadero interés del uno por el otro, con objetivos comunes y en términos de igualdad, y

Sentido de pertenencia, relaciones duraderas, oportunidades de compromiso social, y en un clima de comunicación sin juicios ni prejuicios. Cada persona es valorada de acuerdo a sus capacidades y toma de decisiones.

Los factores fundamentales de la inclusión (Dattilo, 2002:26) son el reconocimiento de que somos una unidad, aunque seamos diferentes, la creación de oportunidades para que otros puedan experimentar la libertad de participación, la valoración de cada persona y el valor de la diversidad, y el fomento de la participación. Los aspectos básicos de la inclusión según Schalock (1999) son: la concepción de la discapacidad, la visión transformadora de las personas con discapacidad, la asunción del paradigma de apoyo, la mejora de la calidad en la prestación de servicios y las actuaciones centradas en funcionalidad y necesidades.

La inclusión es el principio rector que guía las acciones encaminadas a “que todas las personas formen parte real de la sociedad de la que son miembros, destaca especialmente la idea de la responsabilidad que tiene el entorno de generar acciones y prácticas que fomenten la plena aceptación y participación de los colectivos distintos en el mundo que les rodea" (Gorbeña y otros, 2002:12). Este principio está ligado a dos procesos, uno de ellos es la participación, y el otro es la equiparación de oportunidades.

- La *participación* activa se refiere a tomar parte desde una posición de organizador/gestor, implicándose a diferentes niveles en una propuesta determinada, y la participación pasiva alude a actuar como mero espectador/receptor, de una propuesta dada y hecha por otros.
- *Equiparación de Oportunidades* (Naciones Unidas, 1993) significa el proceso mediante el cual el sistema general de la sociedad (el medio físico y cultural, la vivienda y el transporte, los servicios sociales y sanitarios, las oportunidades de educación y trabajo, la vida cultural y social, incluidas las instalaciones deportivas y de recreo) se hace accesible para todos.

La siguiente tabla sintetiza los principales conceptos que definen la *inclusión en ocio* y cuáles son las claves de la intervención en ocio.

Tabla 2: Elementos claves de la inclusión en ocio.

INCLUSIÓN EN OCIO	
<i>Elementos conceptuales</i>	<i>Claves de la intervención</i>
- Valorar la diversidad como factor positivo	- Aceptar la diferencia
- Las diferencias enriquecen	- Crear oportunidades para participar
- Sentimiento de comunidad y pertenencia	- Eliminar cualquier discriminación
- Una sociedad que se construye para todos	- Favorecer la libertad de elección
- Equiparación de oportunidades	- Derechos
- Igualdad de derechos	- Ofrecer oportunidades de ocio inclusivo
- Participación activa plena	- Organizar actividades para todos
- Visibilidad y presencia social	- Autodeterminación
	- Posibilitar el desarrollo integral
	- Reconocer la valía de cada persona

<ul style="list-style-type: none"> - Aceptación y acogimiento - Aprender unos de otros - Favorecer las relaciones interpersonales - Todos aportamos a la sociedad - Todos diferentes pero igual de importantes - Acceso y uso de servicios de ocio - La sociedad se flexibiliza para todos - Ciudadanía plena - Todos incluidos en la sociedad 	<ul style="list-style-type: none"> - Respeto a la diversidad - Responsabilidad compartida - Fomento de la pertenencia - Gestionar los apoyos y adaptar el entorno - Relaciones interpersonales - Tener en cuenta las particularidades - Conocer limitaciones y necesidades
---	---

Fuente: elaboración propia

La legislación sobre accesibilidad se centra fundamentalmente en aspectos físicos (parámetros definidos aunque no siempre cumplidos, que mejoran el acceso a las personas con discapacidad física) y en aspectos de supresión de barreras de comunicación (favorecen el acceso a personas con discapacidad sensorial). Apenas se consideran aspectos de la inclusión social, que hace referencia al grado en que aspectos de la gestión del equipamiento facilitan la participación de todas las personas con discapacidad en la oferta de ocio del equipamiento, son medidas que favorecen la participación fundamentalmente a personas con discapacidad intelectual y personas con enfermedad mental.

Asumir este principio implica diferentes niveles de actuación (Gorbeña y otros, 2002:6) con objeto de alcanzar el máximo grado de inclusión en ocio. Establecer niveles de inclusión, física, comunicativa y social es una manera de operativizar y poder evaluar el grado de inclusión en infraestructuras, equipamientos, servicios y programas de ocio; además también permite diseñar estructuras de ocio inclusivas, para toda la ciudadanía..

- A) La inclusión física viene definida por los elementos facilitadores de las infraestructuras y equipamientos de ocio que permiten a toda persona acceder, entrar o salir y utilizar los espacios.
- B)) La Inclusión comunicativa define las condiciones facilitadoras en aspectos cualitativos y cuantitativos de la información y la señalización.
- C) La inclusión social define elementos de gestión que facilitan la plena participación y las relaciones interpersonales entre todas las personas. Este nivel incluye el fomento de actitudes sociales positivas hacia los colectivos distintos; el desarrollo

de una programación incluyente que responda a las necesidades de todos los usuarios; el establecimiento de una política de publicidad y marketing que incluya la diversidad como valor; la cualificación y formación de los profesionales que atienden los servicios y programas; y el análisis de los programas ofertados en general y aquellos desarrollados de forma específica para personas con discapacidad.

Al profundizar en la inclusión en ocio es necesario, partiendo del conjunto de elementos que definen el ocio inclusivo, profundizar en las implicaciones que se derivan de tal conceptualización, describir los ejes que marcan el diseño de un proyecto de ocio inclusivo, definir las estrategias de la intervención y precisar las herramientas estratégicas que los profesionales del ocio van a desarrollar en el marco de una gestión inclusiva.

En la aplicación de la inclusión del ocio a los programas de ocio, además de los elementos que definen el ocio inclusivo, hay que tomar en consideración que el ocio inclusivo (Madariaga, 2004 y 2005) implica que:

- Se construyan modelos de servicios estructurados de forma que respondan a las necesidades de cada participante,
- Se alcance el máximo desarrollo comunitario para todas las personas,
- Se enfatice el sentido de comunidad para que todas las personas desarrollen el sentimiento de pertenencia,
- Se asesore, adapte, cambie y proporcione cooperación y ayuda para que cada persona crezca,
- Se fomenten las relaciones personalizadas y sensibles para crear oportunidades de comunicación y relación,
- Todas las personas utilicen los mismos equipamientos, servicios y programas disponibles en su comunidad,
- Se utilicen todos los recursos de ocio disponibles para toda la ciudadanía,
- Se proporcione apoyo social a todas las personas y no sólo a los colectivos con necesidades especiales, y
- Se apoye el desarrollo de servicios y programas de ocio en los recursos generados por la comunidad para otras áreas de intervención.

La inclusión en la práctica aplicada al ámbito del ocio se apoya en tres ejes (Duk, 2003):

1. Derecho al ocio: basado en la no discriminación y en el derecho a disfrutar y divertirse, demandado desde los colectivos de personas con discapacidad, y apoyado en los beneficios del ocio para todas las personas.
2. Ocio de calidad: resultan experiencias inclusivas beneficiosas para todos los participantes, potencia el desarrollo de programas de ocio en su contexto natural, y se deben garantizar los apoyos y dedicación necesaria para cada persona.
3. Dimensión social del ocio compartido: posibilita el aprendizaje y el asumir el respeto a la diferencia, es enriquecedor vivir experiencias de ocio con personas diferentes, sienta las bases para construir una sociedad sobre la diversidad y los derechos.

Desde la práctica un *proyecto de ocio inclusivo* (Schlein y otros, 1997) contribuye a responder a las siguientes dimensiones:

- Toma como referente el ideal democrático de la sociedad.
- Incluye a todos los miembros de la comunidad.
- Es una filosofía institucional que implica actitudes, valores y creencias.
- Desarrolla el sentido de comunidad, de apoyo y de trabajo en equipo.
- Mejora la calidad y relevancia de las oportunidades y experiencias.
- Considera a toda persona protagonista de las actividades de ocio.
- Respeto a características, necesidades e intereses de cada participante.
- El interés se centra en prestar apoyo a las necesidades de cada persona.
- Se ofrece el apoyo en contextos naturales y grupos heterogéneos.
- Se trabaja desde una perspectiva institucional.
- Las dificultades se afrontan como la oportunidad para mejorar el sistema.
- La entidad y/o equipamiento se transforma para responder a los usuarios.
- La atención se centra en los recursos ofrecidos para responder a todos.

En este marco de aplicación de la inclusión en ocio es fundamental tener en cuenta además las estrategias que se deben aplicar en los programas de ocio (tabla II.17) para garantizar la participación activa de todas las personas.

Tabla 3: Estrategias para desarrollar programas de ocio inclusivo.

ESTRATEGIAS	
<ul style="list-style-type: none"> - Proyectos abiertos y transformadores - Adaptar a características participantes - Agrupación de diferentes edades - Utilizar la tecnología - Valorar procesos más que resultados - Agrupamientos heterogéneos - Cooperación frente a competitividad - Aprendizaje cooperativo 	<ul style="list-style-type: none"> - Poder interactuar - Diferentes grados de dificultad y de ejecución - Diferentes actividades con objetivos comunes - Equilibrar el uso del pequeño y gran grupo - Compensar limitaciones - Aplicar estrategias en situaciones de competición - Plantear situaciones de acceso real

Fuente: Elaborado a partir de Illán, 1999 y López Melero, 1997.

Los profesionales del ocio inclusivo (Dattilo, 2004) además de actualizar conceptos en torno a la diversidad humana y asumir la importancia del ocio como potenciador del desarrollo humano, deben desarrollar una gestión inclusiva plena en equipamientos, servicios y programas de ocio. Para ello deben tener en cuenta las siguientes herramientas estratégicas (Mank, 2000):

- Diseño, planificación y programación de la oferta de ocio.
- Planificación centrada en la persona.
- Identificación necesidades compartidas por diferentes usuarios.
- Igualdad de expectativas positivas hacia todos los participantes.
- Consideración de las limitaciones de la persona y el grupo.
- Prestación de ayudas cuando la persona lo necesita y lo solicita. El incremento de ayuda puede ser: proporcionar explicaciones complementarias; realizar la actividad de forma distinta o por parejas o pequeños grupos; y/o sugerir la misma actividad en partes.
- Cambios en el planteamiento y en la organización de los servicios gestión de apoyos y la adaptación del entorno.

En síntesis, la inclusión en ocio se considera un derecho humano, se dirige a todas las personas, se basa en un modelo sociológico, se apuesta por la inclusión total y global de toda persona en cualquier ámbito, implica una reforma estructural, se toma como referencia la comunidad y el entorno social, plantea una oferta común para todas las personas, se articula desde una organización inclusiva, requiere formación profesional, y supone apostar y comprometerse por un ocio inclusivo: adoptar el principio de inclusión, adaptar la realidad a las necesidades de cada persona y adecuar la oferta a usuarios distintos por diferentes razones.

3. EL RECORRIDO HACIA LA INCLUSIÓN EN OCIO.

Hasta el momento este artículo se ha centrado por un lado, en profundizar en el concepto de ocio humanista y sus implicaciones en el desarrollo del potencial humano de toda persona; y por otro ha abordado el concepto del principio de inclusión y sus implicaciones en el ámbito del ocio. En este último apartado, se pretende esbozar algunas claves y reflexiones que trazan el recorrido hacia la plena inclusión en ocio, es decir, se intenta asentar las bases para garantizar la plena participación en ocio de las personas con síndrome down.

Es fundamental destacar el papel que aún desempeña el tejido asociativo de la discapacidad como estructura de soporte a todas las asociaciones para intervenir en el ámbito del ocio. Esta estructura determina y condiciona el papel de las asociaciones como prestadoras de servicios de ocio y gestoras de los programas de ocio para los diferentes colectivos de personas con discapacidad. Este modelo se apoya principalmente en el conocimiento que cada entidad tiene sobre la discapacidad con la que trabaja, lo cual le avala y dota de garantías para la cobertura de las necesidades de cada persona con discapacidad en ocio. El papel asignado al ocio ha evolucionado considerablemente en la última década, actualmente, en la mayoría de los casos, supone un ámbito de vital importancia para el pleno desarrollo de la persona con discapacidad y se considera fundamental posibilitar el acceso y disfrute de la persona a experiencias de ocio cotidianas o extraordinarias.

Las asociaciones abanderan el ocio como experiencia y derecho y apuestan por un ocio integrado, normalizado y autodeterminado. Los principales objetivos de los

servicios de ocio son la integración, el acceso a la comunidad, el desarrollo personal y los beneficios que se derivan de la participación en actividades de ocio. Se ha producido un gran avance en la consolidación del servicio de ocio como un ámbito autónomo y con entidad propia dentro de la red de servicios que prestan las asociaciones; también se ha progresado en la profesionalización de los servicios de ocio y en las partidas presupuestarias, aún hoy insuficientes, asignadas. Asimismo ha crecido la importancia asignada al uso de recursos, equipamientos y servicios comunitarios de ocio. En la actualidad se centran, además de en mantener la estructura de ocio desarrollada, en trabajar la autogestión y autodeterminación en el ocio de las personas con discapacidad; y ha aumentado el desarrollo de la aplicación de planes individualizados en ocio.

Los principales elementos que definen la situación actual de los servicios de ocio de las asociaciones (Madariaga, 2008) se apoyan en el papel de prestadoras de servicios directos de ocio que ha consolidado todo el tejido asociativo del ámbito de la discapacidad. Las principales preocupaciones de los servicios de ocio se centran en la calidad del servicio prestado y en la financiación del mismo. Se considera fundamental tener estructura para responder al ocio cotidiano y al ocio en periodo vacacional con carácter más extraordinario, cada vez hay más servicios de ocio profesionalizados, los programas de ocio se sustentan en financiación externa. El tener una determinada discapacidad es el requisito más solicitado y el residir en un determinado lugar. La oferta se centra en grupos concretos de discapacidad y se responde a las demandas de los usuarios, y en algunos casos a las de las familias. Los servicios de ocio organizan los programas de ocio: por actividades de ocio, en función de los objetivos perseguidos, en torno a un club de ocio, o por ámbitos de ocio (recreación, cultura, deporte, y turismo). En los programas de ocio la orientación mayoritaria es la que se ha denominado mixta, es decir, aquella que combina aprendizaje y disfrute del ocio de forma simultánea. Se utilizan para el desarrollo de las actividades de ocio equipamientos comunitarios y equipamientos propios de cada asociación. El usuario paga por participar en la mayoría de las actividades y la cantidad difiere dependiendo de la actividad ofertada. Se da una importante presencia de voluntariado para el desarrollo de los programas. La oferta de programas se desarrolla durante todo el año y el horario se corresponde con el que la mayoría de la población adopta como tiempo de ocio: tardes de días laborables, fines de semana y vacaciones.

A corto plazo ven con interés para los servicios de ocio: aumentar la profesionalización, consolidar los recursos económicos que sustentan los programas de

ocio, y diversificar los programas ofertados en cuanto a actividades, tiempos y espacios en los que se desarrollan las actividades. Por último, una cuestión que también preocupa es la calidad en la prestación de servicios de ocio. Entre los criterios de calidad en ocio destacan: mantener una oferta amplia de actividades, fomentar nuevos intereses y nuevas prácticas de ocio, posibilitar la participación en actividades de ocio comunitarias, estructurar un sistema de asesoramiento y orientación personalizada en ocio, permitir que la persona pueda elegir el programa de ocio en el que participa, desarrollar una oferta flexible, participar en actividades de ocio apropiadas a la edad, y en aquellas, especialmente, que propicien relaciones sociales satisfactorias.

Una vez descritos los puntos fuertes y débiles de los servicios de ocio gestionados desde las asociaciones de discapacidad, es necesario identificar las claves de la situación actual de la oferta comunitaria de ocio con relación a las características actuales de dicha oferta que permite valorar el conjunto de elementos facilitadores e inhibidores para que participe en la misma una persona con discapacidad.

La oferta de ocio de las asociaciones de discapacidad está inmersa en una realidad social que es la comunidad y en la que también se ofertan y se desarrollan servicios, programas y actividades de ocio ya sean desde el sector público, el sector privado con ánimo de lucro (empresas de ocio) o el sector asociativo (sin ánimo de lucro). Se entiende como oferta comunitaria de ocio aquella cuyo destinatario principal es la población en general.

Existen un conjunto de demandas identificadas desde las necesidades de las personas con discapacidad con relación al ámbito del ocio y su entorno (equipamientos, servicios, programas y actividades). Todas ellas se centran en dos ejes, el primero de ellos relacionado con la participación y el segundo con la equiparación de oportunidades. En relación con la participación de las personas con discapacidad en ocio es fundamental: posibilitar oportunidades de relación y socialización de las personas con discapacidad en espacios de ocio, desarrollar servicios de acompañamiento individual, articular servicios de intermediación entre asociaciones y comunidad, fomentar la participación de las personas con discapacidad en actividades de ocio comunitarias, garantizar las condiciones de igualdad de participación para personas con y sin discapacidad, adecuar el acceso a nuevas experiencias de ocio, y desarrollar proyectos que respondan a cada persona de forma individualizada.

Con el fin último de garantizar la equiparación de oportunidades en ocio de la comunidad es necesario: diseñar el entorno para todas las personas, lo que implica que

responda a necesidades de tipo físicas, comunicativas, y/o sociales, exigir condiciones de accesibilidad y pleno acceso a actividades adaptadas en todos los ámbitos del ocio, trabajar en estrecha colaboración con el sector del ocio, profesionalizar el sector del ocio en materia de discapacidad, y desarrollar sistemas de información de las condiciones de accesibilidad de los equipamientos, servicios y programas de ocio.

En conclusión, el ocio es un ámbito de desarrollo humano para toda la ciudadanía. En el caso de las personas con síndrome de down persisten elementos estructurales que dificultan el pleno acceso a toda la oferta de ocio que se desarrolla en la comunidad. El diseño, desarrollo y evaluación de proyectos de ocio inclusivos garantizan el ejercicio del derecho al ocio y posibilitan vivenciar experiencias de ocio a las personas con síndrome down en la comunidad a la que pertenecen.

Bibliografía

- AINSCOW, M. (2003). *La comprensión del desarrollo de los sistemas inclusivos de educación*. Congreso sobre la respuesta a las necesidades educativas especiales en una escuela vasca inclusiva. Donostia: Dpto. Educación, Gobierno Vasco. Disponible en <http://www.elkarrekin.org/elk/lib/JordNEE> (Febrero, 2008).
- ARNAIZ SÁNCHEZ, P. (2003). *Educación inclusiva: una escuela para todos*. Archidona (Málaga): Aljibe.
- CÁTEDRA OCIO Y DISCAPACIDAD. (2003). *Manifiesto por un Ocio Inclusivo*. Bilbao: Instituto de Estudios de Ocio.
- COMPTON, D. (2003). La disyuntiva de la inclusión: crear una inclusión plena con ayuda de actividades recreativas y de estructuras sociales sostenibles para personas con discapacidad. *Boletín ADOZ*, 26, 9-20.
- CSIKZSENTMIHALYI, M. (1997). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- CUENCA CABEZA, M. (1995). *Temas de pedagogía del ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (1997). Ocio y animación sociocultural: presente y futuro, en J. TRILLA. (coord.). *Animación sociocultural. Teorías, programas y ámbitos* (pp. 343-357). Barcelona: Ariel Educación.

- CUENCA CABEZA, M. (2000a). *Ocio humanista*. Documentos de Estudios de Ocio, 16. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (2002). La educación del ocio: el modelo de intervención UD, en C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Educación del ocio. Propuestas internacionales* (pp. 25-56). Documentos de Estudios de Ocio, 23. Bilbao: Universidad de Deusto,
- CUENCA CABEZA, M. (2003). El ocio como experiencia de desarrollo humano, un reto para el siglo XXI, en C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Los retos del ocio y la discapacidad en el siglo XXI. Actas de las V Jornadas de las Cátedra ONCE Ocio y Discapacidad* (pp. 33-66). Documentos de Estudios de Ocio, 26. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (ed.). (2000b). *Ocio y desarrollo humano. Propuestas para el 6º Congreso Mundial de Ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- DATTILO, J. (2002). *Inclusive leisure services: responding to the right of people with disabilities* (2ª ed.). State College: Venture.
- DATTILO, J. (2004). Servicios de ocio inclusivo, en Y. LÁZARO FERNÁNDEZ. (ed.). *Ocio, inclusión y discapacidad* (pp. 21-50). Documentos de Estudios de Ocio, 28. Bilbao: Universidad de Deusto.
- DRIVER, B.L.; BROWN, P.J. y PETERSON, G.L. (eds.). (1991). *Benefits of leisure*. State College: Venture.
- DUK, C. (2003). *El enfoque de la educación inclusiva*. Argentina: Fundación HINENI.
- DYSON, A. (2002). Educación incluyente como tratamiento para todos los niños, en ASOCIACIÓN BIZKAIA ELKARTEA, ESPINA BÍFIDA E HIDROCEFALIA. (ASEBI). (ed.). *Actas del Congreso Internacional sobre Espina Bífida: desde las discapacidades hacia la inclusión* (pp. 116-124). Bilbao.
- ECHEITA SARRIONANDIA, G. (2006). *Educación para la Inclusión o Educación sin Exclusiones*. Madrid: Narcea.
- ESPINOSA RABANAL, A. y otros. (1995). *Iguals, pero diferentes. Un modelo de integración en el tiempo libre*, Madrid: Popular.
- GORBEÑA, S. (1996a). Beneficios del ocio. *Minusval*, 103, 19-20.
- GORBEÑA, S.; GONZÁLEZ, V.J. y LÁZARO, Y. (1997). *El derecho al ocio de las personas con discapacidad*. Documentos de Estudios de Ocio, 3. Bilbao: Universidad de Deusto.

- GORBEÑA, S.; MADARIAGA, A. y RODRÍGUEZ, M. (2002). *Protocolo de evaluación de las condiciones de inclusión en equipamientos de ocio*. Documentos de Estudios de Ocio, 22. Bilbao: Universidad de Deusto.
- ILLÁN ROMEU, N. (2004). *El proyecto Vivienda Independiente. Una alternativa de vida autónoma e independiente para las personas con discapacidad psíquica*. Murcia: FUNDOWN.
- ILLÁN ROMEU, N. (2005). *12 claves para la autonomía de las personas con Síndrome de Down*. Madrid: FEISD.
- KELLY, J. (1981). *Social benefits of outdoor recreation*. Illinois: Department of Leisure Studies, University of Illinois.
- LEY 51/2003, de 2 de diciembre, *de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad*. LIONDAU. (BOE 289/2003 de 03-12-03).
- LÓPEZ MELERO, M. (1997). Diversidad y cultura: en busca de los paraísos perdidos, en P. ARNAIZ SÁNCHEZ, y R. DE HARO RODRÍGUEZ. (ed.). *10 años de integración en España: análisis de la realidad y perspectivas de futuro* (pp. 181-208). Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad.
- MADARIAGA ORTUZAR, A. (2004). Acortando la distancia entre el ocio integrador y el ocio inclusivo, en Y. LÁZARO FERNÁNDEZ. (ed.). *Ocio, inclusión y discapacidad* (pp. 429-440). Documentos de Estudios de Ocio, 28. Bilbao: Universidad de Deusto.
- MADARIAGA ORTUZAR, A. (2005). El rol de las asociaciones en la promoción del ocio inclusivo, en VV.AA. *Actas de las Jornadas de ANTARES Centro integral de ocio* (pp. 90-101). Madrid: Asociación ANTARES.
- MADARIAGA ORTUZAR, A. (2008). *Los servicios de ocio de las asociaciones de discapacidad*. Bilbao: Universidad de Deusto. (Tesis Doctoral)
- MANK, D. (2003). Investigación sobre tipificación de apoyos, en M.A. VERDUGO ALONSO y F. JORDÁN DE URRÍES. (eds.). *Investigación, innovación y cambio. Actas V Jornadas científicas de investigación sobre personas con discapacidad* (pp. 323-334). Salamanca: Amarú.
- MONTEAGUDO SÁNCHEZ, M.J. (2004). Los beneficios del ocio. ¿Qué son y para qué sirven? *Revista de Estudios de Ocio ADOZ*, 28, 63-72.

- NACIONES UNIDAS. (ONU). (1993). *Normas Uniformes sobre la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- NACIONES UNIDAS. (ONU). (2006a). *Convención internacional amplia e integral para la protección y promoción de los derechos y la dignidad de las personas con discapacidad*. Informe del Comité Especial a la Asamblea General. A/AC.265/2006/4. Disponible en <http://www.dpi.org> (Febrero, 2008).
- NAZARETH, T.C. (2002). Una orientación vital para el ocio y el desarrollo humano: una perspectiva coherente para el siglo XXI, en M. GARCÍA VISO, M. y A. MADARIAGA ORTUZAR. (eds.). *Ocio para todos: reflexiones y experiencias* (pp.51-69). Documentos de Estudios de Ocio, 24, Bilbao, Universidad de Deusto.
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (oms) (2001). *Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud (CIF)*. Madrid: Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO).
- SABEH, E.N.; PORRAS NAVALÓN, P. y GÓMEZ-VELA, M. (2003). Ocio e inclusión como estrategias hacia la calidad de vida. *Boletín ADOZ*, 26, 35-40.
- SAN SALVADOR DEL VALLE DOISTUA, R. (2000). *Políticas de ocio*. Documentos de Estudios de Ocio, núm. 17. Bilbao: Universidad de Deusto.
- SCHALOCK, R.L. (1999). Hacia una nueva concepción de la discapacidad, en M.A. VERDUGO ALONSO y F. JORDÁN DE URRÍES. (coords.). *Hacia una nueva concepción de la discapacidad*. *Actas III Jornadas científicas de investigación sobre personas con discapacidad* (pp. 79-110). Salamanca: Amarú.
- SCHLEIN, S.J.; TIPTON, M. y GREEN, F.P. (1997). *Community recreation and people with disabilities. Strategies for inclusion*. Baltimore: Paul H. Brookes.
- SETIÉN SANTAMARÍA, M^ªL. (2000). El papel del ocio en una vida con calidad, en M^ªL. SETIÉN SANTAMARÍA. (coord.). *Ocio, calidad de vida y discapacidad*. *Actas de las IV Jornadas de la Cátedra de Ocio y Minusvalías* (pp. 33-48). Documentos de Estudios de Ocio, 9. Bilbao: Universidad de Deusto.
- TINSLEY, H.E. (2004). Los beneficios del ocio. *Revista Estudios de Ocio*, 28, 55-62.
- WORLD LEISURE RECREATION ASSOCIATION. (WLRA). (1994). Carta para la Educación del Ocio, en S. GORBEÑA; V.J. GONZÁLEZ. y Y. LÁZARO. (1997). *El Derecho al ocio de las personas con discapacidad*. (pp. 243-252). Documentos de Estudios de Ocio, 4. Bilbao: Universidad de Deusto.