



Fundació Vallparadís
MútuaTerrassa

Programa de Millora de la gestió
Emocional dels professionals i abordatge
de conductes problemàtiques en persones
amb discapacitat intel·lectual

Manuela García
Juliana Reyes

Descripció General de la Bona Pràctica

Implementació d'un programa de capacitació en estratègies de regulació emocional per al personal de la residència Tamariu.

Intervenció proactiva per millorar l'eficàcia i el benestar del personal, alhora que contribueix a la reducció de les conductes problemàtiques (CP) a la residència Tamariu.



Justificació Teòrica

- S'estima que fins al 60,4% dels adults amb discapacitat intel·lectual (DI) experimenten alguna forma d'aquestes conductes (Deb et al., 2021).
- L'origen i manteniment d'aquestes conductes es multifactorial (característiques individuals, interaccions socials, context ambiental ...) (Emerson, 2001)
- Aquestes conductes afecten negativament a qui les presenta i el seu entorn proper, inclòs els professionals de suport (Klaver et al., 2021)
- L'exposició dels professionals a aquestes conductes pot desencadenar reaccions emocionals com ara por, ira, ansietat i malestar (Bromley & Emerson, 1995; Hastings, 1995; Hatton et al., 1995).



Justificació Teòrica

Aquestes reaccions emocionals negatives podrien no contribuir a la prevenció de les conductes problemàtiques (Jones & Hastings, 2003), així com alterar la interacció entre les persones amb DI i els professionals que els atenen (Lambrechts y Maes, 2009).

Per exemple:

- Les emocions negatives associades amb aquestes conductes pot portar a patrons de resposta ineficaços, com evitar aquestes conductes i a les persones que les presenten (Hall & Oliver, 1992; Oliver, 1995)
- Les emocions positives estan vinculades a un enfocament més amable i de suport (Willems et al., 2016).

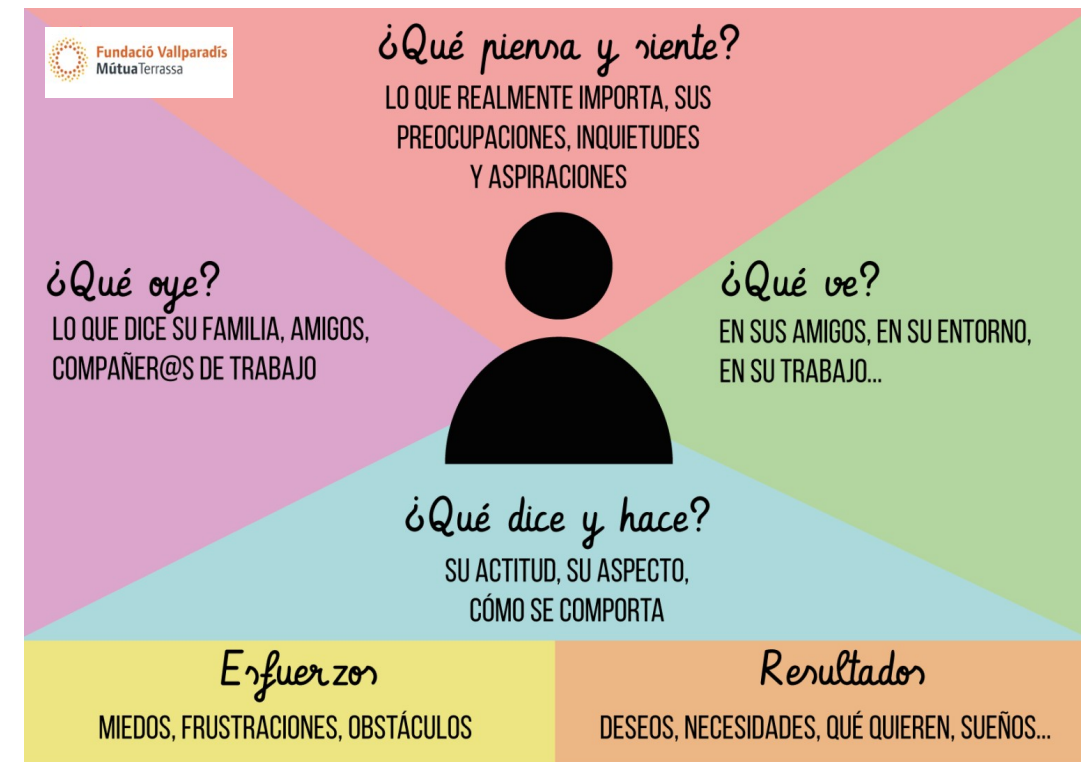
A més, les percepcions del personal sobre la seva pròpia eficàcia en el maneig d'aquestes conductes i les habilitats de regulació emocional poden influir en les seves reaccions emocionals (Hastings & Brown, 2002).



Justificació Teòrica: Per què la Regulació Emocional?

La regulació emocional: permet identificar i gestionar les seves pròpies emocions abans d'intervenir davant de les CP.

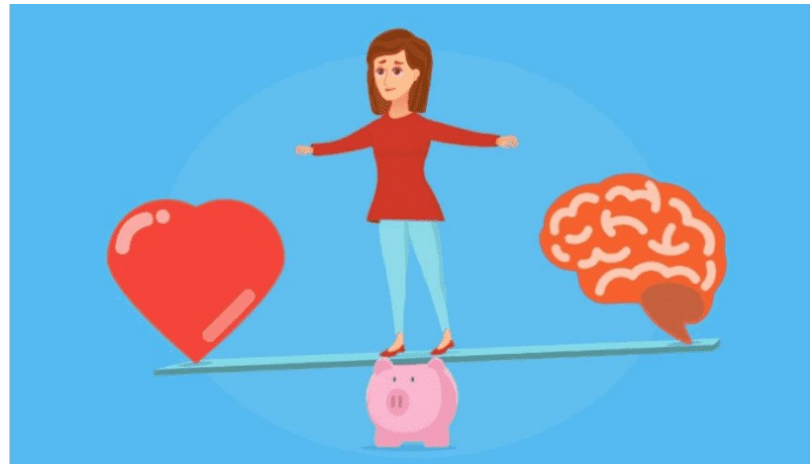
- Redueix el risc de reaccions impulsives o negatives que podrien empitjorar la situació (Hastings & Brown, 2002).
- Els programes de capacitatció que integren tècniques de regulació emocional han demostrat ser efectius per millorar el benestar del personal, augmentar la seva percepció d'eficàcia i promoure un ambient laboral més positiu (van Oorsouw et al., 2014).



Objectius de la Bona Pràctica

Objectius

1. Reduir les reaccions emocionals negatives dels professionals que treballen a la residència Tamariu davant les CPs
2. Reduir les CPs de les persones que atensem al Tamariu. S'entén per CP les conductes heteroagressives, autoagressives, destrucció d'objectes, conductes disruptives (cridar, interrompre, cridar, ...), conducta social ofensiva (ex: escopir, amenaçar,...), conductes no col·laboradores (negar-se a seguir una indicació, ...).



METODOLOGIA

1. Selecció aleatòria participants
2. Administració pre-intervenció de l'escala reaccions emocionals del Personal (Montañés et al., 2022)
3. **Sessions de 2 hores. Format grupal**
 1. Psicoeducació sobre les emocions, sentiments i pensaments
 2. Comunicació Efectiva i Resolució de Conflictes
 3. Empatia i Comprensió de les Necessitats dels companys i de les Persones Ateses
 4. Gestió Emocional i Intel·ligència Emocional en l'Atenció Directa
 5. Mapa d'empatia
 6. Mapa d'empatia
 7. Atribucions Causals a la Conducta de les persones amb discapacitat intel·lectual i Desenvolupament de l'Autoeficàcia
 8. Promoció de la Resiliència i Estratègies de Maneig per mantenir el benestar emocional
4. Administració post-intervenció de l'escala reaccions emocionals
5. Anàlisi dades amb software Jasp (mitjana, desviació típica) per tipologia de les conductes problemàtiques registrades a l'Aegerus.
6. Anàlisi de dades amb software Jasp: comparació de mitjanes pre-post intervenció de les freqüències de les conductes problemàtiques i puntuació emocions negatives ERCB



Resultats Esperats

- Professionals de suport:
 - Major autoconfiança en la gestió de CP
 - Disminució de les reaccions negatives (estrès i ansietat) davant les CP.
- A nivell dels Residents:
 - Reducció en la freqüència i gravetat de les CP (agressions, comportaments disruptius, etc.).
 - Millora de la convivència a la residència i un augment en la seguretat i benestar.
- A nivell General:
 - Establiment d'un clima de suport mutu, amb una disminució general de la tensió i una interacció més positiva i respectuosa



Avaluació de la Bona Pràctica

Objectiu 1:

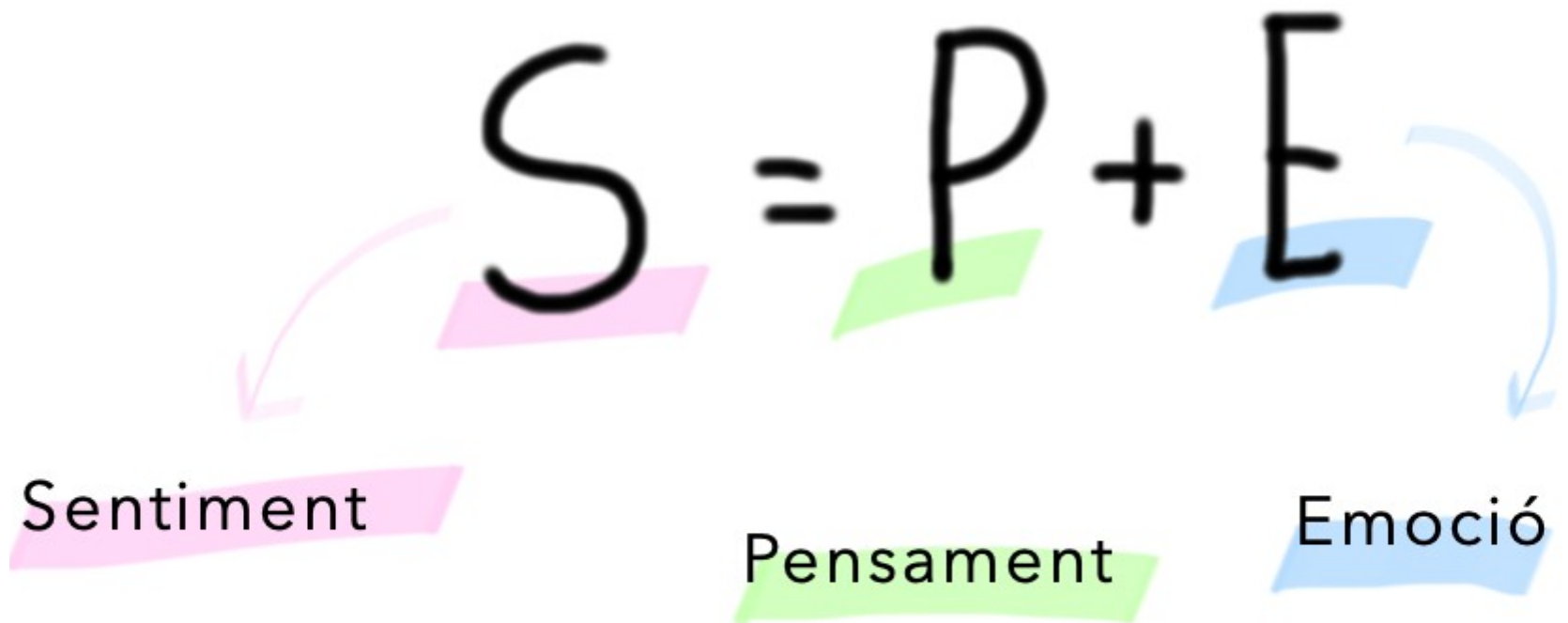
- Reduir un 20% la puntuació mitjana de les reaccions emocionals negatives reportades pels professionals en la versió espanyola de l'Escala de Reaccions Emocionals del Personal (Montañés et al., 2022) dins d'un període de dotze mesos.

Objectiu 2:

- Reduir en un 20% el nombre total de conductes problemàtiques registrades dins d'un període de dotze mesos (febrer 2024-febrer 2025). Registre ABC d'Aegerus.

Exemple d'una sessió

1. Psicoeducació sobre les emocions, sentiments i pensaments





1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

Definició emocions

- Respostes psicofisiològiques a estímuls
- Universals
- Les emocions són la resposta del nostre cos i la nostra ment a les situacions que ens trobem al nostre voltant com en la família, col·legi, treball i altres llocs o circumstàncies.
- Les emocions no són ni bones ni dolentes
- A vegades les emocions apareixen o es presenten amb una intensitat que no es corresponen amb la realitat, sinó amb la nostra percepció subjectiva d'aquesta (ex: por a les paneroles)

Tipus d'emocions bàsiques

1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

SORPRESA



ALEGRÍA



ENFADO



MIEDO



TRISTEZA





1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

Sentiments

- Els sentiments són experiències subjectives i personals que sorgeixen de les emocions
- Es formen a través de la interpretació personal d'una emoció
- Dues persones poden sentir-se de manera diferent en resposta a una emoció
- Els sentiments són sovint menys intensos però més duradors que les emocions
- Influenciats pels nostres pensaments, creences i experiències passades
- Exemple: la frustració, ansietat, preocupació, eufòria, seguretat, ...



1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

Identificació emociones i sentiments

- Emocions més fàcil d'identificar
- Sentiments requereix una interpretació més profunda
- Cultura influeix en l'expressió dels sentiments
- La capacitat de reconèixer les nostres emocions i entendre els sentiments que generen pot millorar la intel·ligència emocional i l'autoregulació
- Ex: És normal que si algú em pega jo m'enfadi, el que podem regular és el sentiment lligat a aquesta emoció. No podem bloquejar ni canviar l'empipament, però si el sentiment negatiu
- Practica 1: Posar exemples de situacions viscudes i identificar emoció i sentiment.

Perquè són importants els meus pensaments?

- El pensament és el que dona pas a l'emoció
- Quan rebem qualsevol informació la ment en qüestió de segons fa un judici.
- Si judici positiu obtindrem una emoció positiva
- Si judici negatiu obtindrem una emoció negativa
- Sense pensaments no hi ha emoció

1. Gestió Emocional
i intel·ligència
Emocional

Controlar les emocions

1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

- Molts diuen que no pensen en res, i malgrat això senten emocions negatives, per això no creuen que primer va el pensament i després l'emoció
- Encara que un no se de compte que està pensant... aquests pensaments i avaluacions es fan inconscientment
- Clau per a mantenir controlades les nostres emocions:
 - Fer conscients aquestes interpretacions internes
 - Treballar en les interpretacions internes cada informació

Controlar les emocions i sentiments

1. Gestió Emocional i intel·ligència Emocional

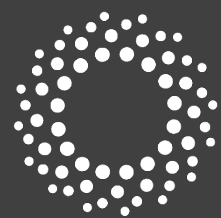
Practica 2: En grups de 2

Pensar en situacions que us generin emocions i sentiments negatius (Ex: frustració, empipament, ràbia, impotència, ...) en l'àmbit laboral

Detectar el pensament que està generant-la

Que podem fer per a canviar aquest pensament?

Posada en comú



MútuaTerrassa

Moltes gràcies