

Prácticas creativas para el bienestar – Guía Práctica 2020

Lapidus International es una asociación global para la promoción de la práctica de la palabra con funciones de bienestar y el apoyo a profesionales de los sectores educativo, de salud, comunidad, voluntariado, público y privado.

Creemos que la siguiente guía puede ser un suplemento útil para la propia práctica reflexiva, formación de juicio/opinión, conocimiento de requisitos y legislación locales, para desarrollar la seguridad y efectividad de la práctica.

Junto con esta guía, nos comprometemos a crear nuevas oportunidades de formación, un registro auto-certificado de profesionales, oportunidades de desarrollo para supervisores, y una conferencia internacional.

Por favor visita nuestra web para estar al tanto de las últimas novedades: www.lapidus.org.uk.

La Creatividad para el Bienestar está Creciendo

El uso de la creatividad para el bienestar ha crecido significativamente con el paso del tiempo, y se está convirtiendo en algo común en numerosos y distintos escenarios y contextos, tales como aulas, lugares de trabajo, hospitales, hospicios, espacios comunitarios, festivales, e incluso gobiernos.

Las evidencias sobre el uso de prácticas creativas como poesía, cuentacuentos, o escritura biográfica, para apoyar procesos de recuperación o promover desarrollo personal existen desde hace tiempo y están creciendo, lo que demuestra un increíble poder y potencial.

En este contexto, y con el apoyo de la Fundación TS Eliot, el Old Possum's Practical Trust, y la Universidad de Chester, se ha desarrollado esta guía para apoyar a los profesionales en la impartición de práctica efectiva y segura.

Cómo se ha desarrollado esta guía

Esta guía se desarrolló entre 2017 y 2019 a través de (1) el análisis de temas o tópicos en uso en 100 marcos profesionales de todo el mundo (incluyendo Reino Unido, Estados Unidos, Australia y marcos globales), (2) el resumen de temas clave en 20 extractos cuidadosamente elaborados, y finalmente, (3) el uso de esos extractos como base para la discusión y desarrollo de estos en consultas, en persona o virtualmente, con variedad de profesionales.

Por lo tanto esta guía se ha desarrollado a través de consultas con personas de más de 50 distintas ocupaciones en el mundo de las artes, la salud, negocios, organizaciones caritativas y del tercer sector, y gobierno (por ejemplo, profesores de colegio y universidad, diferentes tipos de terapeutas (en arte, danza, música, ocupacionales), escritores comunitarios, poetas, músicos, artistas, activistas, asesores políticos, profesionales de desarrollo de comunidades, consejeros, psicólogos, enfermeros, profesionales de la salud pública, investigadores y profesionales de negocios.

Para quien es esta guía

Esta guía es para aquellos profesionales que usan prácticas creativas con propósitos que mejoran el bienestar personal. Se ha diseñado para ayudar a un amplio abanico de profesionales en distintos ámbitos y situaciones, por lo tanto, está diseñada para ser flexible y no como norma. Profesionales con experiencia pueden usar la guía como herramienta para profundizar en sus reflexiones, mientras que nuevos profesionales pueden usarla para identificar nuevas oportunidades de aprendizaje y desarrollo.

Como usar esta guía

Esta guía ha sido diseñada para ayudar a profesionales en distintos marcos y escenarios, por lo tanto está diseñada para ser flexible y no preceptiva. Puede ser usada como ayuda para:

- **Diseñar tus programas o actividades creativas, tanto cortas como largas**
- **Decidir sobre usar o no actividades creativas en ciertos contextos o situaciones**
- **Decidir qué apoyo o preparativos adicionales puedes organizar para asegurar una práctica efectiva y segura**
- **Reflexionar sobre o evaluar tu propia práctica o la práctica de otros**
- **Decidir cómo mejorar lo que haces actualmente**
- **Decidir como identificar, recompensar o reconocer buenas y prometedoras prácticas en tu ámbito.**

Clave de la guía	¿Por qué es importante?	Ejemplos de preguntas reflexivas para ayudar a explorar la clave de la guía	Ejemplos de lo que tú podrías hacer
<p>Considera tu propia especialización, experiencia y cualificaciones para determinar el marco de trabajo, y organizar el apoyo adicional que pueda necesitarse</p>	<p>Posibilita la confianza (tuya y de otros) en tu habilidad actual para encargarte de manera efectiva y segura de actividades/trabajos específicos</p>	<p>¿Cómo sé que tengo lo que necesito para desarrollar esta actividad/trabajo de forma efectiva y segura? ¿Cómo puedo averiguarlo antes de comprometerme con la actividad/trabajo? ¿Quién puede saber más que yo de esta actividad/trabajo? ¿Cómo podría aprender de ellos?</p>	<p>Co-desarrollando la actividad/trabajo con quienes tienen más experiencia y cualificaciones que tú.</p> <p>Observando a otros en áreas específicas de práctica para desarrollar conocimiento.</p> <p>Implicándote en supervisión con un supervisor experimentado, para ayudarte a evaluar tu nivel de preparación, los riesgos asociados, y como podrías mitigar riesgos.</p>
<p>Establece y mantén relaciones apropiadas.</p>	<p>Esencial para crear la confianza necesaria para involucrarse en actividades creativas para el bienestar.</p>	<p>¿Cuáles podrían ser formas, canales, o momentos de comunicación útiles? ¿Cuáles podrían constituir formas, canales o momentos de comunicación inapropiados? ¿Cómo podría crear concienciación sobre formas, canales o momentos de comunicación inapropiados?</p>	<p>Enmarcando, para actividades cortas, que podría pasar y por qué, y señalizando los servicios disponibles si alguien experimenta incomodidad o stress fuera de la actividad.</p> <p>Usando o co-creando contratos / acuerdos para clarificar expectativas conjuntas, beneficios potenciales, riesgos potenciales, precio, duración del trabajo, lugares/formas adecuadas para la comunicación fuera de la actividad.</p> <p>Usando o co-creando reglas básicas para clarificar expectativas en escenarios de grupo.</p> <p>Definiendo formas aceptables para tratar con ‘rupturas’ de contratos y reglas, incluyendo conversaciones en grupo e individuales.</p>

Desarrolla un 'conjunto de herramientas' para 'prácticas creativas' para el bienestar, que puede ser adaptado cuando se necesite.

Posibilita la mejora en la efectividad y seguridad de tus actividades/trabajo con el tiempo.

¿Cuál es mi 'conjunto de herramientas' actual? Cuando se actualizo por última vez?

¿Cómo he adaptado mis herramientas en el último año?

¿Qué ha ocurrido en el último año que pueda darme una pista de cómo adaptar mi conjunto de herramientas?

Desarrollando y probando nuevas actividades para ampliar el propio conjunto de herramientas, y anotar las formas en las que podrías cambiarlo o adaptarlo para distintos escenarios.

Usando **práctica reflexiva** para ayudar a identificar maneras de desarrollar el propio conjunto de herramientas.

Involucrándose en **supervisión** para ayudar a identificar maneras de desarrollar el propio conjunto de herramientas.

Asistiendo a **formación** para herramientas o contextos específicos.

Facilita un ambiente conductivo al bienestar de todos los participantes (incluido el profesional).

Esencial en tu habilidad para responder de manera efectiva y segura a las distintas e inesperadas necesidades de tus participantes.

¿De qué manera la forma en que organizo, enmarco y cierro la actividad/trabajo apoya el bienestar?

¿Cómo puedo organizar la distribución del espacio físico [donde las actividades/trabajo ocurrirán] para apoyar el sentimiento de seguridad y bienestar?

¿Cómo puedo organizar la distribución del espacio físico [donde las actividades/trabajo ocurrirán] para que las personas estén físicamente a salvo, especialmente si necesitan irse rápidamente?

Observación por pares de la práctica es un método útil para apoyar y explorar la concienciación y reflexión en el contexto de acción en tiempo real.

Implicarse en **apoyo a pares, convertirse en mentor, y supervisar**, también puede apoyar la reflexión y evaluación.

Solicitar **comentarios/valoraciones** informales o de comportamiento de los participantes, durante y después de la sesión, puede ayudar a calibrar como ha respondido la gente al ambiente.

Anticipar y responder a riesgos, necesidades y retos que se presentan para apoyar el bienestar de todos los participantes (incluido el profesional).

Esencial en tu habilidad para responder de manera efectiva y segura a las distintas e inesperadas necesidades de tus participantes.

¿Qué sé de los participantes que se implicarán en la actividad/trabajo, y qué riesgos, necesidades y retos pueden ellos mismos presentar?

¿Qué puedo hacer en la práctica para mitigar o gestionar cualquier riesgo o reto significativo?

¿A quién necesito informar para que me ayude a hacer esto?

¿Qué puedo hacer para gestionar mi propio bienestar cuando los retos se presentan?

Implicarse en **apoyo a pares, convertirse en mentor, y supervisar** antes de la actividad/trabajo puede apoyar tu valoración de riesgo potencial y las maneras de manejar los retos que se presentan.

Observación por pares de la práctica es un método útil para apoyar y explorar la concienciación y reflexión en el contexto de acción en tiempo real.

Implicarse en **supervisión** o **ser mentor** después de las actividades/trabajo puede ayudar a dar sentido y evaluar cómo has manejado los retos que se presentaron y cualquier acción adicional que pueda ser necesaria.

Desarrollar entendimiento mutuo del trabajo colaborativo cuando se trabaja en/con organizaciones, y adaptarse o cuestionar cuando sea apropiado.

Posibilita a los profesionales en trabajo efectivo y seguro con participantes, especialmente cuando se trabaja con multitud de funciones profesionales.

¿Qué relaciones necesito desarrollar para proporcionar una práctica todavía más efectiva y segura?

¿Qué prácticas de la organización podrían ser remarcadas para beneficiar a colaboradores y/o participantes?

¿Cómo podría ayudar a promover el cambio?

Explorando maneras de trabajar con varias partes interesadas cuando sea posible y apropiado, y acordando cualquier protocolo particular que necesita ser seguido.

Implicando a otros en la etapa de contratación del participante cuando sea posible y apropiado.

Informando a otros en la etapa de contratación del participante cuando sea posible y apropiado.

Organizar cobertura de seguros cuando se trabaja de forma independiente, fuera de un contrato de trabajo.

Esencial para mantener cualquier práctica en distintos ámbitos.

¿Qué seguro tengo actualmente?
¿Me cubre en mi actividad/trabajo dentro y fuera? ¿Qué seguro tiene la organización? Me cubre en mi actividad/trabajo dentro y fuera?
¿Hay alguna ambigüedad? ¿Cómo podría resolver o mitigar esa ambigüedad?

Organizando seguro de indemnización personal y responsabilidad pública cuando esté disponible.

Uniéndome a otra organización que ya tenga organizado el seguro apropiado para realizar el trabajo (pero teniendo claro los términos y condiciones de su cobertura).

Asegurarse del consentimiento informado y válido de los participantes cuando sea requerido.

Esencial para mantener una práctica ética – y legal - en distintos ámbitos.

¿Cómo sé que tengo consentimiento para compartir el trabajo o las experiencias de los participantes en mi propia práctica?
¿Cómo podría un participante reaccionar en algún momento del futuro, ante sus propias diferentes circunstancias?
¿Cómo podría yo informar a los participantes de las posibles consecuencias y riesgos de dar consentimiento?

Buscando **consejo** sobre las formas típicas de obtener **consentimiento válido** para niños o aquellos no considerados capacitados para dar consentimiento. La organización a cargo puede tener establecidas de antemano las maneras de hacerlo.

Pidiendo a los participantes que firmen los **formularios de información y consentimiento** antes de usar su trabajo en otros contextos o en ninguna investigación.

Incluir lo arriba indicado en tus **normas de trabajo** en la fase de encargo o contratación con participantes.

Respetar todos los requisitos legales.

Esencial para mantener cualquier práctica en distintos ámbitos.

¿Cuáles son los requisitos legales específicos aplicables en el abanico de escenarios en los que trabajo?
¿Cómo lo averiguo?

¿Cómo me mantengo al día?
¿Cómo integro estas comprobaciones en mis normas de trabajo?

¿Cómo podría aprender sobre mis propios prejuicios inconscientes?

Busca consejo de la organización a cargo (por ejemplo, cualquier comprobación requerida sobre circunstancias personales).

Asistiendo a **cursos actualizados sobre igualdad, diversidad, e inclusión**, en ámbitos específicos (por ejemplo, servicios públicos).

Asistiendo a **cursos actualizados sobre confidencialidad y salvaguarda**, si es relevante.

Comprometerse a desarrollar la práctica propia con los medios adecuados.

Esencial para ser capaz de adaptar y mejorar el propio trabajo, para desarrollar empatía con los participantes, y para ser conscientes de los cambios en las expectativas éticas y legales.

¿Qué áreas de mi práctica detienen mi atención? ¿Por qué? ¿Qué puedo aprender de ello?

¿Qué impacto estoy creando?
¿Cómo lo averiguo? ¿Qué podría haberse escapado? ¿Qué podría aprender de evidencias discordantes?

¿Hacia qué formas de evidencia y entendimiento tiendo? ¿Cuáles evito? ¿Qué podría estar perdiendo?

¿Qué ha ocurrido en el último año que pueda darme una pista de cómo me voy a desarrollar el próximo año?

Emprendiendo **práctica reflexiva y creativa** regularmente para entender su efectividad.

Implicándome en actividades de **supervisión** para apoyar la reflexión y la exploración de la práctica, por ejemplo, en relación con la flexibilidad e inclusividad de tus actividades.

Manteniéndome al día con los **últimos artículos y libros**.

Obtener **comentarios constructivos** de los participantes, o de las **evaluaciones o valoraciones de impacto** completadas..

Observación por pares de la práctica.

Descargo de responsabilidad: la información en este documento ha sido recogida de profesionales trabajando en variedad de contextos y como tal se ofrece a manera de información para complementar tu propia práctica reflexiva, juicio, conocimiento de normas y requisitos locales, y cualquier otro punto relevante. No es considerado como consejo profesional o instructivo, y no debería reemplazar ninguna formación oficial o requerida, cualificaciones, o seguro. Los profesionales deberán buscar formación, instrucción o consejo profesional certificado o reconocido, para asegurarse de la adecuación de cualquier información en esta pieza, en relación con sus ámbitos específicos. Como tal, ninguno de los autores, contribuyentes, o cuerpos asociados con esta pieza puede ser responsable de tu aplicación, uso o adaptación de la información aquí contenida, o ninguna consecuencia asociada.



Autores: Catedrático Tony Wall, Richard Axtell, y Rosa Fernández.

© 2020, Lapidus International, Bristol, United Kingdom | www.lapidus.org.uk