

The background of the slide features a row of colorful silhouettes of people in wheelchairs, moving from left to right. The silhouettes are in various colors: green, red, blue, orange, and purple. The text is overlaid on this background.

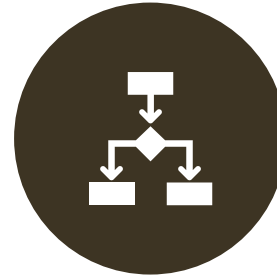
Empoderar a las personas con discapacidades

A TRAVÉS DE LA TOMA DE DECISIONES

Temas Clave



Abogacía



Proceso de toma de decisiones



Herramientas de LifeCourse



Empoderamiento



Abogacía = Empoderamiento

Definiciones

Abogacía

- ❑ Dar a conocer los **DERECHOS** y **NECESIDADES** de las personas con discapacidad.
- ❑ Desafiar la **DISCRIMINACIÓN** y asegurar la **IGUALDAD** de oportunidades promoviendo la **INCLUSIÓN**.

Empoderamiento

- ❑ Se refiere al proceso de **PERMITIR** que las personas ejerzan control sobre sus vidas, **TOMEN DECISIONES** y **PARTICIPEN** activamente en la toma de decisiones que les afectan. Enfatiza la **AUTONOMÍA**, **LA AUTODETERMINACIÓN** y la construcción de la **CONFIANZA EN SÍ MISMO**.

Cont.

Apoyo a la toma de decisiones

La toma de decisiones apoyada es un enfoque que **RECONOCE** y **RESPETA** la **AUTONOMÍA** y la **CAPACIDAD LEGAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD**. Implica proporcionar el **APOYO NECESARIO** y las **ADAPTACIONES** para que **ELLOS** tomen **DECISIONES** y hagan que esas **DECISIONES** sean **RESPETADAS**.

En lugar de tomar decisiones en nombre de las personas con discapacidades, la toma de decisiones con apoyo se enfoca en **EMPODERARLOS** para que expresen sus **PREFERENCIAS, COMPRENDAN LA INFORMACIÓN** y tomen **DECISIONES INFORMADAS**.



Apoyo a la toma de decisiones

PREGUNTAS QUE PROMUEVEN LA AUTONOMÍA

¿Puedes hablarme de las decisiones que te sientes cómodo tomando por tu cuenta?

¿Qué tipo de decisiones te resultan desafiantes?

¿En qué áreas te gustaría tener más autonomía o control?

¿En quién confías en tu vida para que te ayude con la toma de decisiones?

¿Cómo prefiere recibir información? Por ejemplo, ¿lo prefieres verbalmente, por escrito o a través de ayudas visuales?

¿Puedes contarme sobre un momento en el que tomaste una decisión con la que te sentiste bien?

¿Cuáles son algunas estrategias que te han ayudado a tomar decisiones en el pasado?

¿Cómo te sientes cuando tomas decisiones? ¿Hay algo que te haga sentir ansioso o inseguro?

¿Hay alguna decisión inmediata a la que te enfrentes en la que te gustaría recibir apoyo?

¿Cuáles son tus objetivos? ¿Cómo crees que podemos tomar decisiones que te ayuden a alcanzarlas?

¿Cuál es la mejor manera de ayudarlo durante este proceso de toma de decisiones?

¿Le gustaría que le explicara más claramente alguna opción o posible resultado?

¿Necesitas más tiempo para pensar en tu decisión?

Apoyo a la toma de decisiones a través de la trayectoria

1. Establecer una visión clara
2. Identificar objetivos a corto y largo plazo
3. Evaluar los recursos actuales y las limitaciones
4. Desarrolla un plan
5. Busca apoyo y colabora
6. Revisa y ajusta regularmente la trayectoria
7. Desarrollar habilidades para la toma de decisiones
8. Monitorea y celebra los logros

LIFE TRAJECTORY | SUPPORTED DECISION-MAKING

Past Life Experiences

What helps me UNDERSTAND the issues and my options?

What has helped me COMMUNICATE my preferences, choices, and decisions?

What has helped me FOLLOW THROUGH on my choices and decisions?

What were past barriers that made it hard for me to understand, communicate, or follow through with my choices and decisions?

Moving Forward

What do I need now to help me UNDERSTAND the issues and my options?

What do I need now to help me COMMUNICATE my preferences, choices, and decisions?

What do I need to help me FOLLOW THROUGH on my choices and decisions?

What needs to happen to avoid barriers that make it hard for me to understand, communicate, or follow through with my choices and decisions?

Vision for What I Want

What decisions and choices do I want to make myself or with help from my supporters?

My vision for a good life

What I Don't Want

What decisions and choices do I NOT want anyone else making for me or without my input or approval?

Not a good life

Downloaded to the Charting the LifeCourse Series - LIFEcourseTools.com
© 2020 Curators of the University of Missouri | UNMC HAS UCEDD® • August 2020

PREGUNTAS PARA APOYAR LA AUTONOMÍA

¿Me estoy acercando a esta persona con respeto y reconociendo su derecho a tomar decisiones?

¿Cómo puedo asegurarme de que estoy proporcionando un entorno que promueve la autonomía y la autodeterminación?

¿Estoy escuchando activamente los pensamientos y preferencias de la persona sin imponer mis propios prejuicios o suposiciones?

¿Cuáles son las fortalezas y habilidades de la persona que se pueden utilizar en el proceso de toma de decisiones?

¿Cómo puedo adaptar mi estilo de comunicación para satisfacer mejor las necesidades y preferencias de la persona?

¿Estoy proporcionando información de manera clara y accesible??

¿Cómo puedo ayudar a la persona a identificar y comprender las opciones disponibles?

¿Estoy empoderando a la persona para que sopesa los pros y los contras de cada opción?

¿Qué estrategias puedo utilizar para ayudar a la persona a anticipar y evaluar los posibles resultados de sus decisiones?

¿Cómo puedo animar a la persona a expresar sus emociones y preocupaciones relacionadas con la decisión??

¿Estoy fomentando un ambiente de apoyo y sin prejuicios en el que la persona se sienta segura para expresar sus pensamientos y opiniones?

¿Cómo puedo ayudar a la persona a desarrollar habilidades de toma de decisiones y confianza a lo largo del tiempo?


¿Soy consciente de algún factor cultural o personal que pueda influir en el proceso de toma de decisiones de la persona?

¿Cómo puedo colaborar con la red de apoyo de la persona, como familiares o profesionales sanitarios, garantizando al mismo tiempo que se respeta la autonomía de la persona?

¿Cómo puedo adaptar mi enfoque si la capacidad de toma de decisiones de la persona cambia con el tiempo?

Mejores prácticas que ayudan en la exploración de la toma de decisiones

- ❑ **Fomentar un enfoque centrado en la persona:** Asegúrese de que el proceso de toma de decisiones se centre en la persona con discapacidades. Respeta su autonomía, preferencias y valores. Facilitar su participación activa y empoderarlos para que tomen decisiones informadas basadas en sus necesidades y deseos únicos.
- ❑ **Proporcionar herramientas accesibles e inclusivas:** Utilizar herramientas de apoyo a la toma de decisiones que sean accesibles e inclusivas para las personas con discapacidad. Tenga en cuenta sus necesidades específicas, como proporcionar formatos alternativos (p. ej., letra grande, braille o audio) para personas con discapacidades visuales o el uso de tecnologías de asistencia para personas con dificultades de comunicación.
- ❑ **Simplifique la información compleja:** Divida la información compleja en términos y conceptos más simples que sean más fáciles de entender para el individuo. Utilice un lenguaje claro y conciso, ayudas visuales u otras estrategias de comunicación para mejorar la comprensión. Asegúrese de que la persona tenga acceso a toda la información necesaria para tomar decisiones bien informadas.
- ❑ **Apoye la recopilación de información:** Ayude a la persona a recopilar información relevante relacionada con la decisión que está tomando. Ayúdelos a investigar varias opciones, explorar diferentes perspectivas y considerar las posibles ventajas y desventajas de cada opción. Anímelos a consultar fuentes confiables, buscar el asesoramiento de expertos o involucrar a su red de apoyo según sea necesario.

CHARTING the LifeCourse 

Tool for Exploring Decision Making Supports




This tool was designed to assist individuals and supporters with exploring decision making support needs for each life domain.

Name of Individual: _____

Name of person completing this form: _____

Relationship to individual (circle one): Self Family Friend Guardian Other: _____


How long have you known the individual? _____

For each question below, mark the level of support you need when making and communicating decisions and choices in the Charting the LifeCourse life domains.	 I can decide with no extra support	 I need support with my decision	 I need someone to decide for me
DAILY LIFE & EMPLOYMENT			
Can I decide if or where I want to work?			
Can I look for and find a job (read ads, apply, use personal contacts)?			
Do I plan what my day will look like?			
Do I decide if I want to learn something new and how to best go about that?			
Can I make big decisions about money? (open bank account, make big purchases)			
Do I make everyday purchases? (food, personal items, recreation)			
Do I pay my bills on time (rent, cell, electric, internet)			
Do I keep a budget so I know how much money I have to spend?			
Am I able to manage the eligibility benefits I receive?			
Do I make sure no one is taking my money or using it for themselves?			
HEALTHY LIVING			
Do I choose when to go to the doctor or dentist?			
Do I decide/direct what doctors, medical/health clinics, hospitals, specialists or other health care providers I use?			
Can I make health/medical choices for my day-to-day well-being? (check-ups, routine screening, working out, vitamins)			
Can I make medical choices in serious situations? (surgery, big injury)			
Can I make medical choices in an emergency?			
Can I take medications as directed or follow a prescribed diet?			
Do I know the reasons why I take my medication?			
Do I understand the consequences if I refuse medical treatment?			
Can I alert others and seek medical help for serious health problems?			
Do I make choices about birth control or pregnancy?			
Do I make choices about drugs or alcohol?			
Do I understand health consequences associated with choosing high risk behaviors (substance abuse, overeating, high-risk sexual activities, etc.)?			
Do I decide where, when, and what to eat?			
Do I understand the need for personal hygiene and dental care?			

© 2018 UMKC Institute for Human Development, UCEDD. More tools and materials at lifecoursetools.com

Mejores prácticas que ayudan en la exploración de la toma de decisiones

- ❑ **Facilitar la evaluación de riesgos y la resolución de problemas:** Guiar a la persona en la evaluación de los riesgos y desafíos potenciales asociados con cada decisión. Ayúdelos a identificar posibles obstáculos y desarrollar estrategias para mitigarlos o superarlos. Fomentar el pensamiento crítico y las habilidades de resolución de problemas para evaluar la viabilidad y las consecuencias de las diferentes opciones.
- ❑ **Fomentar la autorreflexión y la autodefensa:** Promueva la autorreflexión animando a la persona a tener en cuenta sus fortalezas personales, valores y objetivos a largo plazo a la hora de tomar decisiones. Apóyalos para que expresen sus preferencias y defiendan sus necesidades y derechos. Ayudar a desarrollar su confianza en sí mismos y su asertividad en los procesos de toma de decisiones.
- ❑ **Brinde apoyo emocional:** La toma de decisiones a veces puede ser estresante o abrumadora, especialmente para las personas con discapacidades que pueden enfrentar desafíos únicos. Ofrezca apoyo emocional durante todo el proceso, escuche activamente sus preocupaciones y valide sus sentimientos. Cree un entorno seguro y de apoyo en el que se sientan cómodos hablando de sus pensamientos y emociones.
- ❑ **Respete las decisiones de la persona:** En última instancia, respete el derecho de la persona a tomar sus propias decisiones, incluso si sus elecciones difieren de lo que usted podría haber aconsejado. Reconocer que ellos son los expertos en sus propias vidas y tienen el derecho de determinar su propio camino. Apoyarlos y ayudarlos en la implementación de sus decisiones y brindarles apoyo continuo según sea necesario.




CHARTING the LifeCourse 


Tool for Exploring Decision Making Supports

This tool was designed to assist individuals and supporters with exploring decision making support needs for each life domain.


Name of Individual: _____
Name of person completing this form: _____
Relationship to individual (circle one): Self Family Friend Guardian Other: _____
How long have you known the individual? _____

For each question below, mark the level of support you need when making and communicating decisions and choices in the Charting the LifeCourse life domains.

 I can decide with no extra support  I need support with my decision  I need someone to decide for me

 **DAILY LIFE & EMPLOYMENT**

Can I decide if or where I want to work?			
Can I look for and find a job (read ads, apply, use personal contacts)?			
Do I plan what my day will look like?			
Do I decide if I want to learn something new and how to best go about that?			
Can I make big decisions about money? (open bank account, make big purchases)			
Do I make everyday purchases? (food, personal items, recreation)			
Do I pay my bills on time (rent, cell, electric, internet)			
Do I keep a budget so I know how much money I have to spend?			
Am I able to manage the eligibility benefits I receive?			
Do I make sure no one is taking my money or using it for themselves?			

 **HEALTHY LIVING**

Do I choose when to go to the doctor or dentist?			
Do I decide/direct what doctors, medical/health clinics, hospitals, specialists or other health care providers I use?			
Can I make health/medical choices for my day-to-day well-being? (check-ups, routine screening, working out, vitamins)			
Can I make medical choices in serious situations? (surgery, big injury)			
Can I make medical choices in an emergency?			
Can I take medications as directed or follow a prescribed diet?			
Do I know the reasons why I take my medication?			
Do I understand the consequences if I refuse medical treatment?			
Can I alert others and seek medical help for serious health problems?			
Do I make choices about birth control or pregnancy?			
Do I make choices about drugs or alcohol?			
Do I understand health consequences associated with choosing high risk behaviors (substance abuse, overeating, high-risk sexual activities, etc.)?			
Do I decide where, when, and what to eat?			
Do I understand the need for personal hygiene and dental care?			

© 2018 UMKC Institute for Human Development, UCEDD. More tools and materials at lifecoursetools.com

Áreas de apoyo para un éxito Plan de toma de decisiones

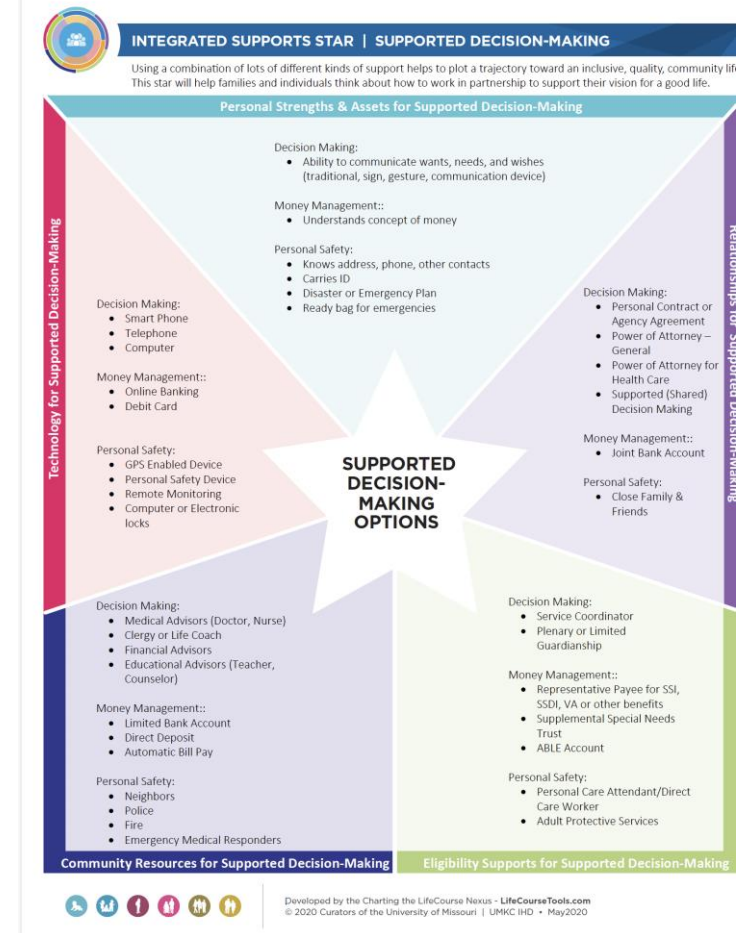
Fortalezas personales

Relaciones

Servicios Específicos de Elegibilidad

Recursos de la comunidad

Tecnología





Empoderamiento | Toma de
Decisiones

Los Resultados



- ❑ **Autodefensa:** Al combinar la defensa y el empoderamiento, las personas con discapacidades pueden desarrollar habilidades de autodefensa, como comprender sus derechos, comunicar eficazmente sus necesidades y participar en los procesos de toma de decisiones. Esto mejora su capacidad para expresar sus deseos y tomar decisiones que se alineen con sus valores.
- ❑ **Inclusión e igualdad:** Los esfuerzos de promoción tienen como objetivo eliminar las barreras y promover la inclusión, mientras que el empoderamiento fomenta la igualdad al garantizar que las personas con discapacidad tengan las mismas oportunidades de participar en las decisiones que afectan sus vidas. La toma de decisiones con apoyo refuerza estos principios al proporcionar las adaptaciones necesarias para que las personas ejerzan su capacidad jurídica.
- ❑ **Toma de decisiones personalizada:** A través de la defensa y el empoderamiento, las familias y las personas con discapacidades pueden acceder al apoyo y los recursos necesarios para tomar decisiones informadas adaptadas a sus circunstancias específicas. Este enfoque reconoce que las personas son las expertas de sus propias vidas y garantiza que se respeten sus decisiones.
- ❑ **Bienestar mejorado:** Cuando las personas con discapacidad participan activamente en los procesos de toma de decisiones, se fortalece su sentido de autoestima, autonomía y dignidad. Esto, a su vez, puede conducir a una mejora del bienestar general, la salud mental y la satisfacción con la vida.
- ❑ **Cambio sistémico:** Al abogar por prácticas de toma de decisiones respaldadas y empoderar a las personas con discapacidades para que ejerzan su capacidad legal, los esfuerzos de promoción pueden contribuir a cambios sistémicos más amplios. Estos cambios pueden incluir reformas legales, desarrollos de políticas y la creación de prácticas y entornos inclusivos que beneficien no solo a las personas con discapacidades sino a la sociedad.

Conclusiones Clave

Enfoque Inclusivo

Diversas Opciones de Soporte

Aplicación Universal

GRACIAS