

EN PEATC

Sabías que...



Hoja Informativa para Padres Guía de Transición: Autodefensa

¿Qué es la autodefensa?

La autodefensa es una habilidad importante para toda la vida. Se trata de aprender a hablar por sí mismo, a tomar sus propias decisiones sobre su vida, a aprender a obtener información para que pueda comprender las cosas que le interesan, a descubrir quién le apoyará en su camino, a conocer sus derechos. y responsabilidades, resolver problemas, escuchar y aprender, pedir ayuda e incluso hacer amigos.

Todos aprendemos a defendernos a nosotros mismos, desde una edad temprana. Desde convencer a mamá y papá para que nos consigan un teléfono, hasta pedir pizza en lugar de hamburguesas para la cena o pedir un aumento en nuestro trabajo. Pero para algunas personas, se necesita más apoyo para aprender estas habilidades.

Desarrollar habilidades de autodefensa en su hijo con una discapacidad lo ayudará a tener éxito en la escuela y en la vida. Usted y sus maestros pueden ayudarlos a desarrollar estas habilidades desde una edad temprana, cuanto antes, mejor. Pero nunca es demasiado tarde para comenzar y mejorar la habilidad de autodefensa.

Formas de Enseñarle a su Hijo la Autodefensa

- ✓ Hable sobre en qué son buenos y para qué necesitan ayuda.
- ✓ Haga una lista de personas y programas que los apoyen.
- ✓ Comparta sobre leyes o políticas que apoyen sus necesidades.
- ✓ Ayúdelos a aprender sobre su discapacidad y cómo les afecta.
- ✓ Pídeles que pidan a las personas que trabajen con ellos para ayudarlos a alcanzar sus metas.
- ✓ Brinde oportunidades para que practiquen sus habilidades de autodefensa con un amigo o un maestro.
- ✓ Pídeles que asistan al IEP y otras reuniones y compartan sus ideas y preocupaciones.
- ✓ Anímelos a pasar tiempo con otros yendo a cursos de formación, actividades de la comunidad o programas ofrecidos por organizaciones de discapacitados, como Centros de Vida Independiente.

Las Habilidades de Autodefensa Ayudarán a su Hijo:

- Resolver problemas en casa, en la escuela, en cualquier lugar;
- Obtener mejores servicios de médicos, maestros y otros;
- Obtener la educación, vivienda y servicios comunitarios que necesitan;
- Se sientan orgullosos de sí mismos y tengan más confianza en sí mismos.



Contáctanos:

800-869-6782 / 703-923-0010

peatc.org

partners@peatc.org

Hablamos Español



Hoja informativa para los padres en Virginia

Califique las Habilidades de Defensa de su Hijo

- ✓ ¿Conocen la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA), la Ley de Educación para Personas con Discapacidades (IDEA) y la Sección 504 y comprenden cómo se les aplican estas leyes?
- ✓ ¿Saben qué apoyos naturales utilizan y cómo son útiles esos apoyos?
- ✓ ¿Su hijo comunica sus necesidades / deseos y hace preguntas cuando necesita más información?
- ✓ ¿Sabe su hijo lo que hay en su IEP / plan de transición y participó en la creación del plan?
- ✓ ¿Se sienten seguros para expresarse y tomar decisiones sobre su propia vida?
- ✓ ¿Pueden defenderse por sí mismos?

Formas de Comunicar Fortalezas, Inquietudes y Necesidades

Hay muchas formas en las que su hijo puede compartir información de una manera que les funcione. Incluso los jóvenes con discapacidades significativas pueden ser buenos defensores de sí mismos.

- ✓ Pueden hablar verbalmente, en persona o por teléfono.
- ✓ Pueden escribir una carta, un correo electrónico o un mensaje de texto.
- ✓ Pueden usar tecnología como software de voz a texto o dispositivos de tecnología de asistencia.
- ✓ Pueden comunicarse mediante imágenes, fotos o videos.

Asegúrese de informarle a su hijo lo siguiente sobre sí mismo:

¡Tú te conoces mejor!

¡Tus opiniones son importantes!

¡Eres un defensor de ti mismo!

Consulte estos Recursos

I'm Determined

<https://www.imdetermined.org>

National Parent Center Hub

<https://www.parentcenterhub.org/priority-self-advocacy/>

Self Advocates Becoming Empowered (SABE)

<https://www.sabeusa.org>

Speak Up! Using What You've Got to Get What You Want

http://www.centerforchildwelfare.org/kb/YouthSpaceDoc/speak_up.pdf

The Arc of the U.S.

<https://thearc.org/get-involved/self-advocacy/>

Voices Together

<https://www.voicestogether.com.au/self-advocates/toolkits-resources-how-to/>



La misión de PEATC se enfoca en construir un futuro positivo para los niños de Virginia trabajando en colaboración con las familias, las escuelas y las comunidades para mejorar las oportunidades de excelencia en la educación y el éxito en la vida escolar y comunitaria.



El contenido de esta hoja informativa se desarrolló gracias a una subvención del Departamento de Educación de los EE. UU., #H235F200001. Sin embargo, esos contenidos no representan necesariamente la política del Departamento de Educación de los EE. UU. y no debe asumirse el respaldo del Oficial de Proyectos del Gobierno Federal. PEATC no es una agencia de servicios legales y no puede brindar asesoría ni representación legal. Cualquier información contenida en esta capacitación no tiene la intención de ser un consejo legal y no debe usarse como una sustitución del consejo legal.



Un agradecimiento especial a Tennessee STEP por proporcionar parte de la información en esta hoja informativa.