

## Auto determinación y auto abogacía

Las actitudes y expectativas que los padres tienen con sus hijos pueden tener un profundo efecto en su desarrollo social, emocional, y académico. La manera en que los padres interactúan con sus hijos puede influir en su autoestima y el nivel de independencia en sus niños. Al ser persistente y mantener altas expectativas para su hijo, usted puede infundir confianza y fomentar independencia, ambas promueven la auto determinación.

Desarrollarse en una persona auto determinada es un proceso continuo para todos los niños y jóvenes, incluyendo a aquellos sin discapacidad. El enfoque que vaya a darle cambia dependiendo de la edad de su hijo dependiendo de las fortalezas y necesidades individuales de su hijo.

### ¿Qué es la autodeterminación?

La autodeterminación es creer que usted puede controlar su propio futuro. La autodeterminación es una combinación de actitudes y habilidades que lleva a las personas a establecer metas para sí mismo, y tomar la iniciativa para alcanzar estos objetivos. Se trata de estar a cargo, pero no es necesariamente lo mismo que la autosuficiencia o independencia. Significa hacer sus propias decisiones, aprender a resolver los problemas, tomar control y la responsabilidad de su propia vida. La práctica de la autodeterminación significa también experimentar las consecuencias de tales decisiones.

### [¡Videos de Auto Determinación ahora están disponibles en nuestro sitio web!](#)



¿Desea ayudar a su hijo(a) con discapacidad a tener una vida productiva y una vida de inclusión en su comunidad? Su hijo(a) necesitará desarrollar habilidades de auto determinación, tales como establecer metas, cómo tomar decisiones, y habilidades de auto abogacía. Este video sobre la auto determinación servirá de fundamento para enseñarles estas habilidades.

#### Contenido:

Autodeterminación .....	1
Habilidades .....	2
Eventos .....	3
¿Gusta Donar? .....	4

#### Síguenos en:



## **Desarrollando habilidades de autodeterminación**

El desarrollo de habilidades de autodeterminación es un proceso que comienza desde la infancia y continúa durante toda la vida. La autodeterminación es importante para todas las personas, y a menudo es más difícil de aprender. Algunas personas con buenas intenciones a veces "protegen" a los niños con discapacidad, haciendo todas las decisiones por ellos. También, a veces la gente asume que las personas con discapacidad no pueden pensar por sí mismos.

La autodeterminación implica muchas actitudes y habilidades como: auto-conciencia, asertividad, creatividad, orgullo, resolución de problemas y habilidades de autodefensa. Para hacerse cargo de su propia persona, debe ser capaz de establecer metas, evaluar opciones, hacer decisiones y luego trabajar para alcanzar sus metas.

Hay muchas habilidades importantes que una persona tiene que desarrollar para convertirse en un individuo auto determinado. Estos incluyen elección de decisiones, toma de decisiones, resolución de problemas, establecer metas, responsabilidad, independencia, relaciones, comunicación, auto-promoción y liderazgo.

Las siguientes son sugerencias de los padres que tienen un niño con discapacidades y son sus estrategias para mantener una expectativa alta y actitudes positivas para su hijo:

- Apreciar a su hijo por lo que es como persona. Todos los niños tienen variedad de habilidades y fortalezas únicos e intereses. Reconozca los atributos particulares de su hijo y sus habilidades.
- Centrarse en las habilidades y fortalezas de su hijo en lugar de sus limitaciones. Piense en lo que su hijo es capaz de hacer y cómo esas fortalezas y habilidades se pueden destacar en todos los entornos.
- Use un lenguaje enfocándose en su hijo en lugar de su discapacidad. Todas las personas tienen una serie de características que se combinan para ser un individuo. La discapacidad de su hijo no es su única característica definitiva.
- Mantenga altas expectativas para su hijo. Suavemente y poco a poco empujando a su hijo a crecer y no poner límites en lo que puede hacer, puede ayudar a su hijo a darse cuenta de su potencial.
- Trate a su hijo igual que a otros niños, incluyendo tener las mismas expectativas. Trate de no dejar que la discapacidad de su hijo se convierta en una excusa. Puede haber alguna variación en las expectativas de acuerdo a las habilidades de su hijo, esfuércese por tratar a todos los niños por igual.

Hay muchos recursos que pueden ayudarle como padre para promover habilidades de autodeterminación para su hijo.

## Como hacer decisiones

Todos los días tenemos que hacer decisiones. Algunas decisiones son fáciles, otras complicadas, y algunas requiere mucho esfuerzo y meditación. Hay muchos pasos para aprender las habilidades necesarias para hacer decisiones. Los niños pequeñitos adquieren la habilidad en hacer decisiones en algunas áreas como: decidir que ponerse, elegir un apetitivo o un juguete con que quiere jugar, etc.

## ¡Escúchenos en la Radio por Internet o Teléfono!

Pablo Tellechea de la estación "La Jefa" estará entrevistando a Julie Moreno del Centro Padres de Utah:

<p>Sábado, 31 de enero 8:15 PM-9:15 PM <b>"Necesidades Especiales en La Comunidad Latina"</b></p>		<p>Sábado, 7 de febrero 9:00 PM-10:30 PM <b>"Recursos para Niños con Necesidades Especiales"</b></p>
---	---	--

**Por favor de llamar 1-712-432-9921 o visite [www.lajefautah.com](http://www.lajefautah.com)  
para escuchar esta entrevista.**

## Eventos del Centro Padres de Utah

- 6 de Feb: Taller de Prevención de Bullying en Clearfield
- 11 de Feb: Intervención para Conducta Positiva en Salt Lake
- 18 de Feb: Determinación Personal en Taylorsville
- 23 de Feb: Determinación Personal en Kearns
- 24 de Feb: Intervención para Conducta Positiva en Wendover

Por favor de llamar al Centro Padres de Utah para más detalles o visite:  
[www.utahparentcenter.org/upcoming-events/](http://www.utahparentcenter.org/upcoming-events/)

**Recursos Adicionales (haga clic en este enlace para leer más):**

[Lista de verificación de auto determinación](#)

[Promoviendo autodeterminación en jóvenes con discapacidades](#)

[Ayudando a los Jóvenes a Desarrollar Habilidades Sociales para Tener Éxito en el Trabajo: Consejos para los Padres y las Familias](#)

[Habilidades sociales para salir adelante — Dominar habilidades sociales para tener éxito en el trabajo y un futuro seguro](#)

**¡Usted puede donar al Centro Padres de Utah sin ningún costo adicional, simplemente por hacer sus compras regulares en Amazon!**



**AmazonSmile es el Amazon que usted conoce los mismos productos, los mismos precios, los mismos servicios.**

**Shop at AmazonSmile**  
and Amazon will make  
a donation to:  
Utah Parent Center Inc.

[Get started](#)

**amazon**smile

Cuando hace compras en AmazonSmile ellos donan .5% de su compra al Centro de Padres de Utah! Apoyenos sin ningún costo adicional visite: <http://smile.amazon.com/ch/87-0426671>

AmazonSmile es fácil de usar, especialmente si usted ya es un comprador de Amazon. Simplemente haga clic en el enlace anterior para comenzar o visite [smile.amazon.com](http://smile.amazon.com) y busque el Centro de Padres de Utah. ¡Haga clic en el botón para seleccionarlo y comience a comprar!

***Descargo de responsabilidad del boletín electrónico "Noticias del Día"***

## **Descargo de responsabilidad del Utah Parent Center**

***Sirviendo a las familias en Utah desde 1983***

Número de teléfono: 801.272.1051 • Número de teléfono gratuito: 800.468.1160 • Fax: 801.272.8907  
Email: [info@utahparentcenter.org](mailto:info@utahparentcenter.org) \* Website: [www.utahparentcenter.org](http://www.utahparentcenter.org)

El Centro de Padres de Utah (Utah Parent Center) es una organización sin fines de lucro que recibe financiamiento federal de la Oficina de los Programas de Educación Especial para ser un Centro de Capacitación e Información para los padres bajo la subvención # H328M120018. UPC (Utah Parent Center) también recibe financiamiento de otras agencias federales, estatales, agencias privadas, organizaciones, y donantes individuales.

UPC (Utah Parent Center) no representa o respalda ningún punto de vista, programa, organización, negocio, o profesional en particular a menos que esté expresamente escrito. Tampoco se podrá inferir respaldo alguno del UPC o ninguna de sus fuentes de financiamiento.

Se hace todo intento para proveer información exacta y completa. Solo los puntos aprobados serán incluidos aquí. UPC (Utah Parent Center) no se hace responsable por la información o servicios proporcionados por las agencias, organizaciones, o individuos enumerados aquí. La información proporcionada al UPC por otros individuos, otras agencias u organizaciones, son únicamente la responsabilidad de esas fuentes y animamos a los lectores a contactarlos directamente con preguntas o inquietudes. El lector se hace responsable de investigar las fuentes para determinar si son apropiadas para sus circunstancias en el momento de tomar decisiones informadas. Se otorga permiso para reproducir la información sin protección de derechos de autor que se encuentra en este boletín cuando se da la atribución completa.

La versión electrónica de este boletín NO es una discusión en grupo. Usted solo recibirá correo electrónico oficial del Centro de Padres de Utah (Utah Parent Center). No intercambiamos ni negociamos las direcciones de correo electrónico de nuestros suscriptores.

Usted ha recibido este mensaje porque es parte de la lista del Centro de Padres de Utah (Utah Parent Center). Si quiere ser eliminado de la lista, por favor contáctenos a [info@utahparentcenter.org](mailto:info@utahparentcenter.org).

***Por favor comparta esta información con sus amigos y colegas que puedan estar interesados en suscribirse.***

