

**La integración de las personas con discapacidad intelectual en la sociedad actual.**  
**Una mirada desde la Gestalt.**

*"Hacer decible lo indecible implica socializar una experiencia"*<sup>1</sup>

**Margherita Spagnuolo Lobb**

*"Cuando una sociedad vive la percepción inmediata y compartida de un peligro inminente para la propia supervivencia (...) se inclina espontáneamente a organizar las relaciones privilegiando las de pertenencia al grupo y colocando en segundo plano la autorrealización personal (...) la necesidad de sentirse protegido induce a sacrificar (reprimir) de forma natural la libertad personal y cualquier expresión de subjetividad: incluso se siente culpable de cualquier intento de autonomía o diferenciación"*<sup>2</sup>

**Giovanni Salonia**

*Tras desarrollar otro tipo de trabajos dentro del área social (educadora en viviendas tuteladas para niños privados de un ambiente familiar, monitora en campamentos para adultos con discapacidad intelectual profunda y severa, apoyo a familias con niños con necesidades especiales, etc) empecé a trabajar como educadora con personas con discapacidad intelectual en el año 1999 en distintos ámbitos (ocio de fin de semana, actividades de la vida diaria, vacaciones, etc) y con distintos niveles de discapacidad, desde los más severos a los más ligeros. Además, comencé la formación Gestalt en el año 2003, unos meses antes de entrar a trabajar como monitora ocupacional en un Centro Ocupacional para personas con discapacidad intelectual. Había empezado también a tener sesiones con mi primera paciente con discapacidad intelectual moderada ese mismo año.*

Después de muchos años de trabajo con personas con discapacidad intelectual, hoy entiendo que la mayor dificultad que tienen estas personas no está tanto en su limitación intelectual o cognitiva como en las dificultades que surgen al intentar relacionarse e integrarse en el ámbito social (ocio, amistades, relaciones de pareja, crear familia, etc). Nuestra sociedad no siempre ha aceptado a esta población, y aunque hoy hay mayor comprensión, aún queda camino por recorrer. En este artículo quiero mostrar cómo entiendo el proceso hacia la integración entre las personas con discapacidad intelectual y la sociedad que he podido analizar gracias a mi formación en terapia gestalt y a la experiencia de varios años junto a estas personas y sus familias. En primer lugar hablaré sobre qué es lo que ocurre con la terminología, con el nombre que damos para hablar de este tipo de problemática y por qué esto es importante. En segundo lugar me permitiré apoyarme en lo que conozco que sucede en un proceso terapéutico y en la curva de contacto para dar una mirada gestáltica sobre qué ha hecho posible que se produzca cierto acercamiento, cierta evolución hacia la integración entre las personas con discapacidad y

---

<sup>1</sup>Francesetti, G. et al., 2012 p-42

<sup>2</sup> Idem, pp 61-62

la sociedad general, desde que estas personas vivían encerradas en sus casas, sin apenas contacto con el exterior y eran consideradas como algo extraño y peligroso, hasta el día de hoy, que tienen mayor acceso y visibilidad en la sociedad. Por supuesto, soy consciente de que aún no hay una verdadera inclusión, pero me parece importante hacer una revisión del camino hecho hasta el momento. En tercer y último lugar hablaré de los apoyos recibidos y del que podemos proporcionar desde la terapia gestalt, para favorecer la inclusión en la sociedad de este colectivo.

### **Historia de la definición y nomenclatura: discapacidad intelectual vs retraso mental**

¿De qué estamos hablando cuando decimos **discapacidad intelectual**? ¿Qué tiene de importante la terminología? ¿Qué pasa cuando queremos definir la discapacidad intelectual? ¿Para qué nos sirve hacerlo?

Una de las cuestiones a tratar, para saber de qué hablamos cuando nombramos a la discapacidad intelectual, será la propia definición.

La discusión sobre cuál es la terminología más adecuada para referirse a la población ha sido motivo de debate desde finales de los años ochenta en ámbitos científicos y profesionales. Progresivamente este debate se ha visto ampliado a los familiares y a las personas con esa discapacidad. La principal razón para sugerir un cambio en la terminología se deriva del carácter peyorativo [actual] del significado de retraso mental que, además, reduce la comprensión de las personas con limitaciones intelectuales a una categoría diagnóstica nacida desde perspectivas psicopatológicas. La discapacidad intelectual debe concebirse hoy desde un enfoque que subraye en primer lugar a la persona como a cualquier otro individuo de nuestra sociedad.<sup>3</sup>

Históricamente se han aplicado diferentes terminologías a lo que hoy llamamos discapacidad intelectual, tanto a nivel coloquial, como en los propios manuales médicos de diagnóstico. De hecho entre el uso de **retraso mental** y el de **discapacidad intelectual** aún existe discusión. Es relativamente reciente el cambio **oficial** a la nomenclatura discapacidad intelectual y se considera un avance en cuanto a la comprensión que se tiene de esta situación específica de la persona. Históricamente, a nivel mundial, la terminología ha pasado por los siguientes términos: Imbécil, mongolismo (o mongoloide), débil mental y retrasado.

**Discapacidad intelectual** es el término que se emplea de manera oficial en la actualidad. Está propuesto para la próxima publicación del DSM-V (prevista para mayo del 2013), en sustitución al de **retraso mental**, aún vigente en el actual DSM-IV-R.

---

<sup>3</sup> Verdugo Alonso, M. A., 2002, pp. 2-3

No obstante, extraoficialmente comienzan a aparecer nuevas terminologías que ponen en cuestión también a la actual *discapacidad intelectual*, como es la *diversidad funcional*<sup>4</sup>, que incluye a personas con cualquier tipo de discapacidad, pero sobre la que aún no podemos saber si conseguirá su propósito de dar significado a la realidad actual de estas personas.

Parece que durante muchos años se ha estado intentando encontrar una terminología lo más exenta posible de connotaciones peyorativas. Hoy en día no se nos ocurre diagnosticar a alguien como "imbécil", pero en su momento el término no tenía el significado que ahora le damos, no era despectivo y mucho menos un insulto. Curiosamente, palabras que no tenían esta connotación, con el paso del tiempo la han ido adquiriendo.

Esto me hace reflexionar sobre si estamos yendo en la dirección apropiada, o existen otras posibilidades. Pienso que mientras no pongamos la mirada en el significado, los significantes no dejarán de impregnarse de un sentido que no es el deseado, y seguiremos cambiando de unos a otros. No vamos a encontrar una palabra neutra para describir algo que hoy por hoy no lo es. En mi opinión, lo necesario, por una parte, es dar con aquella terminología capaz de describir una realidad aceptable, capaz de explicar una situación que queramos observar e incluir en nuestras vidas. Pero además, el trabajo no está sólo en la búsqueda de la terminología. La tarea será también comprender el significado, realizar un esfuerzo por saber en qué consiste la discapacidad intelectual y todo lo que le rodea, qué y a quién implica, cuáles son las verdaderas necesidades que tienen estas personas, cuánto apoyo necesitan ellos, sus familias, etc., para lograr que la sociedad pueda asimilar y aceptar la situación real de las personas con discapacidad intelectual. Esto será lo que nos haga nombrar a esta población de una manera definitiva y nos permita incluir a sus miembros como miembros de la sociedad con pleno derecho.

### **El miedo a la discapacidad intelectual y su regulación.**

Cuando desconocemos algo, la falta de información puede producir miedo y las respuestas al miedo (pensemos en la fisiología) que nos encontramos de manera habitual son parálisis, huida o ataque hacia lo que nos asusta, lo que sentimos como amenaza o sobre aquél o aquello que desconfiamos.

El mundo de la discapacidad intelectual, ha estado muchos años oculto. En los países occidentales, hasta los años cincuenta-sesenta (unos diez años más en España), las personas con

---

<sup>4</sup>Foro de Vida Independiente, mayo 2005, [centrodocumentaciondown.com](http://centrodocumentaciondown.com)

discapacidad intelectual vivían apartadas dentro de la familia o en instituciones, sin relacionarse con otras personas que no fueran sus familiares o los profesionales que les atendían.<sup>5</sup>

Además, muchas de estas familias eran “tachadas” como “anormales”, y ellas mismas se consideraban así. Muchas veces los padres de personas con discapacidad intelectual se sienten culpables, responsables únicos de la situación de sus hijos, y esto les hace cerrarse a la sociedad, ocultar su “tara” si se me permite la expresión. Uno de los modos de funcionar que encuentran estas familias es rechazar a su hijo/familiar, otro sobreprotegerlo en exceso convirtiéndolos y convirtiéndose ellos mismos en una parte indiferenciada de la discapacidad. A veces se entremezcla sorprendentemente el rechazo y la sobreprotección. La discapacidad intelectual de un miembro de la familia inunda todo y a todos. No es fácil diferenciarse de ella. La persona no es tenida en consideración, tan sólo se considera a la discapacidad, al “peligro”. No es sencillo poder diferenciarse para llegar a tener cierta autonomía con respecto a la discapacidad y poder ser considerado como persona además de tener una discapacidad intelectual. En cierto modo es comprensible, que ante un entorno hostil, sí que proporciona seguridad permanecer confluyente con la idea de: “nosotros somos discapacitados, somos diferentes, no podemos ser igual, debemos permanecer apartados para protegernos de la sociedad.” Y esto es lo que ha ocurrido durante bastante tiempo.

Por otro lado, si quienes integran la sociedad desconocen qué significa tener una discapacidad intelectual, qué conlleva, qué es y/o cómo es vivir con ella, es muy probable que sientan miedo y rechacen a estas personas, que a su vez sentirán este miedo que se da en el campo por lo que se retraerán y protegerán (y serán protegidos por sus familias) de los posibles ataques. La sensación de miedo a un ataque o al rechazo, será una de las responsables de que las personas con discapacidad permanezcan protegidas y por tanto ocultas. También es probable que el miedo sea el responsable de que los integrantes de la sociedad no queramos mirar hacia una realidad que nos asusta: miedo a lo desconocido, miedo a un posible contagio, miedo a una reacción inesperada, etc.

Para que las personas con discapacidad hayan podido salir de la seguridad de la familia, de su círculo más próximo hacia el encuentro con el mundo, ha sido necesario que se produzcan cambios. Para ambos grupos de personas (sociedad y discapacidad intelectual) es imprescindible conseguir algo de seguridad, liberarse en la medida de lo posible del miedo, para así poder permitir iniciar el camino hacia el encuentro y que las personas con discapacidad intelectual puedan empezar a sentirse aceptadas.

La necesidad común de las personas con discapacidad intelectual de aparecer en el mundo, de reconocimiento, de validación, de ser tenidas en cuenta como miembros de pleno derecho, de ser

---

<sup>5</sup> López Sánchez, F, p. 16

incluidas en la sociedad, toda esta gran necesidad (igual a la que tiene cualquier otro ser humano), es la que empuja hacia el cambio. Pero este cambio no es viable si no existe una sensación de seguridad suficiente como para dar el siguiente paso, por lo que los primeros movimientos, los primeros ajustes útiles serán aquellos que doten de seguridad al entorno. Nutriendo el fondo de nuevas experiencias, de nuevos conocimientos podremos flexibilizar nuestro concepto, y redefinir así la idea obsoleta que existe sobre las personas con discapacidad intelectual, reevaluando qué sí conlleva y qué no conlleva una discapacidad, para permitir que la información atenúe el miedo y sea posible el acercamiento.

El modelo de cómo trabajamos desde la terapia Gestalt con nuestros pacientes/clientes y lo que observo que ocurre entre las personas con discapacidad intelectual y la sociedad, me ayuda a entender cómo ha sido este proceso de acercamiento.

En las sesiones de terapia, comenzamos por crear unas condiciones de seguridad suficientes para poder iniciar el trabajo. Hay que reevaluar esta seguridad las veces que sea necesario. Sin estas condiciones de seguridad suficientes para ambas partes, no podemos confiar en lo que está ocurriendo, no podemos sentirnos presentes y en contacto entre nosotros y con el entorno. Esto nos impedirá acercarnos, ya que el miedo o la desconfianza nos frenará... y a su vez se frenará el proceso de crecimiento de la persona que está en consulta.

Para lograr estas condiciones primero establecemos un marco, un encuadre en el que van a poder encontrarse terapeuta y paciente. Dedicamos el tiempo necesario a este encuadre, para dotarlo de claridad, de información y de límites. Además, estamos atentos a lo que ocurre, a lo que sentimos durante el encuentro, duplicando nuestra función como parte del proceso y observador del mismo. Intentamos comprender lo que pasa, dar sentido a lo que está presente. Contamos con el paciente y con nuestras propias sensaciones para poder encontrar un sentido de modo conjunto. Así, a la vez que acompañamos el proceso, también reforzamos la seguridad. La persona se siente parte de lo que está ocurriendo. Puede modificar el entorno y ser modificada por él.

Por lo tanto, siguiendo como modelo lo que ocurre en el trabajo gestáltico, podríamos decir que las personas que integran la sociedad y las personas con discapacidad intelectual, para acercarse y enriquecerse, para nutrirse con sus encuentros, han necesitado primero alimentar el fondo a través de la información y de la experiencia.

Lo que está ocurriendo en los últimos tiempos es que las personas con discapacidad intelectual han empezado a dejarse ver, ya que el entorno comienza a permitirselo. No era fácil para ellos, dado que sus limitaciones, la casi siempre sobreprotección existente por parte de las familias (necesaria muchas veces frente a un entorno hostil) y las reacciones de aquellos que desconocían en qué consiste una discapacidad intelectual no son elementos que faciliten esta aparición en una sociedad que, por otro lado, podían estar idealizando. A su vez, la sociedad, movilizada por la

presión que ejerce la necesidad de estas personas y sus familiares, también ha realizado ajustes en dirección al encuentro, a la integración de las personas con discapacidad.

Si seguimos tomando como modelo lo que conocemos que pasa en un proceso terapéutico, en la curva de contacto, podríamos decir que en este intento de relación entre la sociedad y las personas con discapacidad intelectual se comienza a salir de la confluencia que mantiene a las personas con discapacidad en el fondo, e impide que emerjan sus necesidades. Empiezan a hacerse visibles, aparecen en la calle, en los colegios, en espectáculos públicos, en el mundo laboral, etc. y con esto permiten mostrar progresivamente la realidad que existe. Ambas -las personas con discapacidad intelectual y las que integran la sociedad- han podido tener la experiencia de mirarse frente a frente en contadas ocasiones y han permitido que estos encuentros sean modificadores, generadores de cambio. Se inicia el camino hacia la integración/inclusión.

### **Apoyos para el acercamiento entre discapacidad intelectual y sociedad**

Las personas con discapacidad intelectual han sentido la necesidad de pertenencia a la sociedad y se han ido mostrando tal cual son, desvelándose en ocasiones, con la osadía de preguntar e intervenir, abriendo las posibilidades del campo a otras en principio impensables, favoreciendo experiencias dotadas de gran novedad, como sólo el más experimentado de los terapeutas podría hacer, y con ello han iniciado un proceso hacia su inclusión en la sociedad.

Esto lo han logrado hacer, ya que ha habido (además de otros factores como ha sido el tesón de las familias y diversos movimientos de asociaciones) dos apoyos determinantes, que son el avance y la información médica, por un lado, y el uso de estereotipos, por otro. Aunque en la actualidad han de revisarse o retirarse para encontrar otros nuevos, tienen una importante función al colaborar en crear un marco más propicio para el encuentro entre personas con discapacidad intelectual y los componentes de la sociedad, venciendo miedos. Veamos esto:

#### **-Los avances y la información médica**

A la información médica hay mucho que agradecerle, ya que clarifica la situación y da luz a este mundo misterioso y complejo. Ha demostrado por ejemplo, por increíble que ahora nos pueda parecer tan sólo pensarlo, que la discapacidad intelectual no es contagiosa, algo que sí fue pensado antaño y también uno de los motivos de ocultación de estas personas. La información médica ha colaborado para romper algunos introyectos que se proyectaban sobre la discapacidad intelectual, que tenían que ver con cuál es su origen. Si bien es necesario el uso de "etiquetas diagnósticas" **entre profesionales** para la comunicación rápida del conjunto de síntomas que pueda presentar un paciente, el efecto de estigmatización del término cuando su uso es generalizado hace que disminuya la utilidad. Pienso que hoy en día es importante ir más allá del

diagnóstico, ya que la cantidad de perjuicio que conlleva su uso como definición de la persona, y la poca utilidad de esta imagen ideal, nos alejan del contacto -tal cual lo podemos entender hoy- con la persona. Dar un nombre o poner una etiqueta hoy por hoy no sirve tanto para entender que puede haber un enlentecimiento en el modo de razonar o en las capacidades adaptativas de las personas con discapacidad intelectual, sino más bien para evitar el contacto con ellas.

A pesar de los beneficios que aporta la información médica, plantear de modo reduccionista toda la realidad que envuelve a una persona (con o sin discapacidad intelectual) a una categoría psicopatológica, a una etiqueta generalizadora, limita por un lado las posibilidades de normalización de cualquier término que se decida acuñar y, por otro, las posibilidades de normalización de la propia persona, ya que para los demás y para sí misma va a ser "un diagnóstico", no un ser humano completo, con su diagnóstico incluido.

Por tanto, retomando el tema de la nomenclatura o definición, si el dar un nombre sirve para **identificar** aquello a lo que **no me quiero acercar**, evidentemente la cuestión no es ponerle un nombre u otro. Cualquiera de los nombres que elijamos será un aviso: "Cuidado, peligro a la vista".

En mi opinión, mientras no hay un acercamiento hacia el concepto, todo término empleado para nombrar a la persona con discapacidad intelectual termina siendo un estigma. En este caso, cuando hablo de acercamiento, me refiero a la comprensión de que en primer lugar está la persona como cualquier otro individuo y, en segundo lugar, podemos ver sus patologías, psicopatologías, circunstancias, posibilidades de apoyo, virtudes y puntos débiles o fuertes. Si sólo tomamos la terminología médico-psiquiátrica para referirnos a estas u otras personas, tendremos más perjuicio que beneficio.

### **-El uso de estereotipos o tópicos**

Durante un tiempo, de modo general, se consideró que la persona con discapacidad intelectual no podía hacer tal o cual cosa, era diferente, rara, incluso peligrosa e impredecible. Al hacer estas atribuciones, sin ninguna comprobación, sin contrastar con la realidad, se ha estado interrumpiendo la posibilidad de acercarse. Así, mediante la proyección de estos introyectos, tenemos la garantía de que no vamos a contactar y nos mantenemos lejos (¿"a salvo"? ) de esas personas. No nos acercamos a la realidad de la situación a partir de la experiencia presente. Salir de esta situación, requiere entender que igual existen más posibilidades, que quizá es viable que las cosas sean de otro modo.

En mi opinión la aparición de los tópicos "amables" era parte necesaria del proceso, ya que han hecho cierta labor de apertura, contrarrestando la proyección de introyectos incapacitantes, y "duros", por otros amables y extremadamente "suaves", que de algún modo invitan a acercarse.

Para clarificar esto: en los últimos tiempos se da el tópico de que las personas con síndrome de Down (SD) son afectuosas, tranquilas y apacibles. Esto no es cierto. No lo son en todo momento. No lo son todas. De hecho, existe la misma variabilidad de caracteres o rasgos de personalidad que se da en cualquier otra población. Conozco personas con SD cuyos rasgos generales (aunque no siempre ni en todo momento) representan personalidades agresivas, pacíficas, hiperactivas, tranquilas, que no les gusta el contacto físico, cariñosas, parlanchinas, tímidas... Esto depende más de otros factores que de la trisomía del par 21. Pero parece que actualmente existe una imagen sobre ellas que nos hace pensar que son “angelitos abrazadores”; que son del modo que proyectamos que “deben ser”, para nuestra seguridad, y para que podamos querer acercarnos a abrazarles. La proyección de este tipo de introyectos ha sido útil para que la sociedad se permita un pequeño acercamiento, un avance hacia el acercamiento inicial que colabore con la idea de la integración, a pesar de que aún no se haya dado un encuentro genuino que nos permita ver a la persona con discapacidad intelectual tal cual es.

Esto se extiende a otras personas con otro tipo de discapacidad intelectual. De nuevo se proyecta sobre ellos un introyecto que nos mantiene en seguridad frente a la realidad que nos es desconocida. Es como si el modo seguro de permitirnos aceptar a estas personas fuese desde entenderlos como si fuesen “niños buenos”. Pero el paternalismo con el que son miradas estas personas a veces es el mismo que les impide crecer. No es lo mismo un funcionamiento más lento, que ser eternamente un niño, al que educamos, al que guiamos, al que decimos cómo hacer...

Si tengo en cuenta lo que la observación diaria me aporta y tengo a la vez presente el modelo de trabajo gestáltico, puedo pensar que la sociedad, para comenzar a acercarse a las personas con discapacidad intelectual, de forma mayoritaria ha hecho uso de la proyección de estos introyectos amables. Es decir que tomando como ciertos estos tópicos amables, encuentra la seguridad suficiente para permitir un paso más hacia el acercamiento.

Los miembros de la sociedad ya saben que existen personas con discapacidad intelectual, y que no se contagiarán si hablan con ellas. Sus familiares y ellas mismas se han encargado de aparecer en el entorno, reivindicando su existencia, sus derechos y necesidades. Ya no se mira tanto hacia otro lado. Una mezcla de curiosidad y excitación posibilita el acercamiento, y por tanto la integración entre ambas. La presencia en los distintos ámbitos de la sociedad (colegios, cine, deportes, ámbito laboral...) y los avances en cuanto a la seguridad que proporciona la información médica, son dos de los apoyos que nos han servido para llegar al momento presente. Parece como si la sociedad primero pensó que **debía** ser caritativa con estas personas e intentar aceptarlas y tras experimentar el contacto con ellas transforma el introyecto de la caridad en **querer** ser solidaria y buscar el modo de integrarlas.



Llegados a este punto, en el que ya sabemos que la discapacidad no es contagiosa y conocemos más sobre su procedencia y evolución, hemos de tener en cuenta que disponemos de información, pero ésta aún no está completa. Hasta ahora hemos utilizado la proyección de determinados introyectos -las personas con discapacidad intelectual son seres amables, angelicales e incapaces de hacer nada peligroso o dañino- para protegernos en el intento de acercarnos. La sociedad en general, desconoce cuál es exactamente la realidad, pero encuentra un modo seguro (aunque no del todo realista) de continuar con el camino hacia el encuentro. Llegar a este punto es un hito. Ha sido necesario. Usar esta proyección (la de los estereotipos amables) parece que ha sido saludable. Para que esta proyección no se quede fijada, no se convierta en algo dañino, el trabajo será cuestionar estos introyectos y contemplar otras posibilidades. Este trabajo no lo haremos como terapeutas, pero sí podemos colaborar dando apoyo a la presencia, para que el entorno proporcione más posibilidades, más información sobre estas personas, añadiendo realidades a la experiencia .

Los tópicos y estereotipos, tomados como introyectos que se proyectan sobre las personas con discapacidad intelectual, han sido útiles durante un tiempo para combatir ese miedo que en ocasiones se convertía en paranoia. Han cumplido su función: romper el miedo y encontrar un modo para acercarse a estas personas. Gracias a su aparición se aumenta la apertura hacia conocer y contactar con ellos. Pero, como en todo proceso, quedarse rígidamente en uno de los pasos no es lo saludable. Los tópicos ya no son útiles. Hacen que se mantengan la falta de contacto con la realidad y el paternalismo, con lo que mantenemos a las personas con discapacidad intelectual en una posición de "hijos/niños".

### **La aportación desde la terapia gestalt**

Actualmente se ha logrado llegar a un momento en el que la mirada hacia la persona con discapacidad intelectual adulta es semejante, si se me permite la expresión, a la del "hijo algo más mayor", al preadolescente, con lo que esto conlleva: Por un lado son considerados autónomos y autosuficientes como los adultos ya que les hemos enseñado a asearse, vestirse, comer solos, trabajar (a veces tan sólo a cambio de "sonrisas")... mientras que por otra parte son dirigidos y controlados como niños a la hora de poder elegir sus amigos, sus parejas, sus vacaciones, la comida que han de comer, el centro al que van a acudir (centro especial de empleo, centro ocupacional...) , etcétera.

Pasar por la adolescencia, es importante en el ciclo de experiencia de cualquier persona, es necesario para dar el paso del *oikos* a la *polis*, del entorno familiar conocido y protector a la apertura a la vida en sociedad. Lo que ocurre con las personas con discapacidad intelectual es que parece como si se hubiera llegado al momento de adolescencia y quisiéramos que se quedaran ahí de forma indefinida, sin llegar a salir del todo del círculo de seguridad.

La adolescencia tiene como función salir de la casa de los padres hacia la socialización. ¿Llega a ocurrir esto entre este colectivo? Esta es una de las claves de lo que ocurre hoy en día en este sector. Hablamos de retraso madurativo, de “niños grandes”, que viven hasta el fin de sus días dependiendo de sus padres y viceversa. En España existe la posibilidad de “independizarse” empleando el recurso de la **vivienda tutelada**, pero muchos solicitan este servicio sólo cuando fallecen los padres o/y ningún familiar puede hacerse cargo de ellos, en lugar de ser un recurso de **normalización** de paso a la vida adulta. En el trabajo terapéutico es interesante abrir la posibilidad de salir de casa, informando de los recursos que hay, desplegando esta vía de crecimiento, de forma conjunta con los familiares. La falta de recursos humanos y materiales a veces lo impide, aunque suele haber más problemas de mentalidad que de recursos. Los padres sienten la necesidad de proteger a sus hijos, llevan muchos años haciéndolo y piensan que lo logran mejor si los tienen cerca.

Como terapeutas lo que podemos hacer es dar el apoyo necesario para que avancen en el proceso, para que permitan el despegue de sus hijos y les apoyen para seguir creciendo. Podemos colaborar en la diferenciación y ayudar a ambas partes a conocer cuál es el funcionamiento adulto, cuáles son los límites a los que nos ceñiremos, con qué responsabilidades nos quedamos, qué normas nos sirven y qué otras transformamos.

Hemos de establecer ante todo un entorno seguro, en el que la persona con discapacidad intelectual pueda permitirse desplegar su propia experiencia, no la experiencia que cree que toca. Para las personas con discapacidad intelectual es saludable poder conocer la sociedad y todas las posibilidades que tiene, desmitificando además las opciones presentadas como trabas para la autonomía, para su propio crecimiento. Si intento protegerme del rechazo suponiendo que éste se va a dar (ej.: no voy a pedir trabajo porque no van a aceptar a una persona como yo), estoy reduciendo las oportunidades que me proporciona el entorno de forma prematura, sin comprobar si esto es así o es de otro modo. El terapeuta debe apostar por comprobar junto con la persona con discapacidad intelectual cuáles son las posibilidades reales que hay a su alrededor, comprobar en cuáles podemos apoyarnos y desmitificar aquellas que no nos son útiles. Hemos de tener en cuenta que una de las claves para vencer el miedo y, por tanto, el rechazo a aquello que, por desconocido, nos puede parecer peligroso, la encontramos en la proximidad, en la información que nos proporciona la experiencia vivida.

Por otro lado esta experiencia vivida junto a las personas con discapacidad intelectual será la que pueda dotar a los miembros de la sociedad de información valiosa capaz de lograr apaciguar el miedo a lo desconocido. Cuando esto no es así, cuando no tenemos esta experiencia es probable que intentemos protegernos y alejarnos de la “desconocida y peligrosa” discapacidad intelectual. En esta situación nos alejamos de la posibilidad de contactar con la persona y de lograr entenderla en su amplitud de matices y peculiaridades. Finalmente, la dejaremos sola frente a un entorno hostil.

Como ya he comentado desde el principio, la problemática que envuelve a las personas con discapacidad intelectual no radica tanto en la limitación intelectual como en la social. La persona con discapacidad intelectual ha de sobreesforzarse a día de hoy para encontrar los apoyos del entorno y, precisamente, dadas sus limitaciones debería tener un apoyo extra, porque su situación es más compleja. Pero el apoyo no ha de ser necesariamente psicoterapéutico. Si los apoyos existen, si se logra una red apropiada, la discapacidad intelectual en sí misma no necesita ser tratada.

El desarrollo intelectual de las personas con discapacidad intelectual es cierto que está por debajo de la media, pero insisto, ésta no es la mayor dificultad a la que se han de enfrentar. Es posible que entiendan las cosas más despacio, necesitando mayor número de repeticiones, haciendo por tanto una **mayor demanda** del entorno, pero son capaces de entenderlas si se adapta el nivel de lenguaje y de comunicación en general. Éste debe ser nuestro esfuerzo, adaptarnos al entorno. Porque, como cualquiera en su situación, se frustran cuando el entorno no está a la altura de su demanda. Y no saben cómo contactar con él. Y lo vuelven a intentar sin lograrlo. Y expresan su rabia con conductas “inapropiadas” que son sancionadas. Y esto les perjudica y deterioran sus relaciones con los demás y consiguen que las personas con y sin discapacidad intelectual se alejen de ellos...

Pocas veces reciben un reconocimiento, una validación de lo que sienten, de lo que les está pasando. Parte del trabajo consiste (como con muchos otros pacientes) en dar espacio a sus sentimientos, en tomar un momento para explorarlos y sentirlos. Pero el trabajo básico es una tarea de nutrir el fondo, de lograr realizar experiencias reales entre ellos y el mundo que les rodea. Así podremos colaborar en que puedan ser vistos por la sociedad con una mirada más comprensiva y realista, menos prejuiciosa.

## BIBLIOGRAFÍA

- AAIDD (Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo) y VERDUGO ALONSO, Miguel Ángel, *Discapacidad intelectual. Definición, clasificación y sistemas de apoyo*, Madrid, Alianza Editorial, S. A., 2011.
- FRANCESETTI, Gianni et al. *Ataques de pánico y posmodernidad*. Madrid, Sociedad de cultura Valle-Inclán, Colección “Los libros del CTP” 2012
- JIMÉNEZ LARA, Antonio y HUETE GARCÍA, Agustín, *La discapacidad en España: Datos epidemiológicos*, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, 2000.

- LÓPEZ SÁNCHEZ, Félix, *Sexo y afecto en personas con discapacidad*, Madrid, Editorial Biblioteca Nueva, 2008.
- PERLS, Frederick S., HEFFERLINE, Ralph y GOODMAN, Paul (1951) *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*, Madrid, Sociedad de cultura Valle-Inclán, Colección “Los libros del CTP” (2002).
- REYNOLDS, Tammy B. A., C. E. ZUPANICK, Psy. D. & DOMBECK, Mark, Ph. D. *History of Stigmatizing Names for Intellectual Disabilities Continued*. [www.communitycounselingservices.org](http://www.communitycounselingservices.org)
- ROMAÑACH, Javier y LOBATO, Manuel, *Diversidad funcional, nuevo término para la lucha por la dignidad en la diversidad del ser humano*, Foro de Vida Independiente, mayo 2005, [centrodocumentaciondown.com](http://centrodocumentaciondown.com)
- SPAGNUOLO LOBB, Margherita, *Un apoyo específico para cada interrupción del contacto*. Traducción: Begoña Marcos Buján <http://gestaltnet.net>
- TÁRREGA SOLER, Ximo. *De la autosuficiencia a la interdependencia*. Artículo incluido en *En El Riesgo de Compartir. Escribiendo sobre Terapia Gestalt*. Madrid. Edición: Sociedad de Cultura Valle-Inclán. Colección: “Los libros del CTP” 2009
- VERDUGO ALONSO, Miguel Ángel, *Análisis de la definición de discapacidad intelectual de la Asociación Americana sobre Retraso Mental (AAMR) de 2002*