

# Cómo vivir bien en mi comunidad

## Parte 1:

# Guía de los estándares en los servicios a domicilio y comunitarios y de las prácticas centradas en la persona



## Manera de usar **Cómo vivir bien en mi comunidad**

Siéntase con la confianza de descargar esta guía para usarla y compartirla con otras personas. **Cómo vivir bien en mi comunidad** fue creada para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores de servicios a entender mejor los derechos y papeles para vivir bien en la comunidad. En la Parte 1 se explica qué es la Regla de Servicios a Domicilio y Comunitarios y de qué manera puede ayudar a las personas con discapacidades a vivir en la comunidad igual que otras personas sin discapacidades.

En la Parte 2 se pueden usar recursos de Charting the LifeCourse con el fin de desarrollar una visión para tener una buena vida en la comunidad. En la Parte 3 se describe cada una de las características de los servicios a domicilio y comunitarios, con algunas preguntas de reflexión para evaluar el avance y las áreas potenciales para el desarrollo continuado. Se presentan ejemplos de algunos enfoques centrados en la persona para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores a moverse en la dirección de la visión de una persona para tener una buena vida. Los enfoques centrados en la persona que se describen en **Cómo vivir bien en mi comunidad** también serán útiles para que los proveedores satisfagan los requisitos de los entornos basados en el hogar y la comunidad. La Parte 4 contiene útiles consejos para colaborar con un equipo de planificación para apoyar una visión para tener una buena vida por medio de la planificación centrada en la persona, además de una variedad de recursos para obtener más información.

## Subsidio del Proyecto HCBS Peer Partners

El Departamento de Servicios del Desarrollo de California subsidia el cuaderno de trabajo. UCP WORK, Inc., es la agencia líder que representa un proyecto regional que refleja el esfuerzo de múltiples proveedores para apoyar a personas y familias en el área de captación del Tri-Counties Regional Center, entre los que se incluye a UCP-LA y Villa.

Esperanza en el Condado de Ventura, UCP WORK, Inc., CPES/Novelles y Devereux en los Condados de Santa Barbara y San Luis Obispo. Un subcomité especial del Comité Asesor de Proveedores del TCRC, integrado por proveedores de servicios, personal del centro regional y representantes del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD), implementó una encuesta de los proveedores de servicios regionales. Al revisarse los resultados, la encuesta reveló una disparidad en la entrega de información HCBS y recursos de ideas centradas en la persona a los proveedores en áreas periféricas que operan una empresa pequeña que sirve a personas y familias.

El impulso de los esfuerzos del proyecto subsidiado se encuentra en ayudar a los proveedores a entender cómo cumplir con las nuevas normas comunitarias de la Exención HCBS. El principal objetivo de las normas y de este proyecto subsidiado es apoyar a las personas con discapacidades del desarrollo a tener una vida mejor, no solo mejor papel. Nos esforzamos en darle a la gente que apoyamos más control de sus servicios, para que reciba lo que es importante para ella: servicios que apoyen su propia visión del futuro y lo que es importante para ser miembros sanos, seguros y valiosos de su comunidad.

## Reconocimientos

Gracias al gran número de colaboradores que ayudaron a desarrollar esta guía

### Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Dave Mulvey, Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Diva Johnson, Tri-Counties Regional Center

Harry Bruell, PathPoint

Judy Linares, UCP Work Inc.

Kathy Webb, UCP Work Inc.

Mark O'Keefe, Tri-Counties Regional Center

Mary Beth Lepkowsky, Helen Sanderson Associates USA

Michele Ferrall, CPES/Novelles

Nikisa Simmons UCP-LA

Tina Calderaro-Mendoza, Tri-Counties Regional Center

**Cómo vivir bien en mi comunidad** fue financiado por un subsidio del Departamento de Servicios del Desarrollo de California e incluye principios y conceptos desarrollados por The Learning Community for Person-Centered Practices y que se utilizan aquí con su autorización. <http://tlcpcp.com/>

Las historias y ejemplos son colaboraciones de Sue Goss, Diva Johnson, Rebecca Martinez, David Mulvey, Valerie Nix, Michael Kaszycki, Derek Smith y Mary Beth Lepkowsky. Otras personas concedieron su generoso permiso para compartir diversos recursos centrados en la persona.

Helen Sanderson Associates USA  
<https://helensandersonassociates.com>

John O'Brien y Beth Mount  
<http://www.inclusion.com/product/make-a-difference/>

Line Plourde-Kelly' Kapuskasing & District Association for Community Living (KDA CL)  
<http://www.kdacl.com>

Charting the LifeCourse  
<https://www.lifecoursetools.com>

**Editores:** Mary Beth Lepkowsky, Dave Mulvey, Eugene Baldwin

**Traducciones:** Inline Translation Services

**Diseño:** Julie Barclay

Mayo 2020

# Contenido

## Parte 1: Descripción general de los servicios a domicilio y comunitarios y de las prácticas centradas en las personas

¿Qué es el HCBS? .....	1.4
¿Qué es la exención de servicios a domicilio y comunitarios (HCBS)? .....	1.4
¿Qué es la Regla HCBS? ¿Por qué es necesaria? ..	1.4
¿Qué significa la Regla HCBS para personas? .....	1.5
· Para las personas con discapacidades .....	1.5
· Para los proveedores de servicios .....	1.5
¿Cuáles son las características de los entornos basados en el hogar y la comunidad? .....	1.6
¿De qué manera pueden ayudar las ideas, planificación y prácticas centradas en la persona? .....	1.7

## Parte 2: Cómo desarrollar una visión para tener una buena vida en mi comunidad

Tener opciones y control en mi vida	
· Habilidad: Lo que le importa y lo que es importante para .....	2.3
· Habilidad: Perfil de una página .....	2.7
Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad	
· Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión .....	2.11
· Habilidad: LifeCourse Trajectory .....	2.15

## Parte 3: Características de la calidad en los servicios a domicilio y comunitarios

Requisitos de calidad .....	3.3
Ser parte de la comunidad .....	3.3
· Habilidad: Dones y capacidades .....	3.4
· Habilidad: Cuadro de la comunidad .....	3.7
· Habilidad: Qué pasa aquí .....	3.10
· Habilidad: Presencia a contribución .....	3.13
Seleccionar en dónde y cómo vivo .....	3.16
· Habilidad: Perfil de toma de decisiones .....	3.17
· Habilidad: Acuerdo de toma de decisiones .....	3.20
Tener privacidad, dignidad y respeto .....	3.22
· Habilidad: Cuadro de comunicaciones .....	3.23
· Habilidad: Rutinas y rituales .....	3.26
· Habilidad: Registro de aprendizaje .....	3.29
Tener independencia .....	3.32
· Habilidad: Buen día/Mal día .....	3.33
· Habilidad: Semana perfecta .....	3.36
Seleccionar mis servicios y quién me los presta .....	3.38
· Habilidad: Compatibilidad .....	3.39
· Habilidad: Clasificación Donut .....	3.43
Consideraciones adicionales para proveedores residenciales .....	3.46
· Habilidad: Preguntas 4 +1 .....	3.47
· Habilidad: Enfoque centrado en la persona a riesgo .....	3.51

## Parte 4: Cómo planificar mi buena vida

Cómo colaborar con un equipo de planificación .....	4.5
· Habilidad: Cuadro de relaciones .....	4.5
Planificación centrada en la persona .....	4.11
· Habilidad: Qué está funcionando/ Qué no está funcionando .....	4.11
Listas de control de desarrollo comunitario ..	4.15
Recursos .....	4.19

## ¿Qué es el HCBS?

¿Qué son los servicios a domicilio y comunitarios (HCBS)?

HCBS son las siglas de servicios a domicilio y comunitarios. Estos servicios incluyen diferentes tipos de servicios y apoyo a largo plazo que ayudan a las personas con discapacidades y a los adultos mayores a vivir su vida diaria en sus comunidades.

Algunos ejemplos de los servicios y apoyo a largo plazo son:

- Servicios diurnos para adultos.
- Entrenadores en el trabajo.
- Servicios de cuidado personal para ayudar en las actividades diarias, como comer, bañarse y vestirse.

Medicaid es un programa del gobierno federal que ayuda a la gente a obtener atención médica si no tiene mucho dinero. En California, el programa Medicaid se llama Medi-Cal. Muchas personas con discapacidades usan Medicaid.

Medicaid paga por servicios y apoyos a largo plazo. Algunos proveedores de servicios reciben dinero de Medicaid para prestar servicios y apoyo a largo plazo.

Cuando la gente recibe servicios y apoyo a largo plazo en su comunidad, se llaman servicios a domicilio y comunitarios (HCBS). Los entornos basados en el hogar y la comunidad son lugares en donde las personas con discapacidades viven y pasan sus días; por ejemplo, entornos residenciales autorizados y programas diurnos. Cuando Medicaid paga por servicios a domicilio y comunitarios, ayuda a las personas con discapacidades a vivir en sus comunidades. Ayuda a las personas con discapacidades a vivir el mismo tipo de vida que todos los demás.

## ¿Qué es la exención de servicios a domicilio y comunitarios?

Medicaid no acostumbraba pagar por servicios a domicilio y comunitarios. La gente solo podía obtener servicios en instituciones. En California algunas instituciones se llaman centros de desarrollo.

En la década de 1980, el gobierno estadounidense redactó una “exención” para cambiar la ley. La Exención de los Servicios a Domicilio y Comunitarios cambió la ley para permitir a Medicaid pagar por los servicios en casa o en la comunidad, no solo en las instituciones o los centros de desarrollo.

## ¿Qué es la Regla HCBS? ¿Por qué es necesaria?

Medicaid empezó a pagar por servicios a domicilio y comunitarios. Pero nadie decidió qué sería diferente acerca de los servicios que se prestaran a domicilio o en la comunidad en lugar de una institución.

Se creó la Regla HCBS para explicar cómo deberían ser y no ser los servicios a domicilio y comunitarios. Asegura que Medicaid no dé dinero de HCBS a programas y servicios que son realmente más como instituciones.

La Regla HCBS ayuda a las personas con discapacidades a vivir en sus comunidades. Les ayuda a recibir el tipo de servicios que necesitan. Y ayuda a asegurar que los servicios a domicilio y comunitarios son realmente HCBS y no como una institución.

La Regla HCBS también indica que todos los servicios en cada estado deben seguir las nuevas reglas para marzo del 2022. Después de marzo del 2022, el gobierno federal no pagará a los proveedores de servicios que no cumplan con las nuevas reglas.

Cómo vivir bien en mi comunidad, e información que provean HCBS Peer Partners, el centro regional y el Departamento de Servicios del Desarrollo, pueden ayudar

a las personas con discapacidades y a los proveedores de servicios a entender las nuevas reglas y hacer cambios para darle a la gente una mayor selección y control en su vida, además de cumplir con la fecha límite del 2022.

## ¿Qué significa la Regla HCBS para la gente?

El propósito de la Regla HCBS es ayudar a la gente que recibe servicios de los centros regionales a vivir vidas completas en sus comunidades. Ayuda a las personas con discapacidades a vivir el mismo tipo de vida que todos los demás.

### **Para las personas que reciben servicios a domicilio y comunitarios:**

La Regla HCBS dice que las personas con discapacidades tienen diferentes opciones de donde escoger cuando tomen decisiones sobre los servicios y los proveedores de servicios. La Regla HCBS señala que las personas con discapacidades tienen derecho a:

- Vivir en la comunidad junto con personas sin discapacidades.
- Tener un plan centrado en la persona.
- Tener libertad.
- Tener respeto y privacidad.
- No estar restringido ni recluido.

### **Para los proveedores de servicios:**

Es posible que algunos proveedores de servicios ya satisfagan los requisitos de los servicios a domicilio y comunitarios. Otros quizá descubran que necesitarán modificar políticas y diseños de programas, en donde y cómo se prestan los servicios, y dar capacitación para asegurarse que los miembros del personal entienden las expectativas de las reglas.

La Regla HCBS dice que los proveedores tienen la responsabilidad de:

- Asegurarse que la gente con discapacidades intelectuales/del desarrollo recibe las protecciones a las que tienen derecho todos los inquilinos de California, que se conocen generalmente como los “Derechos del inquilino”.
- Asegurarse que se trate a la gente con respecto y se le dé privacidad.
- Apoyar a la gente al desarrollar horarios que cubran las necesidades y promuevan la vida que desee vivir.
- Asegurar que la gente tenga oportunidad de recibir vistas.
- Asegurar que la casa de una persona le es accesible en el transcurso del día.

Recuerde, esta es una colaboración. Todo el mundo desea tener buenas experiencias en su comunidad. Las personas con discapacidades, los miembros del equipo de planificación y los socios de los centros regionales pueden colaborar para ayudar a todo el mundo a tener buenas experiencias. Usar las prácticas centradas en las personas descritas en esta guía para hacer selecciones y cambios significativos. Esto ayudará a asegurar que la gente viva bien en su comunidad y los proveedores continúen recibiendo financiamiento federal para ofrecer servicios a domicilio y comunitarios de alta calidad.

## ¿Qué dice la Regla HCBS de los servicios a domicilio y comunitarios?

La Regla HCBS indica que los servicios a domicilio y comunitarios se deben prestar en la comunidad. Eso significa que las personas con discapacidades intelectuales/del desarrollo tienen derecho a vivir en la comunidad, como cualquier otra persona sin discapacidades.

### **Kit de herramientas para cumplir con los requisitos para entornos basados en el hogar y la comunidad**

<https://www.medicaid.gov/medicaid/home-community-based-services/guidance/home-community-based-settings-requirements-compliance-toolkit/index.html>

## ¿Cuáles son las características de la calidad de los entornos basados en el hogar y la comunidad ?

En los requisitos de la Regla HCBS se describen las características de la calidad de los servicios a domicilio y comunitarios. Se explica la manera en que se supone que difieren esos servicios de los de una institución o de un centro de desarrollo.

### Requisitos de calidad de los servicios a domicilio y comunitarios

#### Requisito de calidad N°. 1: Ser parte de la comunidad

Esto significa que el entorno apoya a una persona con una discapacidad para que tenga las mismas oportunidades de ser un miembro activo e incluido de su vecindario y comunidad que una personas sin discapacidades. La gente debe tener oportunidades para:

- encontrar empleo competitivo trabajando con personas sin discapacidades.
- participar en actividades locales.
- tener acceso a servicios en la comunidad exactamente igual que las personas sin discapacidades.

#### Requisito de calidad N°. 2: Seleccionar en dónde y cómo vivo

Esto significa que el entorno apoya a una persona con una discapacidad a escoger en dónde y cómo vivir entre opciones que incluyen entornos en donde viven y pasan su día personas sin discapacidades. En el caso de entornos residenciales, esto incluye

- tener la opción de una habitación privada, cuando haya disponible.

#### Requisito de calidad N°. 3: Tener privacidad, dignidad y respeto

Esto significa que el entorno del proveedor debe apoyar los derechos individuales, incluidas la privacidad, dignidad y respeto, además de la libertad de coacción o restricciones. Algunos de los derechos individuales que tiene una persona con una discapacidad incluyen:

- poder cerrar con llave las puertas de su habitación o casa.
- usar el teléfono cuando lo desee.
- ir y venir cuando guste.
- tener tiempo para estar solo y tener privacidad.

#### Requisito de calidad N°. 4: Tener independencia

La independencia significa que las personas con discapacidades se responsabilizan de tomar decisiones sobre su vida y lo que desean hacer. El entorno del proveedor permite a la gente:

- decidir cómo desea pasar su día.
- fijar un horario personal.
- escoger a dónde ir.
- controlar recursos personales y presupuestos individuales.

#### Requisito de calidad N°. 5: Seleccionar mis servicios y quién me los presta

El entorno del proveedor apoya a la gente para que selecciones sus servicios y quién los preste. La selección significa que una persona puede escoger qué servicios y apoyo necesita. La persona puede escoger quién presta esos servicios y en dónde. Al igual que la mayoría de las cosas en la vida, las selecciones se basan tanto en las necesidades y preferencias individuales como en las opciones y recursos disponibles.

## Los servicios residenciales propiedad bajo el control del proveedor también deben satisfacer las siguientes condiciones

### Condición residencial N°. 1: Derechos del inquilino

Esto significa que una persona con una discapacidad tiene los mismos derechos y protecciones de desalojo que los demás inquilinos.

### Condición residencial N°. 2: Respeto y privacidad

Si la persona vive en una casa propiedad o bajo el control de un proveedor de servicios:

1. Puede cerrar con llave su puerta.
2. Puede escoger a su compañero de casa.
3. Puede decorar en donde vive conforme a los términos de un contrato de arrendamiento u otro acuerdo.

### Condición residencial N°. 3: Desarrollar horarios personalizados

El arreglo permite a las personas que tienen la libertad y apoyo para controlar sus propios horarios y actividades, además de acceso a comida en cualquier momento.

### Condición residencial N°. 4: Tener visitas

Las personas pueden tener visitas de su elección en cualquier momento.

### Condición residencial N°. 5: Accesibilidad en casa

El entorno es físicamente accesible a la persona.

## ¿De qué manera pueden ayudar las ideas, planificación y prácticas centradas en la persona?

Las **ideas centradas en la persona** son un conjunto de valores, habilidades y herramientas que se pueden usar para llegar a conocer a una persona y descubrir qué encuentran importante y qué desean de la vida. Asegura que nos concentremos en lo que le importa a la gente que apoyamos y a su familia, así como que también le prestamos atención a su personal.

La **planificación centrada en la persona** es un proceso continuo que ayuda a las personas con o sin discapacidades a planificar su futuro. En la planificación centrada en la persona,

grupos de gente se concentran en una persona y su visión de lo que le gustaría hacer en el futuro.

Por medio del proceso de planificación centrado en la persona, la gente que conoce y se preocupa por la persona a menudo empieza a verla de una manera diferente. La planificación centrada en la persona ayuda al individuo a controlar su propia vida. La planificación centrada en la persona puede incrementar las oportunidades de participar en la comunidad. La planificación centrada en la persona ayuda a otros a reconocer los dones, capacidades, deseos, intereses y sueños de la persona. El equipo de planificación trabaja junto para desarrollar pasos de medidas para convertir en realidad los sueños de una persona.

Las **prácticas centradas en la persona** son maneras de planificar, prestar y organizar servicios escuchando lo que la gente desea y ayudándole a vivir en su comunidad basándose en sus opciones. Los proveedores de servicios pueden fortalecer sus normas y procedimientos para hacer posible que florezcan las ideas y la planificación centradas en la persona.

Medicaid solo cubrirá los servicios a domicilio y comunitarios (HCBS) cuando se cree un plan de servicio centrado en la persona (plan de servicio) que atienda las necesidades de atención prolongada de la persona como una alternativa a la institucionalización. Las habilidades para las ideas centradas en la persona presentadas a lo largo de *Cómo vivir bien en mi comunidad*, ilustran ejemplos de personas con discapacidades con más opciones positivas y control en su vida. Las habilidades ofrecen múltiples maneras de aprender lo que le importa a la persona para ser feliz, estar contenta y realizada, y lo que es importante para que la persona se mantenga sana, segura y que le aprecien los demás.

Las habilidades para las ideas centradas en la persona ayudan a los proveedores de servicios a aprender cómo desea una persona con discapacidades que se le apoye para llevar una vida que ella misma escoja. Los proveedores aprenderán nuevas maneras de:

- Apoyar a la gente en formas que tengan sentido para cada persona.
  - Ayudar a la gente a establecer relaciones y hacer conexiones significativas en su comunidad.
  - Practicar la toma de decisiones con apoyo.
  - Escuchar cómo la gente comunica sus preferencias por medio de sus palabras y comportamiento.
  - Descubrir los dones, habilidades y capacidades de la gente, y pensar en dónde esos dones se considerarán contribuciones valiosas para la comunidad.
- Brindar experiencias que apoyen a la gente para que participen más activamente en sus comunidades.
  - Evaluar los riesgos basándose en lo que le importa a una persona y lo que es importante para ella.
  - Desarrollar una cultura de aprendizaje continuo para apoyar la visión de una persona para tener una buena vida.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

### Perfil de una página (separar lo que le importa a/es importante para)



- Separa lo que le importa a una persona (lo que le hace sentirse feliz y contenta e incrementa su bienestar) de lo que es importante PARA la persona (la ayuda o apoyo que necesita para mantenerse sana, segura y bien) a la vez que trabaja para establecer un equilibrio entre los dos.

- Identifica qué debe estar presente, o ausente, en la vida de la persona para asegurarse que tienen el apoyo en maneras que tengan sentido para ella a la vez que la mantenga sana y segura. Un resumen breve de quién es la persona y cómo apoyarla para todo el personal y otros individuos.
- La basa para realizar cambios usando un perfil de una página con lo que funciona/ no funciona.

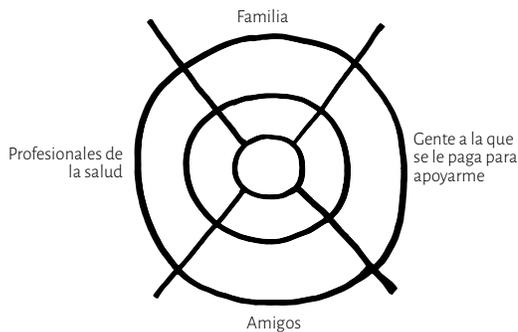
### Apreciaciones



- Identifica las cualidades que la gente valora y admira sobre la persona.
- Ayuda a quienes le apoyan a ver qué hace que esa persona sea única.

- Reconoce y aprecia los dones y cualidades de una persona.
- Se asegura que veamos a la gente por lo que es y contrarresta el enfoque frecuente en lo que está mal.
- Identifica a quienes tienen una conexión personal con la persona y quienes realmente saben lo que le importa.
- Parte de un perfil de una página.

### Cuadro de relaciones



- Identifica quién es la gente importante en la vida de una persona.

- Muestra quién es más importante para la persona.
- Ve si existen algunos problemas importantes en las relaciones.
- Ayuda a identificar con quién hablar cuando se recopile información.
- Identifica relaciones que pueden fortalecerse o apoyarse.

### Historia de la vida



- Nuestras historias nos hacen quiénes somos - la historia produce respeto.
- Da a la gente la oportunidad de entender y apreciar a la persona en el contexto de su propia historia.

- Nos muestra la mejor manera de apoyar a la persona en el contexto de su vida pasada, la cual podría representar la realidad actual.
- Se puede usar para desarrollar conversaciones significativas.
- Ayuda a la gente que apoya a sentir empatía con la persona y ver cuál es su papel para asegurarle una buena calidad de vida.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cuadros de comunicaciones

En este momento	Cuando esto ocurre	Nosotros pensamos que significa	Necesitamos
Queremos decir	Para hacer esto, nosotros	Ayudado/ apoyado por	

- Un panorama breve de la manera en que una persona se comunica. Es importante siempre que lo que la persona hace comunica más claramente lo que dice.

- Nos ayuda a concentrarnos en la comunicación de la gente, no importa si usa palabras para hablar o no.
- Provee información clara acerca de cómo responder a la manera en que la persona se comunica.

### Qué funciona/ no funciona

 ¿Está funcionando?	 ¿No está funcionando?
persona familia personal	

- Analiza un problema o situación desde diferentes perspectivas.
- Provee una imagen de cómo están las cosas ahora mismo, y cómo esto se compara con la manera en que la gente quiere vivir y recibir apoyo.
- Nos permite reflexionar en lo que realmente pasa en la vida de una persona y a cambiar lo que necesita ser modificado.

- Aclara sobre qué construir (mantener o mejorar) y qué cambiar.
- Ayuda a ver cómo: alguna parte de la vida de una persona está funcionando; que tan bien la gente que da apoyo remunerado está haciendo su trabajo; cómo cualquier esfuerzo, actividad o proyecto está funcionando.
- Ayuda con negociaciones en donde hay desacuerdos.
- Se usa para desarrollar medidas que tomar de un perfil de una página.

### Buen día/mal día

 ¿Buen día?	 ¿Mal día?
---	--

- Explora detalladamente qué hace que sea un buen día para una persona (por ej., qué necesita estar presente en su vida diaria) y qué hace que sea un mal día (por ej., qué se necesita eliminar).

- Ayuda a que la persona tenga más días buenos y menos malos.
- Nos ayuda a aprender acerca de lo que le importa a alguien y cómo desea que se le apoye.
- Ofrece otra manera de recopilar información para el cuadro de comunicaciones, el círculo de relaciones y apoyar la compatibilidad de una persona.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

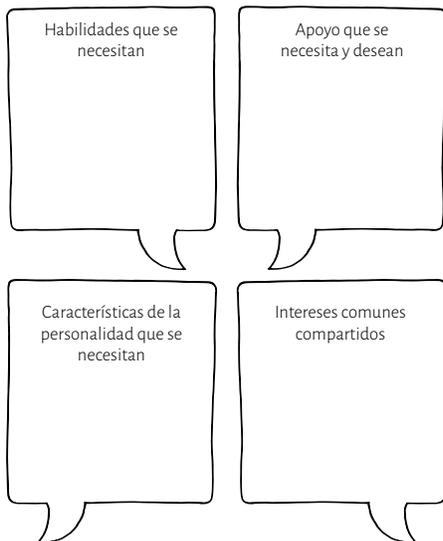
### Registro de aprendizaje

Fecha	¿Qué hizo la persona?	¿Quién estaba allí?	¿Qué aprendió de lo que funcionó bien?	¿Qué aprendió de lo que no funcionó?

- Indica a la gente a que busque aprendizaje continuo registrando actividades y experiencias específicas para apoyar mejor a una persona.

- Provee una manera para que la gente registre el aprendizaje continuo (concentrado en lo que funcionó bien y lo que no) para cualquier evento o actividad.
- Nos dice qué le importa a las personas y familias y qué es importante para ellas.
- Puede reemplazar notas y registros tradicionales para ayudarnos a ver la importancia de dejar de concentrarnos en realizar las tareas y apoyar en realidad a la gente para que tenga una buena vida basada en lo que escuchamos y aprendemos continuamente.
- Se puede usar para concentrarse en la vida completa o áreas específicas de la vida de una persona, por ej., la salud de una persona, en qué le gusta a la gente pasar su tiempo.

### Compatibilidad del personal



- Provee una estructura para ver qué habilidades, apoyo, características de la gente e intereses compartidos sirven para que haya buena compatibilidad. Esto es clave para apoyar bien a una persona.

- Anima a la persona y quienes le rodean a pensar acerca de qué tipo de apoyo remunerado desea y necesita cuando reclute miembros del equipo.
- Asegura que a la persona le gusta la gente que le apoya, lo cual hace más probable que tenga una buena calidad de vida.
- La buena compatibilidad puede reducir la probabilidad de que haya tratamiento malo, abuso o negligencia.
- Promueve la retención de personal.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

### Preguntas 4 más 1

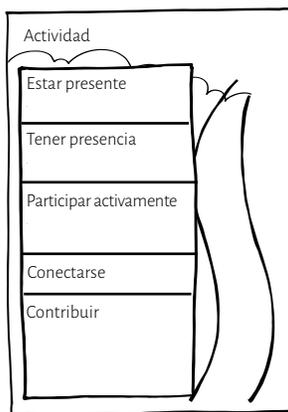
1. ¿Qué hemos intentado?
2. ¿Qué hemos aprendido?
3. ¿Con qué estamos contentos?
4. ¿Qué nos preocupa?

5. Considerando lo que sabemos ahora, ¿qué sigue?

- Ayuda a la gente a concentrarse en lo que está aprendiendo de su esfuerzo.
- Recopila información valiosa para acciones y planificación futuras.
- Considerando esto que se ha aprendido, ¿qué se necesita que pase enseguida?

- Crea una manera estructurada para que se escuche a todos y se describa lo que han aprendido.
- Es útil para reuniones de revisión y trabajo individual con familias.
- Revisa las acciones de los planes y planificar acciones adicionales.

### Presencia a contribución



- Alienta formas de pensar creativas sobre actividades y cómo podemos usarlas como oportunidades para participar y.
- Identifica las actividades en las que la persona ya esté o desee estar participando.

- Promueve ser incluido, llevar una vida plena, hacer cosas interesantes y hacer una contribución como miembro total de la comunidad.

### Acuerdo de toma de decisiones

¿Decisiones importantes en mi vida?	¿De qué manera debo participar?	¿Quién toma la decisión final?

¿Qué se necesitaría para tener más control de mi vida?

- Nos ayuda a pensar acerca de la toma de decisiones y en aumentar el número e importancia de las decisiones que toma la gente.

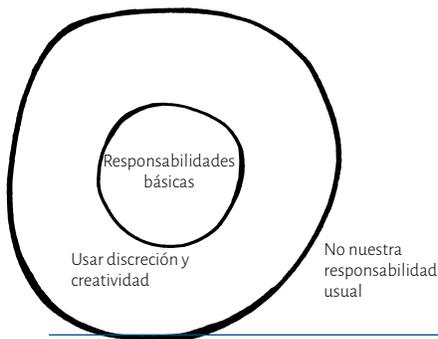
- Le permite a la gente tener el control y tomar decisiones.
- Puede informar para la mejor decisión que mejor convenga y para la toma de decisiones avanzada.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

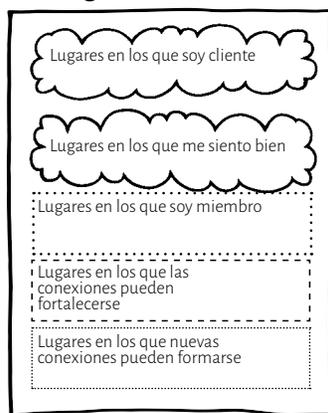
### Clasificación Donut



- Aclara los papeles y responsabilidades de los diferentes profesionales y agencias que apoyan a la gente y sus familias tomando en cuenta lo que le importa a la persona que recibe los servicios y lo que es importante para ella.

- Ayuda al personal a que tenga claro qué debe hacer y en dónde puede ser creativo cuando apoye a personas para que vivan en casa.

### Mis lugares



- Ayuda a identificar los lugares que importan en la vida de una persona. · Promueve la inclusión y el sentimiento de pertenecer, ayudando a que se vea a la persona como un miembro valioso de una comunidad o grupo.

- Incrementa conocimientos y ayuda a identificar sitios a los que vale la pena prestar atención. También ayuda a desarrollar el mapa de la comunidad y la semana perfecta.

### Semana perfecta

	Mañana	Tardes	Noches
Lun			
Mar			
Mié			
Jue			
Vi			
Sá			
Do			

- Provee una descripción detallada de la manera en que desea vivir una persona, no un sueño poco realista. Incluye los lugares importantes, intereses y personas que le importan a la persona.

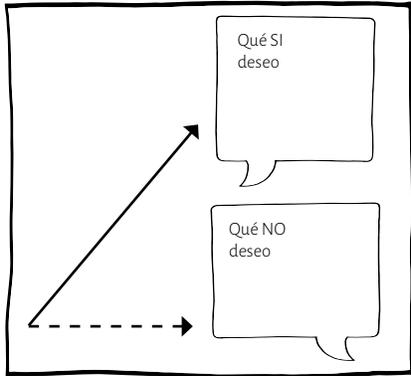
- Alínea la semana perfecta con compatibilidad del personal a fin de determinar quién es la mejor gente para apoyar a la persona para que tenga la semana perfecta.
- Le ayuda a ver las mejores maneras de apoyar pensando en la familia, amigos, iniciativas comunitarias, tecnología asistencial y apoyo remunerado.
- Sirve como una herramienta de evaluación para ver cuán bien los equipos están prestando el apoyo personalizado y alcanzando los resultados correctos para la persona.

## Habilidad para las ideas centradas en la persona

### Cómo funciona

## De qué manera ayuda esta habilidad para las ideas centradas en la persona

### LifeCourse Trajectory (herramienta para la visión)



- Crea una visión del futuro que una persona SÍ desea y del futuro que la persona NO desea.
- Obtenga más información sobre Charting the LifeCourse en el sitio [lifecoursetools.com](http://lifecoursetools.com)

- Ayuda a la persona y su familia a pensar en el futuro.
- Alienta a la gente a reflexionar sobre experiencias y decisiones previas que podrían haber ayudado o dificultado el progreso hacia la vida que la persona Si quiere.
- Ve diferentes dominios de la vida y varias etapas en la vida para reflexionar en actividades y recursos apropiados para la edad.

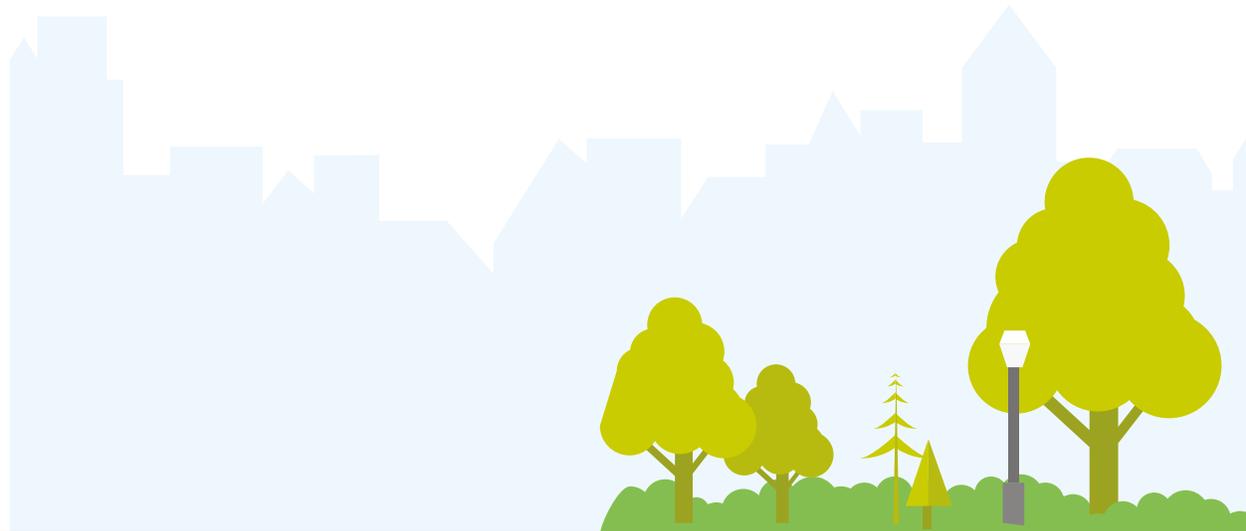
### Dones y capacidades



- Explora los dones y capacidades, y lo que una persona tiene para contribuir.
- Indica lo que le importa a una persona y lo que es importante PARA una persona.
- Contribuye a la reputación positiva de una persona.
- Provee una perspectiva en las posibilidades futuras para conexiones y sensación de pertenencia.

- Nos anima a pensar en situaciones en donde la persona puede hacer de la mejor manera un aporte y que se le vea como un miembro valioso de su comunidad.

**Cosas que  
quiero  
recordar**



# Cómo vivir bien en mi comunidad

Parte 2:

## Cómo desarrollar una visión para tener una buena vida en mi comunidad



## Manera de usar **Cómo vivir bien en mi comunidad**

Siéntase con la confianza de descargar esta guía para usarla y compartirla con otras personas. **Cómo vivir bien en mi comunidad** fue creada para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores de servicios a entender mejor los derechos y papeles para vivir bien en la comunidad. En la Parte 1 se explica qué es la Regla de Servicios a Domicilio y Comunitarios y de qué manera puede ayudar a las personas con discapacidades a vivir en la comunidad igual que otras personas sin discapacidades.

En la Parte 2 se pueden usar recursos de Charting the LifeCourse con el fin de desarrollar una visión para tener una buena vida en la comunidad. En la Parte 3 se describe cada una de las características de los servicios a domicilio y comunitarios, con algunas preguntas de reflexión para evaluar el avance y las áreas potenciales para el desarrollo continuado. Se presentan ejemplos de algunos enfoques centrados en la persona para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores a moverse en la dirección de la visión de una persona para tener una buena vida. Los enfoques centrados en la persona que se describen en **Cómo vivir bien en mi comunidad** también serán útiles para que los proveedores satisfagan los requisitos de los entornos basados en el hogar y la comunidad. La Parte 4 contiene útiles consejos para colaborar con un equipo de planificación para apoyar una visión para tener una buena vida por medio de la planificación centrada en la persona, además de una variedad de recursos para obtener más información.

## Subsidio del Proyecto HCBS Peer Partners

El Departamento de Servicios del Desarrollo de California subsidia el cuaderno de trabajo. UCP WORK, Inc., es la agencia líder que representa un proyecto regional que refleja el esfuerzo de múltiples proveedores para apoyar a personas y familias en el área de captación del Tri-Counties Regional Center, entre los que se incluye a UCP-LA y Villa.

Esperanza en el Condado de Ventura, UCP WORK, Inc., CPES/Novelles y Devereux en los Condados de Santa Barbara y San Luis Obispo. Un subcomité especial del Comité Asesor de Proveedores del TCRC, integrado por proveedores de servicios, personal del centro regional y representantes del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD), implementó una encuesta de los proveedores de servicios regionales. Al revisarse los resultados, la encuesta reveló una disparidad en la entrega de información HCBS y recursos de ideas centradas en la persona a los proveedores en áreas periféricas que operan una empresa pequeña que sirve a personas y familias.

El impulso de los esfuerzos del proyecto subsidiado se encuentra en ayudar a los proveedores a entender cómo cumplir con las nuevas normas comunitarias de la Exención HCBS. El principal objetivo de las normas y de este proyecto subsidiado es apoyar a las personas con discapacidades del desarrollo a tener una vida mejor, no solo mejor papel. Nos esforzamos en darle a la gente que apoyamos más control de sus servicios, para que reciba lo que es importante para ella: servicios que apoyen su propia visión del futuro y lo que es importante para ser miembros sanos, seguros y valiosos de su comunidad.

## Reconocimientos

Gracias al gran número de colaboradores que ayudaron a desarrollar esta guía

### Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Dave Mulvey, Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Diva Johnson, Tri-Counties Regional Center

Harry Bruell, PathPoint

Judy Linares, UCP Work Inc.

Kathy Webb, UCP Work Inc.

Mark O'Keefe, Tri-Counties Regional Center

Mary Beth Lepkowsky, Helen Sanderson Associates USA

Michele Ferrall, CPES/Novelles

Nikisa Simmons UCP-LA

Tina Calderaro-Mendoza, Tri-Counties Regional Center

**Cómo vivir bien en mi comunidad** fue financiado por un subsidio del Departamento de Servicios del Desarrollo de California e incluye principios y conceptos desarrollados por The Learning Community for Person-Centered Practices y que se utilizan aquí con su autorización. <http://tlcpcp.com/>

Las historias y ejemplos son colaboraciones de Sue Goss, Diva Johnson, Rebecca Martinez, David Mulvey, Valerie Nix, Michael Kaszycki, Derek Smith y Mary Beth Lepkowsky. Otras personas concedieron su generoso permiso para compartir diversos recursos centrados en la persona.

Helen Sanderson Associates USA

<https://helensandersonassociates.com>

John O'Brien y Beth Mount

<http://www.inclusion.com/product/make-a-difference/>

Line Plourde-Kelly' Kapuskasing & District Association for Community Living (KDAFL)

<http://www.kdafl.com>

Charting the LifeCourse

<https://www.lifecoursetools.com>

**Editores:** Mary Beth Lepkowsky, Dave Mulvey, Eugene Baldwin

**Traducciones:** Inline Translation Services

**Diseño:** Julie Barclay

Mayo 2020

## Contenido

### Parte 2: **Cómo desarrollar una visión para tener una buena vida en mi comunidad**

#### Tener opciones y control en mi vida

- **Habilidad: Lo que le importa y lo que es importante para.....** 2.3
- **Habilidad: Perfil de una página .....** 2.7

#### Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

- **Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión..** 2.11
- **Habilidad: LifeCourse Trajectory.....** 2.15

# Tener opciones y control en mi vida

CÓMO  
HACERLO

Habilidad: Lo que le importa a/lo que es importante para

Para que una persona tenga más opciones y control personal en la vida, es útil para ella pensar en qué tipo de vida desea tener.

Una manera de pensar en lo que mas importa es considerar lo que le importa a una persona y lo que es importante para una persona. Luego buscar un equilibrio entre los dos aspectos.

## Lo que le importa a

Lo que le importa a una persona incluye esas cosas en la vida que nos ayudan a estar satisfechos, contentos, consolados, realizados y felices. Descubra lo que le importa a una persona por la manera en que responde, sus palabras y su conducta a este tipo de preguntas.

- ¿Quiénes son las personas importantes en su vida? ¿Con qué frecuencia ve la persona a esta gente y qué hacen cuando se reúnen?
- ¿Qué le da un propósito y significado a la persona? ¿Qué le ayuda a sentirse realizada?
- ¿Cuáles con las rutinas y rituales de la persona?
- ¿Cuáles son las cosas favoritas, las posesiones más valiosas de las cuales la persona no desearía prescindir?
- ¿Cuáles son los sitios favoritos de esta persona? ¿Cosas qué hacer?
- ¿Qué le ayuda a una persona a tener estatus y control en su vida?
- ¿Cómo le gusta hacer las cosas en su vida? ¿Cuál es su ritmo de vida?

# Tener opciones y control en mi vida

## Habilidad: Lo que le importa a/lo que es importante para

### Importante para

Lo que es importante para la gente incluye aquellas cosas que necesitamos para estar sanos y seguros, y que se nos valore en nuestra comunidad.

Algunas maneras de pensar en lo que es importante para una persona son explorar las respuestas a estos tipos de preguntas:

¿Qué necesita la persona tener, saber o hacer para...

- prevenir enfermedades?
- tratar una enfermedad o condición médica?
- estar segura en la comunidad?
- promover su bienestar físico y emocional?
- no sentir miedo?

¿Qué es lo que otros individuos ven como necesario para ayudar a que se valore a la persona y se la considere como miembro activo de la comunidad?

### Cómo encontrar un equilibrio

Reconocer lo que le importa a una persona y lo que es importante para ella, y el equilibrio entre estos dos aspectos es un concepto esencial de las prácticas centradas en la persona. Apoyar a alguien bien depende de una fundación firme comprendiendo lo que le importa a la persona y lo que es importante para ella.

Los proveedores de servicios hacen muy buen trabajo prestando atención a lo que es importante para que la gente esté sana y segura. Es posible que algunos proveedores no sepan cómo recopilar y responder a información acerca de lo que le importa a una persona. Las personas con discapacidades podrían estar sanas y seguras, pero también podrían sentirse infelices. Esa no es una manera excelente de vivir.

Se espera que los servicios a domicilio y comunitarios hagan más que ayudar a la gente a estar sana y segura. Se espera que ayuden a las personas a vivir de una manera que refleje lo que les importa a ellas y también a estar a la vez sanas y seguras según lo que es importante para ellas. Eso es lo que significa encontrar un equilibrio.

# Tener opciones y control en mi vida

## COMPARTIR HISTORIAS

Habilidad: Lo que le importa a/lo que es importante para

### Maria

Maria es una persona de buen carácter. Le gusta estar al aire libre y es muy sociable. Durante mucho tiempo a Maria no le gustó ir a sus reuniones de planificación y revisión. Parece que solo querían hablar de su peso, cómo no había alcanzado sus metas de pérdida de peso, seguido su dieta y no estaba usando la caminadora para hacer ejercicio. Su equipo de apoyo también estaba frustrado por su fracaso en ayudar a Maria a controlar su peso y mantener su diabetes controlada.

Un nuevo planificador se incorporó al equipo de Maria quien realmente la escuchó. El planificador le preguntó a Maria si esos eran temas sobre los que ella desearía hablar durante sus reuniones con el equipo de planificación. Maria dijo, “¡Definitivamente no!”

Así que el planificador encontró una manera de recopilar la información sobre la salud necesaria fuera de las reuniones del equipo de planificación y, en su lugar, le pidió a Maria que tomara las riendas de lo que se hablaba. Las conversaciones

empezaron a concentrarse en lo que le importaba a Maria y las cosas que ella realmente disfrutaba. Con este cambio en el enfoque, el equipo supo muy rápido que a Maria realmente le encantan los perros. Maria no podía tener perros en donde vivía, pero a ella le encantaba cualquier oportunidad de jugar con los perros de otras personas en el parque o en cualquier lugar. Con el fin de ayudarle a Maria a tener la oportunidad de estar cerca de perros, el equipo encontró un refugio de perros local que necesitaba voluntarios.

Maria se convirtió en paseadora de perros voluntaria. Le encantó sacar a pasear a los perros, aunque seguía sin querer caminar para hacer ejercicio. Maria se concentró tanto en su nuevo trabajo como voluntaria que se enfocó menos en la comida y los bocadillos. Perdió peso y tanto su salud como su perspectiva de la vida mejoraron en general. Maria se convirtió en una valiosa colaboradora en el refugio de perros. Y ahora Maria espera con interés sus reuniones de planificación y revisión. El personal de apoyo de Maria ha aprendido a ver activamente la oportunidad para conectar lo que es importante para las otras personas que apoya con lo que ha aprendido acerca de lo que les importa a ellas.

#### ¿Qué le importa A Maria?

- Pasar tiempo con perros.
- Ayudar.
- Ser reconocida por su esfuerzo como voluntaria.

#### ¿Qué es importante PARA Maria?

- Mantener un peso sano.
- Hacer ejercicio regular que le gusta.
- Tener una dieta sana.

#### ¿Qué más necesita usted aprender / saber?

- ¿Cómo podemos incrementar las oportunidades para que Maria trabaje con perros?
- ¿Existe una oportunidad de obtener trabajo remunerado (como paseadora de perros)?
- ¿Hay una oportunidad de establecer amistades?

## Tener opciones y control en mi vida

Habilidad: Lo que le importa a/lo que es importante para

¿Qué me importa A mi?

¿Qué es importante PARA mi?

¿Qué más necesita usted aprender / saber?

# Tener opciones y control en mi vida

CÓMO  
HACERLO

## Habilidad: Perfiles de una página

### Qué hace

¿Qué es un perfil de una página? Es un punto inicial para resumir lo que sabemos que le importa a una persona (lo que le importa a ella) y cómo podemos ayudarla bien (incluyendo lo que es importante para ella). Los expertos en el contenido del perfil de una página es la persona misma y la gente que le quiere y se interesa más en ella. El perfil de una página también incluye lo que otras personas aprecian en ese individuo.

### Cómo ayuda

¿Por qué tenemos perfiles de una página? Para que sepamos qué es importante para cada uno de nosotros y de qué manera podemos apoyarnos mutuamente. Todos tenemos dones y cualidades, además de cosas que nos importan, y todos requerimos el apoyo que es particular nuestro. Los perfiles de una página nos ayudan a compartir esta información con otras personas, nuestra familia, amigos, personas que nos apoyan directamente, administradores y colegas de manera que podemos llegar a conocernos mutuamente mejor y apoyarnos bien.

### Qué son y no son las secciones del perfil de una página

#### Las cosas que a la gente le gustan de mí y admira son...



##### Lo que no es esta sección

Una lista de logros o premios; más bien es un resumen de sus características positivas.



##### Lo que es esta sección

¿Cuáles son las cosas buenas de usted? ¿Cuáles son los aspectos que otras personas valoran en usted? ¿Cuáles son las aportaciones positivas que usted hace?

#### Lo que me importa...



##### Lo que no es esta sección

Simplemente una lista de cosas que le gustan; más bien es un resumen de lo que realmente le importa a usted.



##### Lo que es esta sección

Un resumen de lo que le importa a usted. Esto le dice a la gente qué le importa a usted. Cuáles son sus pasatiempos, intereses y cosas que le apasionan. Quién es importante para usted y qué hace que un día sea 'bueno' para usted.

#### Cómo mejor apoyarme...



##### Lo que no es esta sección

Una lista de sugerencias muy generales; más bien es la información específica que sería útil para que otras personas sepan cómo asegurarse que usted sienta que tiene apoyo.



##### Lo que es esta sección

La información específica que sería útil para que otras personas sepan y hagan si es que van a apoyarle de la mejor manera posible.

# Tener opciones y control en mi vida

## Habilidad: Perfiles de una página

### Michael

Lo que la gente aprecia en mí

- Soy bueno para abogar por mí mismo
- Trabajo duro, nunca me doy por vencido.
- Tengo un gran sentido del humor
- Soy amigable, bondadoso, extrovertido
- Tengo excelente memoria para los detalles
- Tengo conocimientos
- Tengo amistades duraderas



#### Qué me importa a mí

- Bill, mi hermano gemelo que vive en el Condado de Orange. Hablamos por teléfono varias veces a la semana alrededor de las 3:00 p.m.
- Diane y Jennifer, las ve de vez en cuando, no regularmente.
- Leslie, que trabajó conmigo como un año, le mando textos periódicamente.
- Hablar cada tercer semana con Mary Beth o Raquel para preparar la agenda para el BDC.
- Decidir qué hacer cada día. A veces me gusta caminar a la tienda de abarrotes o a la de donas cerca de donde vivo. Compró algunos dulces, especialmente Hershey's sin almendras y tacitas de crema de cacahuete Reese's.
- Me gusta cenar a las 3:00 p.m., antes de que se vaya mi personal. Algunas de mis comidas favoritas son los waffles Eggo, los burritos y el guacamole o una tortilla sin nada más que guacamole y salsa picante.
- Me encanta ver deportes en la televisión. Mis equipos favoritos son los Golden State Warriors, los San Francisco Giants, los San Francisco 49ers y los San Jose Sharks. Tengo un pase de la MLB para béisbol y un pase de la NBA con la guía de los partido de básquetbol locales y fuera de la ciudad. Me gusta el canal de partidos locales, no los de fuera de la localidad. Y uso Amazon Firestick para ver en streaming los juegos que deseo mirar.
- Trato de viajar para ver un juego cuando menos una vez al año.
- Es importante que la gente me permita terminar mis propias frases y que no me interrumpa. Está bien que la gente trate de entender lo que digo, especialmente en las reuniones... Quienes me conocen desde hace tiempo, como la gente en el centro regional o Manuel, entienden lo que digo.
- No tengo una hora fija para irme a la cama; me voy a dormir cuando quiero. Le avisaré cuando desee ayuda.

#### Cómo apoyarme bien

- Sea paciente con mi discapacidad del habla y escúcheme. Cuando le pida que haga algo, hágalo. Repita lo que dije para verificar que entiende. No hable por encima de mí. Yo estoy a cargo.
- Si no me conoce y no sabe qué estoy diciendo, sea paciente y trate de entenderme. Permítame deletrearlo. Si uso el alfabeto, a veces la gente entiende, como las personas en el centro regional.
- Póngame el teléfono lo más cerca posible de mi lado izquierdo. Si está trabajando conmigo en una reunión o cuando me ayude con las comidas, es mejor que se sienta a mi lado izquierdo; avísame cuando esté detrás de mí para que yo no me asuste; cuando esté tomando algo, dígame si esta exactamente atrás de mí, de lo contrario le podría tirar las bebidas de las manos.
- Mantenga la televisión sintonizada en el canal preferido todo el tiempo, especialmente si estoy esperando que haya un juego o partido. Me pongo nervioso si no la tengo en el canal apropiado.
- Empaque en las noches las cosas que reúno para el día siguiente. Por favor no espere para hacerlo hasta el último minuto. Asegúrese de que mi celular está cargado y empacado junto con el protector solar, el agua y cualquier otra cosa que pudiese necesitar durante el día.
- Aprenda cómo programar mi dispositivo para comunicarme y opere mi dispositivo de streaming (Amazon Firestick).
- No vea mi televisión en la sala cuando no esté yo allí.
- El mejor momento para que haga sus propias llamadas telefónicas o revise su teléfono/correo electrónico es mientras yo estoy hablando por teléfono con otras personas. Si usa su teléfono, asegúrese de interactuar conmigo y no ignorarme. Es posible que necesite su ayuda.
- Cuando me enojo, levanto las manos y me puedo ser malo. Me calmaré yo mismo. Me ayuda mucho cuando llamo a mi consejero. Deme mi teléfono y luego espacio. Lo que también realmente ayuda es tener una copa de vino o una cerveza. La pediré si la quiero.
- Es mejor si se presenta para su turno de noche a las 11:00 p.m., la cual es su hora de entrada. Preferiría que no se presentara dos horas antes de su turno y esperara a que empezara su turno sentado en mi sofá.

# Tener opciones y control en mi vida

CÓMO  
HACERLO

## Habilidad: Perfiles de una página

### Cómo usarlo

### Cómo empezar a desarrollar perfiles de una página

Para desarrollar un perfil de una página, tenga una conversación para descubrir lo que le importa a la persona. Casi cualquier tema de conversación puede ayudar a descubrir información acerca de lo que le importa a una persona y cómo desea que se le apoye. Estas preguntas son un buen sitio en donde empezar.

### Qué me importa a mí...

1. ¿Quiénes son las personas más importantes en su vida?  
¿Con qué frecuencia las ve y qué les gusta hacer juntos?
2. ¿Qué haría que tuviera un buen día en el trabajo o en casa? ¿Qué haría que tuviera un mal día en el trabajo o en casa? – mencione tres cosas para cada uno de ellas.
3. ¿Qué hace usualmente todos los días o todas las semanas que extrañaría si no lo hiciera?
4. ¿Que le hace estresarse, sentirse infeliz o alterarse?  
¿Cómo lo sabrían otras personas y qué pueden hacer para ayudar?

5. ¿Cuáles son algunas de las cosas de las que no puede prescindir, las posesiones que valora o atesora?
6. ¿Cuáles son las creencias, valores o tradiciones que reflejan su cultura e identifican lo que a usted le gustaría que otras personas entendieran?

Escriba respuestas breves a estas preguntas en la sección titulada “Lo que me importa a mí...”

### Cómo apoyarme bien...

Para cada una de las preguntas anteriores, pregunte: “¿Qué necesitan saber o hacer otras personas para asegurarse que las cosas que usted recién dijo están presentes en su vida diaria en el trabajo, en la casa y en su comunidad?” Anote las respuestas en el perfil de una página bajo el título “Cómo apoyarme bien”.

### Las cosas que a la gente le gustan de mí y admira son...

7. ¿Cómo se describiría o presentaría a usted mismo?  
¿Cuáles son las habilidades, talentos, las cosas en que es bueno o por las que desea que se le conozca?  
Invite a amigos y familiares para ayudarle a responder a la siguiente pregunta. Si no están presentes, llámelos o mándeles textos y pídale que contesten la pregunta. Será bueno escuchar lo que la gente diga.
8. ¿Qué dirían su familia o sus amigos que les gusta o admiran de usted?

Agregue las respuestas a la sección del perfil de una página titulado “Las cosas que a la gente le gustan de mí y admiran son...”

Con esto se creará un perfil de una página inicial que puede cambiar con el paso del tiempo a medida que cambien las prioridades o cuando se use con otros fines.

# Tener opciones y control en mi vida

## Habilidad: Perfiles de una página

Diagrama de un perfil de una página con los siguientes campos:

- Mi nombre
- Mi foto
- Las cosas que a la gente le gustan de mí y admira son...
- Qué me importa a mí
- Cómo apoyarme bien

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

CÓMO  
HACERLO

Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión

## Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

Todo el mundo desea tener una buena vida. Todo el mundo la define de su propia manera. La gente define lo que es su buena vida basándose en las cosas que le importa a ella y lo que es importante para ella.

### Qué hace

Las hojas de ejercicios en las siguientes páginas, se llaman “Herramienta para desarrollar una visión” y pueden ser útiles para desarrollar una visión del futuro. Pueden ayudar a los proveedores de servicios a pensar en la manera de apoyar a una persona para que se acerque más al tipo de vida que SÍ quiere y evitar moverse hacia la vida que NO quiere.

### Cómo ayuda

Este recurso se puede compartir con la persona que recibe apoyo, los familiares y la gente que quiere y se preocupa por la persona, para que refleje y contribuya a una visión del futuro. Su propósito no es facilitar una conversación sino incluir un conjunto de preguntas en las que pensar.

### Cómo usarlo

Para desarrollar una visión del futuro para usted mismo o ayudar a una persona a que piense o escriba sobre cuál es su visión de su futuro:

- Tómese el tiempo para explorar cuidadosamente lo que le importa a la persona y a sus seres queridos.
- Tómese el tiempo para descubrir diferentes ideas y considerar cuál visión del futuro funcionará mejor para las circunstancias actuales.
- Use una o más de las diferentes parte de la vida (llamadas “dominios”) para empezar con su visión.

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

## Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión

### TRAZADO del LifeCourse



#### Herramienta para desarrollar una visión - Individual

Desarrollar una visión y empezar a planificar para el futuro en cada uno de los dominios en la vida ayuda a trazar una trayectoria para una vida completa, inclusiva y de calidad en la comunidad. El propósito de esta herramienta es ayudar a las personas con discapacidades de todas las edades a pensar acerca de una visión específica en cada uno de los dominios en la vida de cómo desean vivir su vida adulta y priorizar en qué quieren trabajar ahora mismo que ayudará a avanzar hacia la visión de la vida.

DOMINIO EN LA VIDA		Mi visión de mi futuro	Prioridad	Situación actual/cosas en qué trabajar
 <b>Empleo en la vida diaria</b>	¿Qué pienso que haré/deseo hacer durante el día en mi vida adulta? ¿Qué tipo de empleo/carrera me podría gustar?			
 <b>Residencia en la comunidad</b>	¿En dónde me gustaría vivir en mi vida adulta? ¿Viviré solo o acompañado?			
 <b>Social y espiritualidad</b>	¿Cómo conectaré con actividades espirituales y recreativas, y tendré amistades y relaciones en mi vida adulta?			
 <b>Vida sana</b>	¿Cómo llevaré un estilo de vida sano y controlaré los apoyos de atención médica en mi vida adulta?			
 <b>Protección y seguridad</b>	¿Cómo me mantendré protegido de daños económicos, emocionales, físicos o sexuales en mi vida adulta?			
 <b>Ciudadanía y defensa</b>	¿Qué tipo de papeles y responsabilidades valiosas tengo/tendré y cómo controlo/controlaré la manera en que vivo mi propia vida?			
 <b>Apoyos para la familia</b>	¿Cómo deseo que mi familia siga siendo parte de mi vida adulta y participando en ella?			
 <b>Apoyo y servicios</b>	¿Qué apoyo necesitare para vivir lo más independientemente posible en mi vida adulta, y de dónde propondrá mi apoyo?			

Desarrollado por el UMKC Institute for Human Development, UCEDD, Encontrará herramientas y materiales adicionales en el sitio [lifecoursetools.com](http://lifecoursetools.com)  
Mayo 2016

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

## Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión

### TRAZADO del LifeCourse



#### Herramienta para desarrollar una visión - Familia

Desarrollar una visión y empezar a planificar para el futuro en cada uno de los dominios en la vida ayuda a trazar una trayectoria para una vida completa, inclusiva y de calidad en la comunidad. El propósito de esta herramienta es ayudar a las familias de todas las edades (las que tengan un niño muy pequeño, un adulto o una persona entre esas edades) a que empiecen a pensar sobre una visión de la manera en que su familiar vivirá su vida como adulto.

DOMINIO EN LA VIDA		Mi visión para el futuro de mi familiar	Prioridad	Situación actual/cosas en qué trabajar
 <b>Empleo en la vida diaria</b>	¿Qué pienso que mi familiar hará durante el día en su vida adulta?			
 <b>Residencia en la comunidad</b>	¿En dónde y con quién pienso que mi familiar vivirá en su vida adulta?			
 <b>Social y espiritualidad</b>	¿Cómo conectará con actividades espirituales y recreativas, y tendrá amistades y relaciones en su vida adulta?			
 <b>Vida sana</b>	¿Cómo llevará un estilo de vida sano y controlará los apoyos de atención médica en su vida adulta?			
 <b>Protección y seguridad</b>	¿Cómo me aseguraré de su protección de daños económicos, emocionales, físicos o sexuales en su vida adulta?			
 <b>Ciudadanía y defensa</b>	¿Cómo puedo asegurarme que tiene papeles y responsabilidades, valiosas y que controla la manera en que vive su propia vida como adulto?			
 <b>Apoyos para la familia</b>	¿Qué necesitará mi familia para apoyarlo a llevar una vida de calidad como adulto?			
 <b>Apoyo y servicios</b>	¿Cómo se le apoyará en su vida adulta para llevar el tipo de vida que desea de la manera más independiente posible?			

Desarrollado por el UMKC Institute for Human Development, UCEDD, Encontrará herramientas y materiales adicionales en el sitio [lifecoursetools.com](http://lifecoursetools.com)  
Mayo 2016

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

## Habilidad: Herramienta para desarrollar una visión

### TRAZADO del LifeCourse



#### Herramienta para desarrollar una visión - Proveedor de Servicios

Desarrollar una visión y empezar a planificar para el futuro en cada uno de los dominios en la vida ayuda a trazar una trayectoria para una vida completa, inclusiva y de calidad en la comunidad. El propósito de esta herramienta es ayudar a los proveedores de servicios HCBS a empezar a pensar en la manera en que pueden apoyar la visión de cada persona para vivir su vida como adultos.

DOMINIO EN LA VIDA		Cómo podemos apoyar el futuro de _____	Prioridad	Situación actual/cosas en qué trabajar
 <b>Empleo en la vida diaria</b>	¿Qué desea hacer esta persona durante el día en su vida adulta? ¿De qué manera podemos ayudar para que eso ocurra?			
 <b>Residencia en la comunidad</b>	¿Dónde y con quién desea vivir esta persona en su vida adulta?			
 <b>Social y espiritualidad</b>	¿De qué manera desea conectar esta persona con actividades espirituales y recreativas, y tener amistades y relaciones?			
 <b>Vida sana</b>	¿Cuál es nuestro papel al apoyar a la persona para que lleve un estilo de vida sano y controle el apoyo de atención médica?			
 <b>Protección y seguridad</b>	¿Cómo apoyaremos a esta persona para protegerla de daños económicos, emocionales, físicos o sexuales?			
 <b>Ciudadanía y defensa</b>	¿Cómo puedo asegurarme que tiene papeles y responsabilidades, valiosas y que controla la manera en que vive su propia vida como adulto?			
 <b>Apoyos para la familia</b>	¿Qué necesitará nuestro personal para apoyarlo a llevar una vida de calidad como adulto?			
 <b>Apoyo y servicios</b>	¿Cómo apoyaremos a nuestro equipo para ayudarlo a la persona a llevar el tipo de vida que desea de la manera más independiente posible?			

Desarrollado por el UMKC Institute for Human Development, UCEDD, Encontrará herramientas y materiales adicionales en el sitio [lifecoursetools.com](http://lifecoursetools.com)  
Mayo 2016

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

CÓMO  
HACERLO

## Habilidad: LifeCourse Trajectory

### Qué hace

Una trayectoria es un recorrido. La LifeCourse Trajectory ayuda a las personas y las familias a pensar acerca del futuro. Primero piense en el futuro de lo que SÍ quiere la persona con discapacidades. Enseguida, piense en el futuro de lo que NO quiere la persona. Luego use el espacio alrededor de las flechas para anotar las acciones y experiencias que ayudarán a avanzar a alcanzar esa visión para tener una buena vida. También puede ayudar anotar las acciones y experiencias que podrían mantener a la persona en una trayectoria para la vida que no quiere tener, así que se pueda evitar esos aspectos cuando sea posible.

### Cómo ayuda

Una visión para tener una buena vida puede ser para en un futuro lejano. Algunas personas quizá opten por pensar en dónde desean vivir en tres años. ¿O qué tipo de trabajo en el futuro les haría sentirse felices y realizadas?

Una visión para tener una buena vida también puede ser para en un futuro mucho más próximo. En la “Trayectoria de Derek para las próximas semanas”, Derek habló con su madre acerca de desarrollar una visión para tener una buena vida en las próximas semanas que le ayudara a sentirse feliz, seguro y conectado con amigos y familiares mientras tuviera que quedarse en casa durante la pandemia del coronavirus. Hubo muchos cambios repentinos en su rutina y Derek descubrió que tener una visión y un plan le ayudó a superar un momento estresante.

### Cómo usarlo

Vea el ejemplo de Derek en la siguiente página. Use la hoja de ejercicios en blanco para desarrollar su visión para tener una buena vida.

1. Para empezar, vea la hoja de ejercicios de la trayectoria en blanco que sigue el ejemplo de Derek.
2. Seleccione una o más áreas de su vida para las que desea planificar y anótelas en el lado izquierdo de la hoja de ejercicios. Puede escoger áreas de su hoja de ejercicios “Herramienta para desarrollar una visión” completada.

También podría escoger diferentes áreas dependiendo de lo que le importa a usted.

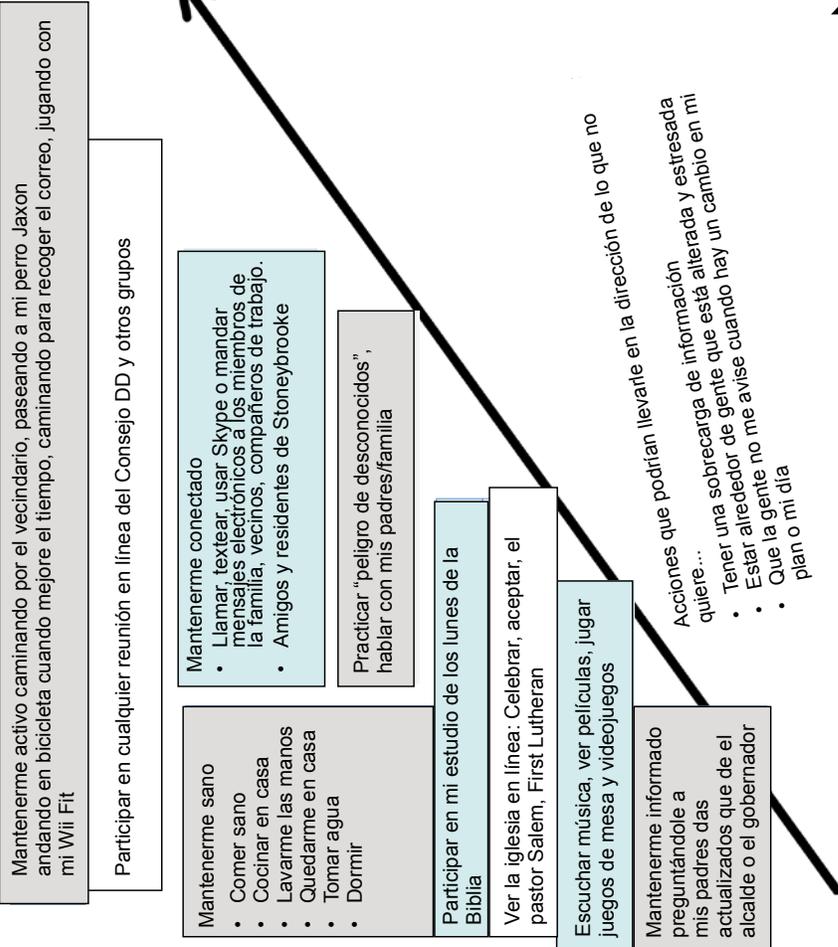
3. Anote enseguida lo que sí quiere y lo que no quiere en esa parte de su vida en el lado derecho de la hoja de ejercicios de la trayectoria.
4. Comparta su visión para el futuro con su equipo de planificación. Ellos le pueden ayudar a desarrollar un plan de acción para avanzar en la dirección de su visión.
5. La “Herramienta para desarrollar una visión” y LifeCourse Trajectory funcionan realmente bien con todas las habilidades para las ideas centradas en la persona. Estos son algunos de sus beneficios:
  - Agregan un entendimiento de lo que le importa a la persona y lo que es importante para ella.
  - Ofrecen perspectivas acerca de quién sería una buena combinación con una persona.
  - Pueden ofrecer información sobre los dones y habilidades de una persona.
  - Dan ideas para oportunidades potenciales o diferentes para establecer conexiones significativas en la comunidad.
  - Pueden ayudar a la persona y el equipo de planificación a pensar creativamente acerca de los resultados y apoyos necesarios para que la persona lleve una vida con sentido.

# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

## Habilidad: LifeCourse Trajectory

### Trayectoria de Derek para las próximas semanas

#### ¿Qué acciones y experiencias le ayudarán a Derek en las próximas semanas?



# Mi visión para tener una buena vida en mi comunidad

## Habilidad: LifeCourse Trajectory

**Hoja de ejercicios de la Life Trajectory**

Visión para tener una buena vida

Lo que no quiero

OCTOBER 2016

My LifeCourse Portfolio is a template of the UNICEF, HD, UCEED. More materials at: [lifecourseportfolio.com](http://lifecourseportfolio.com)

**Cosas que  
quiero  
recordar**

**Cosas que  
quiero  
recordar**



# Cómo vivir bien en mi comunidad

## Parte 3:

# Características de la calidad en los servicios a domicilio y comunitarios



## Manera de usar **Cómo vivir bien en mi comunidad**

Siéntase con la confianza de descargar esta guía para usarla y compartirla con otras personas. **Cómo vivir bien en mi comunidad** fue creada para ayudar a la persona con discapacidades y a los proveedores de servicios a entender mejor los derechos y papeles para vivir bien en la comunidad. En la Parte 1 se explica qué es la Regla de Servicios a Domicilio y Comunitarios y de qué manera puede ayudar a la persona con discapacidades a vivir en la comunidad igual que otras personas sin discapacidades.

En la Parte 2 se pueden usar recursos de Charting the LifeCourse con el fin de desarrollar una visión para tener una buena vida en la comunidad. En la Parte 3 se describe cada una de las características de los servicios a domicilio y comunitarios, con algunas preguntas de reflexión para evaluar el avance y las áreas potenciales para el desarrollo continuado. Se presentan ejemplos de algunos enfoques centrados en la persona para ayudar a la persona con discapacidades y a los proveedores a moverse en la dirección de la visión de una persona para tener una buena vida. Los enfoques centrados en la persona que se describen en **Cómo vivir bien en mi comunidad** también serán útiles para que los proveedores satisfagan los requisitos de los entornos basados en el hogar y la comunidad. La Parte 4 contiene útiles consejos para colaborar con un equipo de planificación para apoyar una visión para tener una buena vida por medio de la planificación centrada en la persona, además de una variedad de recursos para obtener más información.

## Subsidio del Proyecto HCBS Peer Partners

El Departamento de Servicios del Desarrollo de California subsidia el cuaderno de trabajo. UCP WORK, Inc., es la agencia líder que representa un proyecto regional que refleja el esfuerzo de múltiples proveedores para apoyar a personas y familias en el área de captación del Tri-Counties Regional Center, entre los que se incluye a UCP-LA y Villa.

Esperanza en el Condado de Ventura, UCP WORK, Inc., CPES/Novelles y Devereux en los Condados de Santa Barbara y San Luis Obispo. Un subcomité especial del Comité Asesor de Proveedores del TCRC, integrado por proveedores de servicios, personal del centro regional y representantes del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD), implementó una encuesta de los proveedores de servicios regionales. Al revisarse los resultados, la encuesta reveló una disparidad en la entrega de información HCBS y recursos de ideas centradas en la persona a los proveedores en áreas periféricas que operan una empresa pequeña que sirve a personas y familias.

El impulso de los esfuerzos del proyecto subsidiado se encuentra en ayudar a los proveedores a entender cómo cumplir con las nuevas normas comunitarias de la Exención HCBS. El principal objetivo de las normas y de este proyecto subsidiado es apoyar a la persona con discapacidades del desarrollo a tener una vida mejor, no solo mejor papel. Nos esforzamos en darle a la gente que apoyamos más control de sus servicios, para que reciba lo que es importante para ella: servicios que apoyen su propia visión del futuro y lo que es importante para ser miembros sanos, seguros y valiosos de su comunidad.

## Reconocimientos

Gracias al gran número de colaboradores que ayudaron a desarrollar esta guía

### Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Dave Mulvey, Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners /Diva Johnson, Tri-Counties Regional Center /Harry Bruell, PathPoint/Judy Linares, UCP Work Inc./Kathy Webb, UCP Work Inc./Mark O'Keefe, Tri-Counties Regional Center/Mary Beth Lepkowsky, Helen Sanderson Associates USA /Michele

Ferrall, CPES/Novelles/Nikisa Simmons UCP-LA/Tina Calderaro-Mendoza, Tri-Counties Regional Center

**Cómo vivir bien en mi comunidad** fue financiado por un subsidio del Departamento de Servicios del Desarrollo de California e incluye principios y conceptos desarrollados por The Learning Community for Person-Centered Practices y que se utilizan aquí con su autorización. <http://tlcpcp.com/>

Las historias y ejemplos son colaboraciones de Sue Goss, Diva Johnson, Rebecca Martinez, David Mulvey, Valerie Nix, Michael Kaszycki, Derek Smith y Mary Beth Lepkowsky. Otras personas concedieron su generoso permiso para compartir diversos recursos centrados en la persona.

Helen Sanderson Associates USA  
<https://helensandersonassociates.com>

John O'Brien y Beth Mount  
<http://www.inclusion.com/product/make-a-difference/>

Line Plourde-Kelly' Kapuskasing & District Association for Community Living (KDACL) <http://www.kdacl.com>  
Charting the LifeCourse <https://www.lifecoursetools.com>

**Editores:** Mary Beth Lepkowsky, Dave Mulvey, Eugene Baldwin

**Traducciones:** Inline Translation Services

**Diseño:** Julie Barclay

Mayo 2020

## Contenido

### Parte 3: Características de la calidad en los servicios a domicilio y comunitarios

Requisitos de calidad .....	3.3
Ser parte de la comunidad .....	3.3
· Habilidad: Dones y capacidades .....	3.4
· Habilidad: Cuadro de la comunidad .....	3.7
· Habilidad: Qué pasa aquí .....	3.10
· Habilidad: Presencia a contribución .....	3.13
Seleccionar en dónde y cómo vivir .....	3.16
· Habilidad: Perfil de toma de decisiones .....	3.17
· Habilidad: Acuerdo de toma de decisiones .....	3.20
Tener privacidad, dignidad y respeto .....	3.22
· Habilidad: Cuadro de comunicaciones .....	3.23
· Habilidad: Rutinas y rituales .....	3.26
· Habilidad: Registro de aprendizaje .....	3.29
Tener independencia .....	3.32
· Habilidad: Buen día/Mal día .....	3.33
· Habilidad: Semana perfecta .....	3.36
Seleccionar los servicios y quién me los presta .....	3.38
· Habilidad: Compatibilidad .....	3.39
· Habilidad: Clasificación Donut .....	3.43
Consideraciones adicionales para proveedores residenciales .....	3.46
· Habilidad: Preguntas 4 +1 .....	3.47
· Habilidad: Enfoque centrado en la persona a riesgo .....	3.51

# Ser parte de la comunidad

## Requisitos de calidad de los servicios HCBS

La Regla HCBS contiene cinco requisitos de calidad. Cada requisito se describe en tres secciones:

- En la primera sección se describe lo que significa el requisito.
- La segunda sección ayuda a pensar acerca de cuán bien se está cumpliendo con este requisito y qué se puede cambiar para hacerlo aún mejor.
- En la tercera sección se enumeran habilidades útiles para las ideas centradas en la persona que son útiles al aprender acerca de lo que le importa a usted y a otras personas, algunas de las cuales se enumerarán con ejemplos.

### Ser parte de la comunidad

#### Requisito de calidad N° 1: Ser parte de la comunidad

Esto significa que la persona con discapacidades tienen las mismas oportunidades de ser un miembro activo e incluido de su vecindario y comunidad que una persona sin discapacidades. La gente debe tener oportunidades para:

- encontrar empleo competitivo trabajando con personas sin discapacidades.
- participar en actividades locales.
- tener los servicios que se prestan en la comunidad exactamente igual que la persona sin discapacidades.

#### ¿Cómo de bien lo hace usted?

¿El proveedor apoya a la persona para que pase tiempo en sitios a donde van otras personas que viven en su comunidad? (ejemplos: tiendas, restaurantes, bancos, lugares de culto)    Sí    No

¿Apoya el proveedor a la persona para que haga lo que la persona desea en su comunidad? (ejemplos: ir al gimnasio, visitar la biblioteca, tomar una clase)    Sí    No

¿Reciben la persona servicios en los mismos lugares que la gente sin discapacidades?    Sí    No

¿Apoya el proveedor a la persona para que haga todo lo que la persona desea en la comunidad?    Sí    No

#### Si la respuesta es “no”, ¿qué cambios se podrían hacer para que la gente tenga más oportunidades de ser parte de la comunidad?

#### Herramientas y prácticas para las ideas centradas en la persona que pueden ayudar

##### Ejemplos destacados para lograr calidad en esta área

- Dones y capacidades “¿Quién soy”
- Cuadro de la comunidad
- Presencia a contribución
- Qué pasa aquí

##### Otras habilidades que pueden ser útiles para recopilar y documentar información

- Lo que le importa / lo que es importante para
- Compatibilidad
- Rutinas y rituales
- Buen día/Mal día
- Qué funciona/no funciona
- Perfil de toma de decisiones
- Acuerdo de toma de decisiones

# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Dones y capacidades: “¿Quién soy?”

CÓMO  
HACERLO

### Cómo funciona

Explora los dones, habilidades y capacidades, en lo que es buena la persona y las cualidades que tienen para contribuir.

### Cómo ayuda

Nos anima a pensar en situaciones en las que la persona puede hacer contribuciones para otra gente.

### Cómo usarlo

Invitar a la persona a hablar de un momento en que hizo algo que sí tuvo un impacto positivo para otra gente e hizo que la persona “se sintiera bien”.

Agregar a esto historias de otra gente que conoce bien a la persona, acerca de cuándo está en su mejor forma.

Considerar lo que esto nos dice de los dones, habilidades y contribuciones de la persona

**Los dones de la mano (y los pies y la voz)** son habilidades que puede contribuir una persona. Estos podrían incluir:

- bailar, cantar, actuar.
- mecanografiar, dibujar, arreglar formas y colores, decorar.
- usar una computadora.
- componer música, coser.
- trabajar duro, usar fuerza física.
- tener la habilidad de hacer señas, de hablar o entender otro idioma.

**Los dones de la cabeza** incluyen los conocimientos, preguntas, experiencia e información que una persona puede contribuir. Entre estos se incluyen:

- comprender a la gente, organizar y clasificar cosas.
- rutas de viaje, noticias deportivas, información de aficionados, chismes.
- historia local, cultura general.
- ideas creativas, matemáticas, resolución de rompecabezas.
- interés en la política, deseo de pensar y hablar de grandes dudas.

**Dones de la mano (y los pies y la voz)**

**Dones de la cabeza**

**Dones del corazón**

**Dones de la historia y la identidad**

**Los dones del corazón** son los intereses, entusiasmo, pasiones personales y las recompensas de la relación que una persona le brinda a otras, por ejemplo:

- acoger a la gente, tener paciencia, valor, impaciencia para pasar de las palabras a las acciones.
- sensibilidad hacia los demás, mucha energía, deseo de tener orden, habilidad de escuchar.
- pasión por la justicia, amor de la naturaleza, habilidad para alentar a la gente a ser sociable, dones espirituales.

**Los dones de la historia y la identidad** incluyen las experiencias, conocimientos, obligaciones, preocupaciones por responsabilidades, tipos de sentimiento de pertenecer que conlleva ser parte de una familia, religión, grupo nacional o étnico, ciudadanía o membresía en un club.

©2010. Inclusion Press. Todos los derechos reservados. Usado con la autorización de John O'Brien y Beth Mount. Make a difference: A guidebook for person-centered direct support. Inclusion Press: <https://inclusion.com/product/make-a-difference-bundle/>

## Tyler

El personal de apoyo de Tyler vio las cosas excelentes acerca de Tyler que podrían ser útiles para establecer conexiones y apoyo en su comunidad local. Se enteraron de que a Tyler le encanta estar con gente y ayudar.

Su religión y espiritualidad son muy importantes para él y le encanta compartir eso. Tyler es un muchacho muy hábil que conviene tener cerca; puede arreglar casi todo. A Tyler le gusta estar en movimiento, así que ¡hacer un plan y empezar a ejecutarlo!

### Manos y pies y voz

- Puede arreglar cualquier cosa.
- Usa una computadora.
- Mantenimiento de patios.
- Yoga.
- Servicio en la iglesia.
- Cocina.
- Apoyo en recaudación de fondos.

### Cabeza

- Puede averiguar cómo hacer cosas.
- Investigador.
- Reparación de dispositivos electrónicos y computadoras.
- Aprendizaje de Facebook.
- Conexiones.
- Capacitación de otras personas.

- Desea corresponder a la sociedad.
- Corazón amigo.
- Hospitalidad.
- Agradable y fácil de hablar con él.
- Gran sentido del humor.
- Siempre positivo y contento.

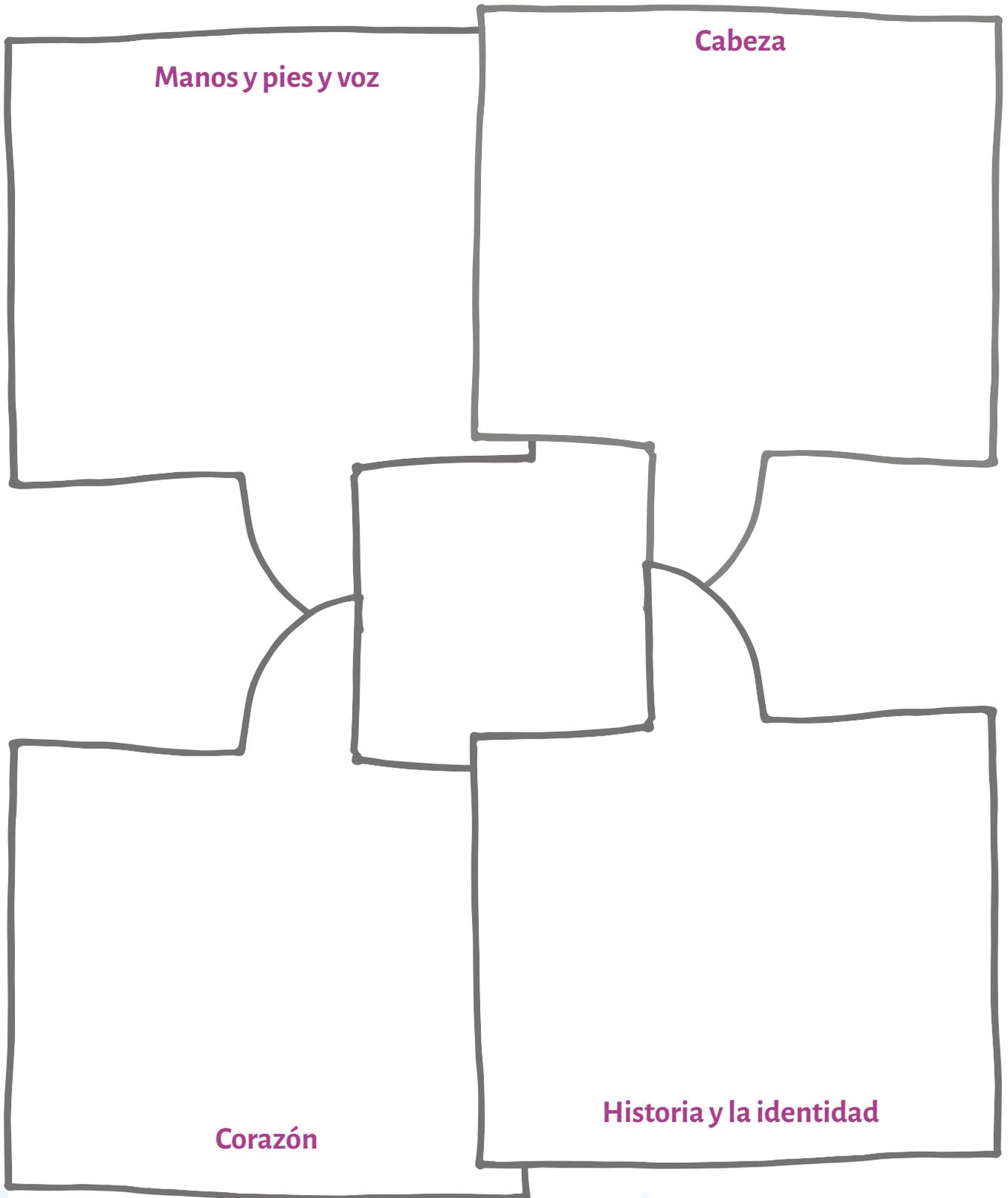
### Corazón

- Siempre quiere ayudar.
- Espiritualidad.
- Religión/estudio de las Escrituras.
- Epilepsia-comparte aprendizaje.

### Historia y la identidad

# Ser parte de la comunidad

Habilidad: Dones y capacidades: “¿Quién soy?”



# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Cuadro de la comunidad

### CÓMO HACERLO

### Cómo funciona

El cuadro de la comunidad ofrece una representación gráfica de lo que está pasando en la comunidad, los sitios y la gente. Es una manera de informarse sobre las asociaciones posibles en la comunidad.

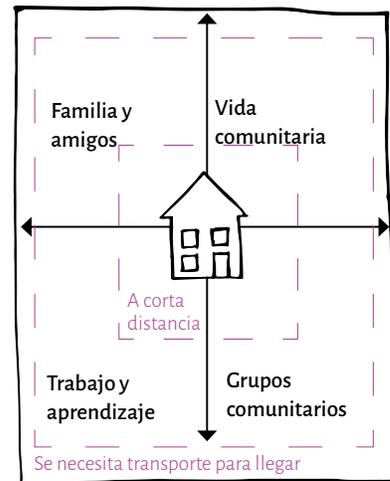
### Cómo ayuda

Ayuda a descubrir lo que es extraordinario de la comunidad y de los lugares de reunión comunes. Averigua qué hace la gente para divertirse, en dónde la gente se siente valorada y aceptada. Identifica las diversas organizaciones y redes en la comunidad local. Encuentra compatibilidad entre los intereses, dones y habilidades de la persona y lo que existe en la comunidad.

### Cómo usarlo

Invitar a la gente a desarrollar un mapa que incluya los lugares y personas significativas. Recopilar información hablando con otras personas, revisando los periódicos, boletines informativos e Internet. Pregunte: :

- ¿Qué sitios no requieren transporte?
- ¿Qué sitios sí requieren transporte?
- ¿Cuáles son las principales calles para ir de compras y a divertirse?
- ¿Cuáles son los lugares públicos (centros comunitarios) adónde va la gente?
- ¿Dónde está el centro de la comunidad?
- ¿Cuáles son los sitios favoritos para ir de compras?
- ¿Qué es extraordinario en su comunidad?
- ¿Cuáles son los sitios informales donde se reúne la gente?
- ¿Quiénes son la persona serviciales y en dónde se pueden encontrar?



**¿Nuevo en una comunidad? Consulte con la Cámara de Comercio, Welcome Wagon o Parques y Recreación. Encuentre una persona que sea un recurso local para que le ayude a desarrollar su mapa.**

El modelo que se muestra aquí muestra las oportunidades para establecer conexiones en la comunidad y las clasifica según requieran transporte o no.

Asimismo, el modelo le recomienda que vea diferentes aspectos de la vida en la comunidad:

- Familia y amigos.
- Vida comunitaria.
- Oportunidades de trabajo y aprendizaje y.
- Grupos comunitarios.

Su mapa se debe concentrar en lo que le importa a la persona que usted está apoyando, además de darle nuevas oportunidades para que pruebe.

Apoyar a la gente para que se convierta en miembros valiosos de su comunidad requiere que desarrollemos un entendimiento de dónde existen oportunidades en la comunidad local para establecer conexiones.

Hay muchas maneras de desarrollar mapas de la comunidad.

- Puede poner banderas en un mapa de papel.
- Use Google Maps o Google Earth para desarrollar superposiciones de mapas a la medida.
- Seleccione un estilo de mapas e inténtelo.

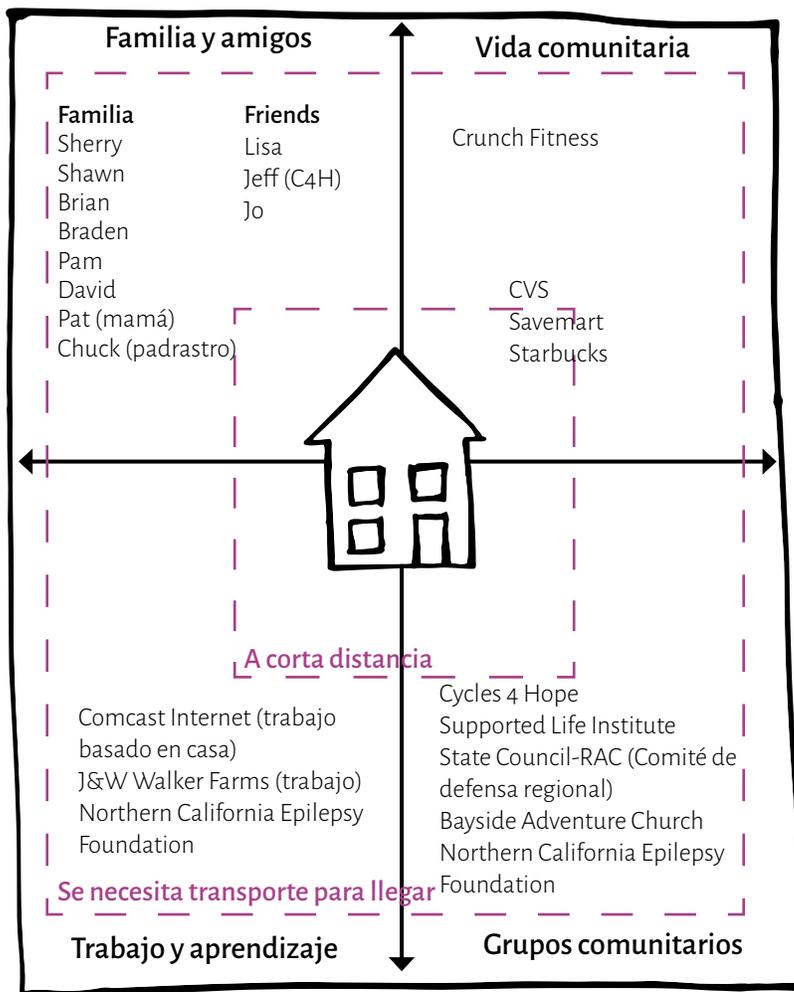
# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Cuadro de la comunidad

COMPARTIR  
HISTORIAS

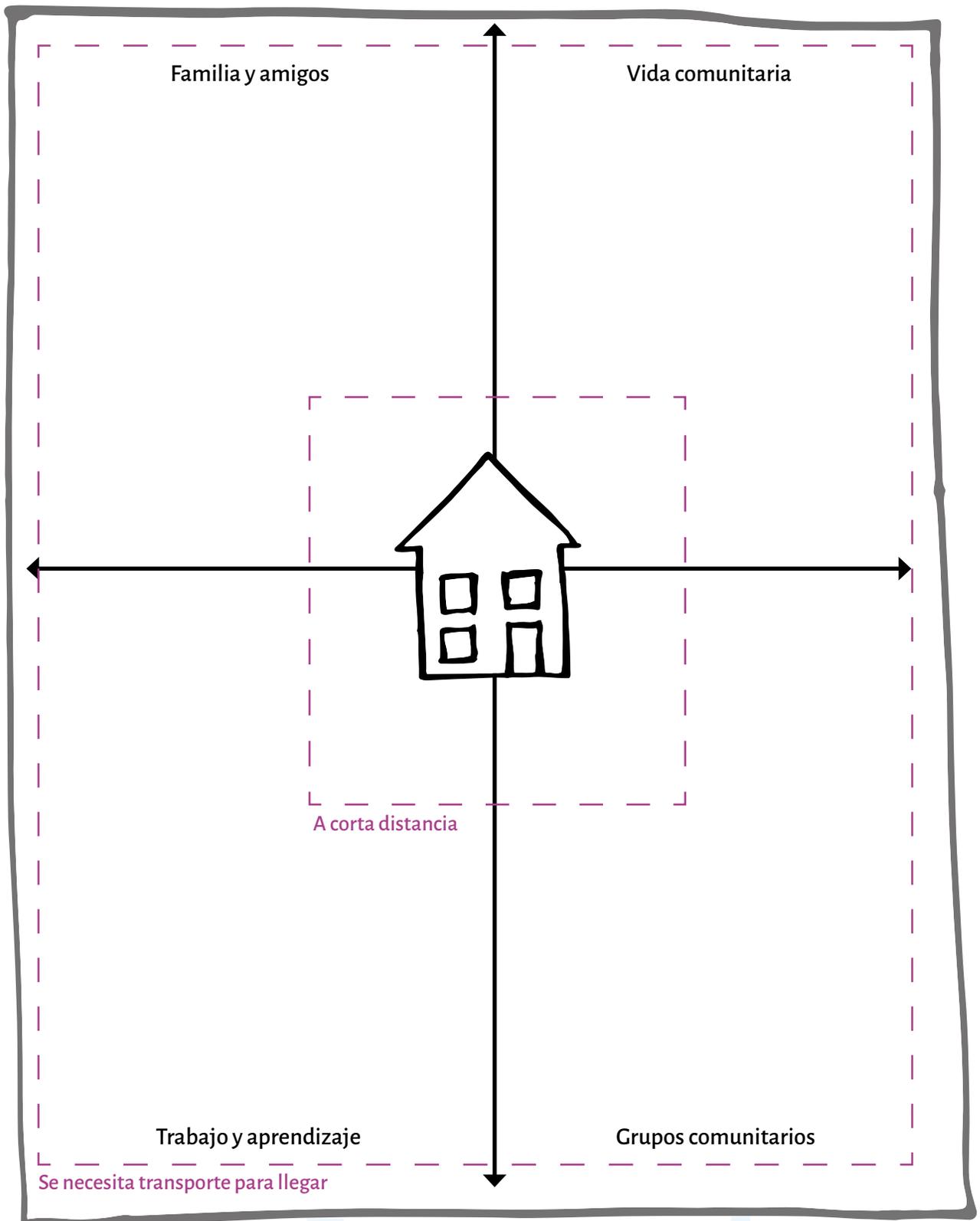
### Tyler

El personal de apoyo de Tyler trabajó para ayudarle a alcanzar lo que le importa a él al convertirse en un miembro valioso de su comunidad. El personal creó un mapa de su comunidad que capturaba a la gente y lugares importantes para él. En el mapa se identifican los lugares a donde él puede caminar y los que requieren transporte.



# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Cuadro de la comunidad



# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Qué pasa aquí

CÓMO  
HACERLO

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Cómo funciona

Nos ayuda a informarnos sobre las características, reglas sociales y papeles de un grupo.

### Cómo ayuda

Identifica cosas que hacer para ayudar a que la persona encaje. Ve qué ocurre en diferentes etapas de la interacción.

### Cómo usarlo

Considere una actividad que una persona desea intentar hacer. Prepare una lista de información que “se necesita saber”.

Haga preguntas que podrían incluir:

- ¿A qué hora llega la gente?
- ¿Cómo se viste?
- ¿Lleva algo consigo?
- ¿Hay algunas reglas no escritas?
- ¿Dónde se sienta la gente?
- ¿Tiene la gente un papel?
- ¿Hay alguna expectativa individual o colectiva?
- ¿Cómo se va la gente?

### Tyler

Una de las cosas que le importan a Tyler es usar sus dones para poder ayudar a otras personas. Tiene los conocimientos y la habilidad para reparar varias cosas. El personal ha identificado a Cycles 4 Hope como un sitio en su comunidad en donde quizá disfrute compartir sus habilidades. Tyler y su personal prepararon el siguiente análisis “Qué pasa aquí” para ayudar a asegurarse que Tyler tiene la información y apoyo que necesita para convertirse en un participante valioso.

# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Qué pasa aquí

<b>Qué pasa aquí</b> Cycles 4 Hope	
<b>¿A qué hora llega la gente?</b> 6:00-9:00 p.m. Miércoles y jueves. Tyler va el miércoles. Solo abre seis horas a la semana (miércoles y jueves, 6:00-9:00 p.m.)	
<b>¿Cómo se viste?</b> Use su camiseta de Cycles 4 Hope o su camiseta del grupo de voluntarios. Póngase un mandil, se ensuciará con grasa.	<b>¿Lleva algo consigo?</b> Llegue con una buena actitud y deseos de aprender y de ayudar.
<b>¿Hay algunas reglas no escritas?</b> Asegúrese de guardar todas las herramientas al final de su turno. Limpie donde haya trabajado. Cuando desmantele su bicicleta, es buena idea guardar todas las partes en caso de que puedan volver a usarse. Pídale ayuda a cualquier persona, somos un grupo amistoso.	<b>¿Dónde se sienta la gente?</b> Si hay movimiento, de todas maneras se pueden hacer arreglos para usted. Puede optar por trabajar afuera.
<b>¿Tiene la gente un papel?</b> Lleve su bicicleta al mecánico QA (Jeff, Ed). Coma un refrigerio si alguien trajo, las galletas parecen ser una de las cosas favoritas (¡puede traer algunas para compartir!).	<b>¿Hay alguna expectativa individual o colectiva?</b> El programa es gratis. Cycles 4 Hope trabaja con donativos (quizá desee donar una bicicleta o suministros).
<b>¿Cómo se va la gente?</b> Ayude a otros a terminar. Tyler y su personal se quedan y ayudan a limpiar el taller (barren, se aseguran de que están guardadas todas las herramientas).	<b>¿Cómo hacemos las presentaciones?</b> Esté pendiente por si alguien necesita ayuda, especialmente los voluntarios nuevos. Cuando termine con su bicicleta, algunas personas se van, otras trabajan con alguien más para ayudarlo a terminar.
<b>¿Qué conllevaría establecer conexiones dentro de este grupo?</b> Vea qué eventos va a haber para que tenga la información necesaria para participar. Cuando se vaya haga una broma y despídase: "¡Nos vemos la semana que entra!"	<b>¿Cómo es el buen apoyo para la persona que le está ayudando?</b> Si Tyler tiene una convulsión, asegúrese de que no se lastime, dele unos minutos y él volverá a su tarea.
<b>¿Cómo es el "apoyo excesivo"?</b> Cuando esté apoyando a Tyler en Cycles 4 Hope, dele su espacio, no se la pase siguiéndolo. No esté encima de Tyler. Él no desea que se le estigmaticen.	<b>¿Qué recursos o equipo se necesitan?</b> Puede traer sus propias herramientas para bicicleta, o pedirles prestadas las de ellos.

# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Qué pasa aquí

Qué pasa aquí	
¿A qué hora llega la gente?	
¿Cómo se viste?	¿Lleva algo consigo?
¿Hay algunas reglas no escritas?	¿Dónde se sienta la gente?
¿Tiene la gente un papel?	¿Hay alguna expectativa individual o colectiva?
¿Cómo se va la gente?	¿Cómo hacemos las presentaciones?
¿Qué conllevaría establecer conexiones dentro de este grupo?	¿Cómo es el buen apoyo para la persona que le está ayudando?
¿Cómo es el “apoyo excesivo”?	¿Qué recursos o equipo se necesitan?

#### Cómo funciona

Ésta es una manera de tener una conversación con alguien que su equipo apoya para encontrar maneras de habilitar a la persona para que sea parte de su comunidad.

Le permite a usted documentar en qué está interesada la persona (o copiar de su perfil de una página), qué significa estar presente para una actividad y que podría hacer para contribuir a la misma de una manera más completa.

#### Cómo ayuda

Ofrece una estructura para pensar en lo que la persona hace todos los días, de manera que podemos ver oportunidades para que esta establezca nuevas conexiones, conozca gente nueva y contribuya a la comunidad.

#### Cómo usarlo

Identificar las actividades en las que ya esté participando la persona o en las que desee estar. Decidir en qué parte de la imagen 'de presencia a contribución' se encuentra esta ubicada actualmente. Luego colaboren para mover la actividad del presente a la presencia, de la participación activa a la conexión, de la conexión a la contribución

#### Preguntas que formular

- ¿Qué actividades se pueden considerar como vehículos para desarrollar relaciones?
- ¿Qué podríamos ver que pase si la persona realmente conecta?
- ¿Qué podríamos ver que pase si la persona está haciendo una contribución e invirtiendo en la comunidad?

# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Presencia a contribución

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Tamara

Nuestros mapas de la comunidad identificaron una iglesia como un sitio en la comunidad en donde Tamara tenía algunas conexiones. Durante mucho tiempo Tamara llegó tarde a la iglesia y a menudo se iba antes de que terminara el servicio. A medida que se sintió cada vez más cómoda en la iglesia, el personal de apoyo decidió usar la herramienta “Presencia a contribución” con el fin de buscar maneras para que Tamara se convirtiera en un miembro valioso de la comunidad de su iglesia. Su equipo ha hecho una labor excelente concentrándose en la manera de pasar de presencia a contribución en la iglesia. Este esfuerzo ha brindado experiencias fabulosas para Tamara, su personal de apoyo y la comunidad de su iglesia.

#### Actividad

##### Ir a la iglesia

#### Estar presente

- Ir a la iglesia
- Presentarse

#### Tener presencia

- Saludar de mano
- Cantar himnos
- Tomar el sacramento

#### Participar activamente

- Truco o trato
- Asistir a actividades que hay en otros días
- Visitas de enseñanza
- Izar la bandera el 4 de Julio
- Proyectos de servicio

#### Conectar

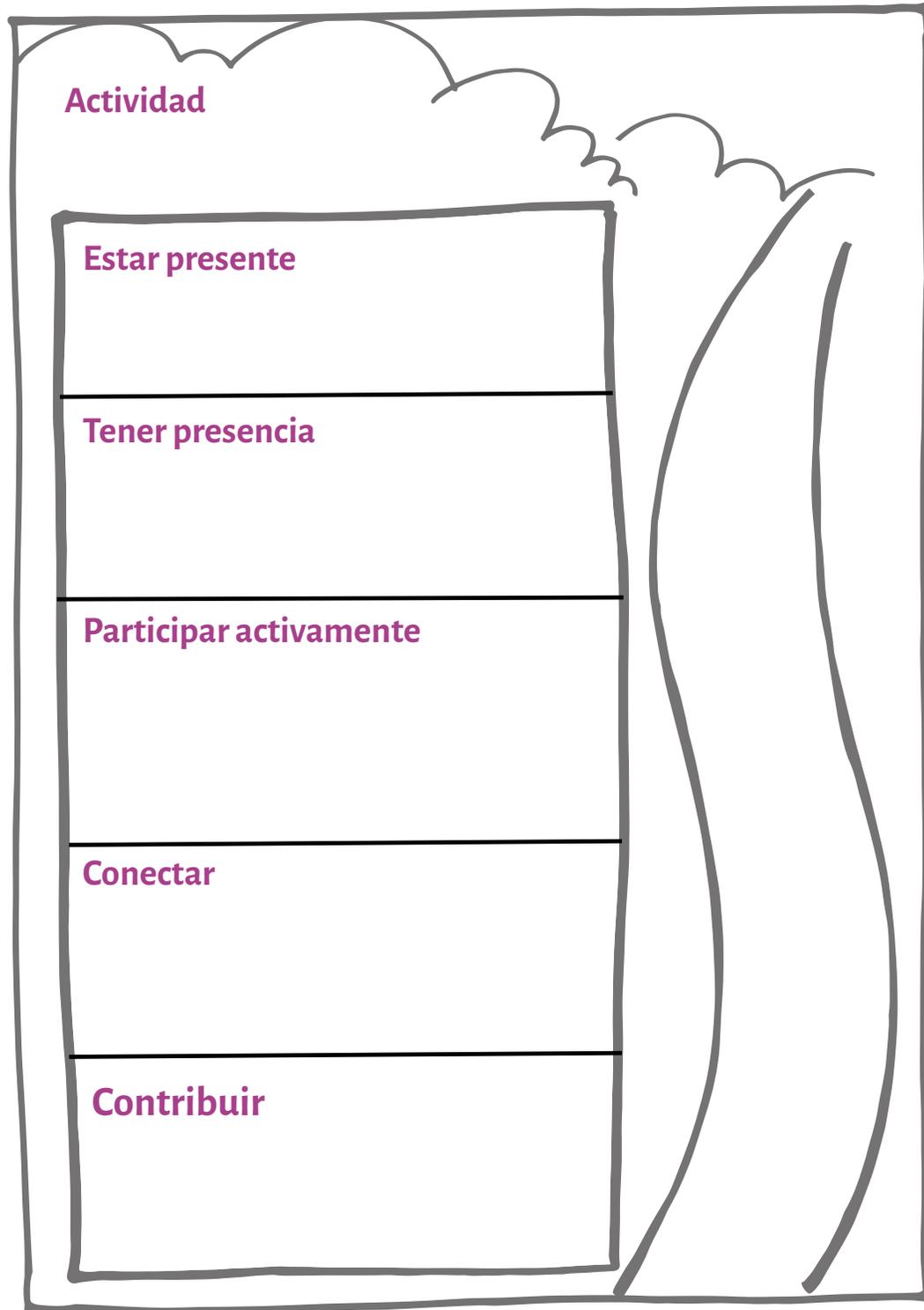
- El personal está abierto a que otras personas se acerquen a Tamara
- Visitar en el vestíbulo antes y después del sacramento
- Llegar 10 minutos antes

#### Contribuir

- Donar a DI/Goodwill
- Diezmo
- Ofrendas de ayunos
- Proyectos de servicio

# Ser parte de la comunidad

## Habilidad: Presencia a contribución



\*Usado con permiso de Helen Sanderson Associates

# Seleccionar en dónde y cómo vivir

## Seleccionar en dónde y cómo vivir

### Requisito de calidad N° 2: Opción

Esto significa que el entorno apoya a una persona con una discapacidad a escoger en dónde y cómo vivir entre opciones que incluyen entornos en donde viven y pasan su día personas sin discapacidades. En el caso de entornos residenciales, esto incluye tener la opción de una habitación privada, cuando haya disponible.

### ¿Cómo de bien lo hace usted?

¿Escogió la persona en dónde vivir?	Sí	No
¿Escogió la persona con quién vivir?	Sí	No

### Si la respuesta fue “no”, ¿qué cambios se deberían hacer para que la persona tenga opciones?

### Herramientas y prácticas para las ideas centradas en la persona que pueden ayudar

#### Ejemplos destacados para lograr calidad en esta área

- Perfil de toma de decisiones
- Acuerdo de toma de decisiones

#### Otras habilidades que pueden ser útiles para recopilar y documentar información

- Lo que le importa / lo que es importante para
- Compatibilidad
- Rutinas y rituales
- Buen día/Mal día
- Qué funciona/no funciona

#### Cómo funciona

El perfil de toma de decisiones crea una imagen clara de la manera en que una persona toma una decisión y cómo desea que se le apoye en la toma de decisiones. Se puede usar junto con el acuerdo de toma de decisiones para ayudarle a la gente a que tenga opciones y control en su vida.

Describe cómo proveer información en una manera que tenga sentido para esa persona. Esto podría ser la manera en que quiere que usted estructure su forma de expresarse, bien sea con palabras escritas, símbolos o imágenes, o quizás con un formato de audio.

#### Cómo ayuda

Las secciones de un perfil de toma de decisiones nos ayudan a apoyar a una persona a entender las opciones que tiene a su disposición y tomar decisiones informadas. Esto es invaluable cuando se piensa en el consentimiento y capacidad.

#### Cómo usarlo

Recopilar información de la persona y de quienes a los que la persona conoce bien para completar cinco secciones del proceso de toma de decisiones:

1. Cómo me gusta obtener información.
2. Cómo presentarme opciones.
3. Maneras en que usted puede ayudarme a entender.
4. ¿Cuándo es el mejor momento para que yo tome decisiones?
5. ¿Cuándo es un mal momento para que yo tome decisiones?

Cuando complete un perfil de toma de decisiones con una persona, examine su perfil de una página y el cuadro de comunicaciones. Vea qué le dicen acerca de los mejores momentos y maneras de apoyar a la persona para tomar una decisión.

Quizá ayude pensar acerca de una decisión que la persona ha tenido que tomar en el pasado y luego pensar en lo que le funcionó y no le funcionó, y cómo se le apoyó.

# Seleccionar en dónde y cómo vivir

## Habilidad: Perfil de toma de decisiones

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Angie

Angie tiene una personalidad enérgica y puede claramente decirle lo que le gusta y disgusta. Vive con tres mujeres más y tiene apoyo directo para ayudarle en el transcurso de su día. Angie no usa muchas palabras para comunicarse y depende de sus acciones para decirle a los demás cómo se siente. Cuando Angie siente que no tiene control de lo que pasa a su alrededor, como la manera en que quiere pasar su día, podría ponerse a gritar, tirar cosas o pegarle a la gente para informarle que está frustrada.

El personal donde Angie vive le ayudó a completar un perfil de toma de decisiones y un acuerdo de toma de decisiones. El personal aprendió cómo apoyar a Angie en la toma de decisiones y asegurarse que ella tiene control en las decisiones importantes en su vida.

Cuando Angie tiene más opciones y control en su vida, no grita, tira cosas ni le pega a la gente, y es más probable que comparta su disposición animada y alegre.

Cómo le gusta a Angie obtener información.	Cómo presentarle opciones a Angie.	Maneras en que usted puede ayudarle a Angie a entender.	¿Cuándo es el mejor momento para que Angie tome decisiones?	¿Cuándo es un mal momento para que Angie tome decisiones?
Del personal favorito. Señalando. Fotografías (los dibujos de líneas no funcionan). Algunos signos.	Pedirle al personal que sea una buena combinación con Angie que le ofrezca un número limitado de opciones señalando, mostrando fotos o usando signos que ella conozca bien. Ser paciente, darle tiempo para procesar y tomar decisiones.	Ser claro en cuanto al período de tiempo. ¿Está hablando de hoy o de mañana? Mostrarle el calendario.	Conversación individualizada. Cuando todo está tranquilo y calmado. Cuando a Angie no le distraigan otras actividades.	Cuando Angie está agitada. Cuando su entorno es caótico y ruidoso. Cuando están ocurriendo a su alrededor otras actividades que le distraen. Cuando está pasando "Barney" en la televisión.

# Seleccionar en dónde y cómo vivir

## Habilidad: Perfil de toma de decisiones

Cómo me gusta obtener información.	Cómo presentarme opciones.	Maneras en que usted puede ayudarme a entender.	¿Cuándo es el mejor momento para que yo tome decisiones?	¿Cuándo es un mal momento para que yo tome decisiones?

# Seleccionar en dónde y cómo vivir

## Habilidad: Acuerdo de toma de decisiones

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Angie



El Acuerdo de toma de decisiones de Angie se basa en lo que se aprendió de su Perfil de toma de decisiones.

Angie preparó un acuerdo de toma de decisiones basándose en lo que compartió en su perfil de toma de decisiones. Para ayudarle a implementar su acuerdo, el personal creó un juego de fotos tamaño billetera de la gente, amigos y cosas importantes para Angie. Las fotos incluyen imágenes de la familia (el personal le ayudaría a llamarla), del consultorio del médico (para preparar las visitas), del personal (cuando sea posible ella podría escoger con quién trabajar) y de muchos de sus objetos favoritos, incluidos sus animales de peluche y Barney. Tener estas fotos facilitó que Angie tomara decisiones sobre qué quería hacer en su día y con quién quería pasar el tiempo. Tener ese control en su vida hizo que fuera más fácil para Angie pasar su día sin gritar ni dañarse a sí misma o a otras personas, lo cual hacía con frecuencia cuando la gente no la escuchaba.

Decisiones importantes en mi vida.	¿De qué manera debo participar?	¿Quién toma la decisión final?
<ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Con quién paso tiempo (personal, amigos)?</li> <li>· ¿En qué actividades participo?</li> <li>· ¿Comer (qué, cuándo, dónde)?</li> <li>· Medicamentos – Atención médica .</li> </ul>	<p>Angie desea que el personal le dé unas opciones basándose en lo que usted sabe que le importa a ella. Señale o muéstrelle fotos a Angie, sea claro en el período de tiempo. Use el calendario.</p> <p>Esté preparado para mostrarle a Angie (señalando- con fotos) sus opciones cuando esté todo tranquilo. Sepa qué ayuda a que Angie se calme cuando sea necesario (un vídeo de “Barney”)</p> <p>A Angie le gusta ir al médico, pero debe avisarle con bastante anticipación. Le gusta comer puré de manzana con sus medicamentos.</p>	<p>Angie.</p>
<p><b>¿Qué se necesitaría para que yo tuviera más control de mi vida?</b>                      Estar preparado para mostrarle a Angie (señalando - con fotos) sus opciones cuando esté todo tranquilo. Sepa qué ayuda a que Angie se calme cuando sea necesario (un vídeo de “Barney”)</p>		

# Seleccionar en dónde y cómo vivir

## Habilidad: Acuerdo de toma de decisiones

Decisiones importantes en mi vida	¿De qué manera debo participar?	¿Quién toma la decisión final?

¿Qué se necesitaría para que yo tuviera más control de mi vida?

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Tener privacidad, dignidad y respeto

### Requisito de calidad N° 3: Derechos individuales

El entorno apoya los derechos individuales, incluida la privacidad, dignidad y respeto, además de que no se someta a coerción y restricción. Algunos de los derechos individuales que tiene una persona con una discapacidad incluyen:

- poder cerrar con llave sus puertas.
- usar el teléfono cuando quiera.
- ir y venir cuando guste.

### ¿Cómo de bien lo hace usted?

¿Puede la persona tener su espacio personal y tiempo para sí mismo cuando recibe los servicios?	Sí	No
¿Puede la persona ir y venir cuando quiera?	Sí	No
¿Puede la persona recibir visitas en donde vive y recibe servicios?	Sí	No
¿Escucha la gente a la persona cuando se defiende?	Sí	No

### Si la respuesta fue “no”, ¿qué cambios se deberían hacer para que se respete a la persona?

### Herramientas y prácticas para las ideas centradas en la persona que pueden ayudar

#### Ejemplos destacados para lograr calidad en esta área

- Herramientas de comunicación
- Rutinas y rituales
- Buen día / Mal día

#### Otras habilidades que serán útiles para recopilar y documentar información

- Lo que le importa / lo que es importante para
- Perfil de toma de decisiones
- Acuerdo de toma de decisiones

## Cómo aprender, usar y documentar comunicaciones

### Cómo funciona

El cuadro de comunicaciones es una manera sencilla, pero poderosa, de documentar la manera en que alguien se comunica por medio de palabras y su comportamiento.

Esta herramienta nos ayuda a concentrarnos en lo que alguien está tratando de comunicar, sin importar si usa palabras o no. También es útil cuando las maneras en que la gente se comunica por medio de su comportamiento son más claras que con las palabras que usa y lo que quieren decir es diferente.

### Cómo ayuda

Es fácil suponer que alguien no tiene mucho que decir si rara vez habla, pero no es el caso. Todo el mundo comunica algo. Esta herramienta centrada en la persona nos ayuda a encontrar otras maneras de comunicarnos bien juntos.

Un cuadro de comunicaciones asegura que se entiende a la gente. Esto es importante, especialmente para gente que depende de otros para su apoyo. Tener el poder de comunicarse y de entenderse es esencial para que la gente tenga opciones y control en su vida.

## Cómo usarlo

A medida que empieza a desarrollar el cuadro de comunicaciones, busque expresiones sencillas, simples y claras.

- ¿Cómo sabe si la persona está feliz, triste o enojada?
- ¿Cómo sabe si a la persona le gusta o disgusta algo?

Ayuda a empezar en cuanto se presente una oportunidad y continuar actualizando el cuadro a medida que se adquieren nuevas perspectivas.

Haga que esté disponible para quienes son nuevos en la vida de la persona y, a medida que cambien las comunicaciones o se vuelvan más complejas, para quienes tienen experiencias y conocimientos que se deben agregar.

1. Empiece con lo que usted ve u oye que la persona dice o hace.
2. Note qué está pasando en el entorno.
3. Anote lo que piensa que significa; lo que usted piensa que la persona está tratando de comunicar.
4. Anote lo que otras personas deberían saber o hacer en respuesta a lo que se comunicó.

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Cuadro de comunicaciones

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Lionel

Lionel vive en una casa con tres hombres más. Es popular en la casa porque es muy habilidoso con la computadora, ¡y le encanta hornear! Lionel decide que va a buscar en Google una receta para hacer panecillos de calabaza. Piensa hornear una tanda para compartir con sus amigos en casa. Después de hacer una lista para el mandado, sus compañeros de casa y él, acompañados por el personal, van a la tienda a comprar los ingredientes necesarios para preparar los panecillos. A veces Lionel usa palabras para comunicarse; otras, usa sonidos y gestos para expresar lo que desea y necesita. Su personal usó esta experiencia para agregarla al cuadro de comunicaciones de Lionel.

El personal que apoya a Lionel en el futuro tendrá una mejor idea de cómo brindarle buen apoyo a Lionel basado en el acceso a su cuadro de comunicaciones.

*Nota: El personal usó la tercera persona en este cuadro de comunicaciones porque lo llenó en lugar de Lionel ya que son quienes lo conocen mejor.*

¿Qué está pasando (o acaba de pasar)?	Lionel hace esto...	Pensamos que significa...	Y otras personas deben...
Lionel está en el estudio en la computadora buscando recetas de panecillos de calabaza en Internet.	Arruga las cejas y gruñe ruidosamente.	Está muy concentrado.	No interrumpirle... Esto interfiere con su concentración. Esperarle a que solicite ayuda si la necesita.
Lionel está en la tienda buscando harina.	Con la palma se da con fuerza una bofetada en la cara y gruñe ruidosamente.	Está frustrado porque no puede encontrar la harina.	Animar a Lionel para que use una habilidad de afrontamiento útil (por ej., respiraciones profundas). Para fomentar mayor autonomía, pregúntele a Lionel si ve algún letrero en los pasillos que le indicará en donde encontrar los ingredientes para hornear.
Lionel está en la cocina preparando los ingredientes húmedos para sus panecillos de calabaza.	Se frota las manos repetidamente.	Él no está seguro de cuál es el siguiente paso en el proceso de lo que está pensando hacer.	Esperar unos minutos para ver si puede determinar cuál es el siguiente paso. Si no, preguntarle a Lionel cómo va
Lionel está en la sala dándole panecillos de calabaza a sus amigos.	Repite en voz alta una línea de su película favorita, "What ain't no country I ever heard of! They speak English in 'What?'" (¿Qué no es ningún país del que no haya oído hablar jamás! ¿Se habla inglés en "Qué?").	Está sintiendo que la respuesta de sus amigos no es muy entusiasta, se siente desilusionado y está empezando a enojarse.	Preguntarle a Lionel si hay alguna otra persona a la que le gustaría dar algunos panecillos. Preguntarle si le gustaría llevarle algunos al vecino.

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Cuadro de comunicaciones

¿Qué está pasando (o acaba de pasar)?	..... hace esto...	Pensamos que significa...	Y otras personas deben...

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Rutinas y rituales

CÓMO  
HACERLO

### Cómo funciona

Un recordatorio que las rutinas y rituales ayudan a los demás a entender lo que le importa a la persona y lo que le ayuda a tener días buenos. Considera diversas situaciones alrededor de las que a menudo tenemos rutinas y rituales personales.

### Cómo ayuda

Entender las rutinas y rituales de una persona es esencial para brindar apoyo de calidad centrado en la persona. Aprender de las tradiciones y rituales culturales de la persona que usted apoya es esencial para ofrecer apoyo culturalmente apropiado.

### Cómo usarlo

Puede aprender de estas rutinas y rituales por medio de conversaciones y observaciones de la persona que está apoyando, además de a través de conversaciones con quienes conocen bien a la persona (consulte su cuadro de relaciones). Piense en otras personas que le apoyen a usted, además de la gente a quien usted apoye. ¿Cuál es la importancia de saber lo siguiente?

#### En la mañana

Despierta a qué (alarma, reloj radio, múltiples recordatorios, permitir posponer la alarma)? Cuanto tiempo es necesitaba salir por la puerta? Qué Cuál es la rutina de higiene matutina? Son ¿Se utiliza algún producto especial? ¿Escoger ropa la noche anterior? Mañana de? Que son favoritos alimentos para el desayuno? ¿Es cafeína la entrega? ¿necesario? Si es así, ¿de qué tipo?

#### A la hora de dormir

¿Necesita revisar la puerta y las ventanas antes de irse a la cama?

#### Horas de la comida

¿Cena a la misma hora todos los domingos? ¿Tiene una manera específica para poner la mesa?

#### Transición

¿Tiene que organizar su día antes de que empiece?

#### Cumpleaños

¿Debe ser un “día de fiesta nacional”? ¿Espera que nadie lo note?

#### Tradiciones culturales/de días festivos

¿Cuál es su día festivo favorito? ¿Qué comida tiene que estar en la mesa para que sea ese día festivo?

#### No sentirse bien

¿Qué hace cuando no se siente bien? ¿Es usted como un oso que se esconde en una cueva cuando está enfermo? ¿Dice usted que lo dejen en paz o tira comida de vez en cuando? ¿Quiere que lo cuiden o que le mimen?

#### Espiritual

¿Son importantes los servicios religiosos, los rezos o la meditación?

#### Vacaciones

¿Hay cosas cuya presencia es necesaria para que sean unas verdaderas vacaciones? ¿Cuándo empieza? ¿Cuando se habla y planifica por adelantado o no hasta que realmente comienza?

#### Comodidad

¿Qué le ayuda a sentirse mejor cuando ha tenido un mal día? Encontraría... ¿ejercicio? ¿compras? ¿chocolate? ¿un trago? ¿o algo más que le dé consuelo? ¿Encontraría que limpiar le da consuelo, o lo sentiría como un castigo?

#### Celebraciones

¿Qué le gusta o necesita que pase para sentir que ha celebrado?

#### Pena/pérdida

¿Cuáles son los miles de rituales para lidiar con las penas y las pérdidas? Educación metodista: ¿servicio en el santuario de la iglesia, almuerzo en el sótano de la iglesia? Alguien que es católico: ¿convivir hasta tarde contando historias y tomar una (o muchas) bebida(s) para adultos? Podría ser judío: ¿guardar shiva durante 7 días? U otros rituales, como cubrir espejos, parar el reloj, traer comida reconfortante cuando visitan, un desfile de llamadas, una vigilia de 24 horas con velas en el aniversario de la muerte de una persona.

#### Juan

Juan se acaba de mudar a un nuevo hogar en donde vive con tres hombres más. A él le gusta la gente en este nuevo hogar y parece que se lleva bien con ellos.

Luego llega la Nochebuena. Todos están emocionados; van juntos al hermoso ritual de la misa de medianoche de Navidad. Juan parece disfrutar de la música y el espectáculo. Al volver a casa de la iglesia, el personal le dice Juan que es hora de irse a la cama y dormir bien. De esa manera está listo para la gran fiesta y celebración de Navidad el día siguiente. Se quedan en shock por su reacción. Juan se altera mucho; chilla, grita y rompe las decoraciones navideñas. Insiste que no se irá a la cama. El personal está perplejo... hasta que tardíamente hablan con su familia y el personal del hogar previo. Parece que en la casa donde creció Juan y en su hogar más reciente se seguía una tradición navideña diferente. Su familia, y después sus compañeros de casa, asistían a la misa de medianoche, luego volvían a casa a una gran celebración con regalos y un festín. En su nuevo hogar, los hombres asistían a la misa de medianoche, volvían a casa y se iban a dormir en anticipación de una fiesta con regalos y un festín al mediodía en la Navidad.

Siendo este un ritual desconocido, Juan pensó que lo estaban mandando a la cama y no le permitiría participar en las festividades que él esperaba al regresar de la iglesia. Recuperarse del trauma emocional y restablecer la confianza de Juan en la gente en su nuevo hogar se llevó mucho tiempo y esfuerzo que se pudo haber evitado con un poco de investigación en sus rutinas y rituales importantes.

Use el cuadro de relaciones para identificar a quién más entrevistar, aparte de la persona que usted apoya, sobre sus rutinas y rituales. Asegúrese de anotar de lo que se entere para que pueda compartirlo con otras personas.



# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Rutinas y rituales

En la mañana

No sentirse bien

A la hora de dormir

Espiritual

Horas de la comida

Vacaciones

Transición

Comodidad

Cumpleaños

Celebraciones

Tradiciones culturales/de días festivos

Pena/pérdida

Nunca dejamos de aprender acerca de la gente que apoyamos. A medida que se hacen nuevos descubrimientos sobre lo que le importa a la persona, a través de su cuadro de comunicaciones o rutinas y rituales, o de las conversaciones acerca de lo que hace que un día sea bueno o malo, es importante anotar lo que se aprende y compartirlo con las demás personas que también están apoyando a esa persona.

Las notas y expedientes que llevan la persona en papeles de apoyo a menudo documentan los hechos sobre lo que está pasando todos los días, pero no acerca de lo que se ha aprendido. Cuando se apoya a otras personas es importante captar cualquier aprendizaje mientras ocurre porque esto se puede usar para una planificación informada y dar forma al apoyo que se da.

### Cómo funciona

El registro de aprendizaje ofrece un proceso para documentar lo que un miembro del personal está aprendiendo mientras apoya a una persona.

- Es útil principalmente cuando la gente está probando nuevas actividades o está recibiendo apoyo de un nuevo miembro del equipo.

### Cómo ayuda

- Al captar esta información y revisarla, todo el equipo puede seguir aprendiendo cómo dar el mejor apoyo.
- Los líderes del equipo deben revisar los registros de aprendizaje periódicamente y los registros deben compartirse con la persona que participen en el apoyo.

### Cómo usarlo

El registro de aprendizaje está organizado para reflexionar sobre una actividad o un nuevo conjunto de circunstancias usando las siguientes preguntas:

- Fecha
- ¿Qué hizo la persona (qué, dónde, cuándo, cuánto tiempo, etc.)?
- ¿Quién estuvo allí?
- ¿Qué aprendió acerca de una estrategia que salió bien?  
¿Qué le gustó a la persona?  
¿Qué necesita quedarse igual?
- ¿Qué aprendió acerca de una estrategia que no salió bien?  
¿Qué le disgustó a la persona?  
¿Qué se necesita cambiar?

Revisar nuevas perspectivas con el equipo más amplio para determinar cómo puede evolucionar el apoyo para considerar como base lo que está funcionando y cambiar lo que no esté funcionando.

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Registro de aprendizaje

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Lucas

Lucas ha vivido en un entorno de una pequeña casa residencial los últimos 10 años. La vida de Lucas va bien actualmente. Ha desarrollado nuevas maneras de comunicarse. Lucas acostumbraba a usar tanto gestos como expresiones faciales y vocales principalmente, y ahora utiliza también frases cortas para expresar cómo se siente.

Aunque a Lucas le gustan la gente y los lugares nuevos, a veces se siente incómodo en sitios donde hay mucho tráfico, sonidos y multitudes. Si es un buen día, Lucas está dispuesto a intentar casi cualquier cosa. Si el día ha sido difícil, su personal de apoyo necesita ser un poco más creativo para brindarle buen apoyo. A Lucas le encanta probar nuevos lugares para almorzar. Es un entusiasta de la comida y comer le da mucha alegría. Le gustan en particular los alimentos crujientes, como las papas fritas, el maíz tostado y todos los tipos de verduras frescas y

crujientes. A Lucas le ha apoyado recientemente Maggie, una profesional de apoyo, en su domicilio. Maggie documentó la información enseguida durante varias salidas para almorzar con Lucas. Ahora, aunque

Maggie no esté disponible para sacar a Lucas a almorzar, otros miembros del personal tendrán buena información acerca de cómo brindarle apoyo de calidad. Es mucho más probable que Lucas y su personal de apoyo se la pasen muy bien cuando salgan a comer.

Fecha	¿Qué hizo la persona (qué, dónde, cuándo, cuánto tiempo)?	¿Quién estaba allí? (nombres del personal, amigos, terceros)?	¿Qué aprendió acerca de una estrategia que salió bien? ¿Qué le gustó de la actividad a la persona? ¿Qué necesita quedarse igual?	¿Qué aprendió acerca de una estrategia no salió bien? ¿Qué le disgustó de la actividad a la persona? ¿Qué necesita ser diferente?
1 de febrero de 2019	Lucas y Maggie salieron a almorzar al restaurante North China durante 1.5 horas	Lucas y Maggie.	North China tiene un acuario con muchos peces, corales, etc., cerca de los reservados. Lucas sonrió todo el tiempo que estuvimos ahí y se le quedó mirando a los peces con frecuencia. Le gustan los ejotes y le dio gusto que en el restaurante tuvieran muchos platillos con esas verduras.	Lucas no comió mucho durante este viaje, lo que es inusual para él. Nos llevamos a casa su almuerzo.
18 de abril de 2019	Lucas y Maggie salieron a almorzar al restaurante North China durante 1.5 horas	Lucas y Maggie.	Estaba disponible nuestro reservado favorito en el que nos gusta sentarnos. Mientras estuvimos ahí, a Lucas le gustó mucho contarme que le encantan los peces.	Estuvimos ahí durante la hora pico del almuerzo, lo cual pareció incomodar a Lucas. Agitó las manos con frecuencia y se puso muy callado. Estuvo picando los ejotes de su platillo y terminamos llevándolo a casa. La próxima vez, debemos evitar la hora pico del almuerzo.
3 de mayo de 2019	Lucas y Maggie salieron a almorzar al restaurante North China durante 1.5 horas	Lucas y Maggie.	Lucas estuvo muy contento al ver que el restaurante ahora tiene un sapo en el acuario. También nos dieron nuestro reservado favorito más cerca del acuario. Llegamos temprano por la tarde, después de la hora pico del almuerzo.	Lucas solo picó su comida hoy. Antes de salir, de hecho me dijo, "La comida china da asco", y que le gustaría tener un acuario en casa. La próxima vez hablaremos un poco más sobre el menú acerca de en dónde consideremos comer, y también sobre qué se necesitaría para tener en su casa un acuario.

# Tener privacidad, dignidad y respeto

## Habilidad: Registro de aprendizaje

Fecha	¿Qué hizo la persona (qué, dónde, cuándo, cuánto tiempo)?	¿Quién estuvo allí? (nombres del personal, amigos, terceros)	¿Qué aprendió acerca de una estrategia que salió bien? ¿Qué le gustó de la actividad a la persona? ¿Qué necesita quedarse igual?	¿Qué aprendió acerca de una estrategia no salió bien? ¿Qué le disgustó de la actividad a la persona? ¿Qué necesita ser diferente?

# Tener independencia

## Cómo y con quién paso mi tiempo

### Requisito de calidad N° 4: Independencia

La independencia significa que la persona toma sus propias decisiones sobre su vida y lo que quiere hacer. Entre estas decisiones se incluyen sus actividades diarias, su entorno y la gente con la que interactúa. Algunos ejemplos de independencia incluyen cuando la gente:

- Fija su propio horario.
- Escoge a dónde quiere ir.
- Controla su propio presupuesto.

### ¿Cómo de bien lo hace usted?

¿Puede escoger la persona su propio horario?	Sí	No
¿Escoge lo que hace para divertirse?	Sí	No
¿Escoge cómo gastar su dinero?	Sí	No
¿Tiene una oportunidad de tomar decisiones sobre su vida y lo que desea hacer?	Sí	No

### Si la respuesta fue “no”, ¿qué cambios se deberían hacer para que se respete a la persona?

### Herramientas y prácticas para las ideas centradas en la persona que pueden ayudar

#### Ejemplos destacados para lograr calidad en esta área

- Rutinas y rituales
- Buen día/Mal día
- Semana perfecta

#### Otras habilidades que podrían ser útiles para recopilar y documentar información

- Lo que le importa / lo que es importante para
- Cuadro de relaciones
- Qué funciona/no funciona
- Perfil de toma de decisiones
- Acuerdo de toma de decisiones

### CÓMO HACERLO

#### Cómo funciona

Buen día/Mal día” es una manera de saber qué le importa a una persona y qué apoyo necesita para tener días buenos y evitar días malos.

#### Cómo ayuda

Por medio de conversaciones nos ayuda a saber qué contribuye a tener un día típico, qué se hace que un día sea mejor y qué puede hacerlo un día peor.

Ayuda a recopilar información sobre lo que le importa a una persona y lo que es importante para una persona con respecto a su independencia.

Necesitamos esta información acerca de tanto todas la persona que reciben apoyo como de los colegas. Esta es una manera de empezar o agregar a los perfiles de una página para los colegas y para quienes reciben apoyo, así como decidir juntos qué medidas tomar.

El ejemplo de Adhira se hizo para el trabajo. Empezó con lo que podría ser un día típico (lo que pasa usualmente) y luego se vio lo que le hace un día mejor o peor. Vimos todo el día porque a mucha gente le han pasado cosas antes de llegar al trabajo/la escuela que impactan qué pasa en su día. ¿Y qué pasa al final del día y el impacto que tiene en usted?

#### Cómo usarlo

Ayuda a ver algo específico para el día bueno o malo. ¿Qué hace que un día sea bueno/malo en casa? ¿En el trabajo? ¿Los fines de semana? ¿Con los amigos?

Empezar con levantarse o con lo que la persona haga para prepararse para ir a trabajar.

No anotar ninguna fantasía.

Preparar una composición de los peores días que la persona ha tenido.

Dejar espacio entre los renglones para que otras personas puedan agregar lo que saben del peor día/día de trabajo de la persona.

Documentar actividades en el orden que ocurran.

Concentrarse en el día completo o una porción de este de la persona: rutina de la mañana, día de trabajo, después del trabajo hasta la hora de dormir, etc.

Solo compartir lo que la persona se sienta cómoda en compartir.

Usar el cuadro de Buen/Mal día para empezar a entender lo que le importa a esa persona. Empezar a preguntarse mutuamente qué podemos hacer para ayudar a esta persona a que tenga más días buenos.

**Recuerde: la persona es el experto y tiene la última palabra. Consulte con él / ella durante el ejercicio tanto como sea posible y al establecer metas al final de este ejercicio.**

# Tener independencia

COMPARTIR  
HISTORIAS

## Habilidad: Buen día/Mal día

### Adhira

Adhira es ocurrente e inteligente, y le encanta visitar a la familia, amigos y colegas y tomar una taza de café. Los padres de Adhira son la persona más importantes en su vida; aprovecha cualquier oportunidad para pasar tiempo con ellos. Adhira tiene un ritmo de comedia impecable y trata de encontrar la gracia en algunos de sus propios retos y los de los demás. Sabe lo que quiere y cómo conseguirlo; no tiene mucha paciencia con la gente que insulta su inteligencia. Es una persona muy capaz para tomar sus propias decisiones y no aprecia cuando otras personas tratan de quitarle su independencia. Adhira vive con tres mujeres más en un hogar colectivo especializado y asiste a un programa diurno.

Nada le molesta más a Adhira que cuando tiene que repetirse a su personal de apoyo directo lo mismo una y otra vez. Por ejemplo, prefiere usar un sombrero en lugar de protector solar porque detesta el olor, pero encuentra en su mochila el protector en lugar del sombrero. Las frutas y las verduras son buenas para el almuerzo, pero por favor no incluya zanahorias

porque le lastiman los dientes (dos de cada cinco días encuentra solo zanahorias en el refrigerador para poner en su almuerzo). Ignorar repetidamente lo que le gusta y disgusta a Adhira le causa frustración. A veces tira objetos. Su personal de apoyo capturó algo de lo que aprendió en el cuadro de "Buen día/Mal día". Orientar al personal nuevo con esta información redujo enormemente el nivel de frustración de Adhira y le ayudó a tener más días buenos. Y ahora Adhira está contenta, ¡y su personal está más contento también!

Hora del día	Típico	Mejor	Peor
En la mañana en casa	Me preparo para el día, desayuno y tomo café.	Pancakes y huevos para desayunar, y tiempo para un mínimo de dos tazas de café.	Cereal para desayunar. Estoy de prisa así que no tengo tiempo para café y solo se empacan zanahorias para el almuerzo.
Desplazamiento al trabajo	Transporte en camioneta al programa.	Mi mamá y mi papá me recogen, usan el autoservicio en coche de Starbucks y me dejan en el programa. El personal empacó mi sombrero.	La camioneta llega tarde, otros pasajeros están de mal humor y le pegan a la gente, el personal está en sus celulares, el personal empacó protector solar.
En la mañana	Me encuentro con mi miembro del personal para el día y hablamos de las actividades del día.	Se me asigna a mi miembro del personal favorito y planeamos estar fuera todo el día en Adopt a Park.	Se me asigna un miembro nuevo del personal que no conozco, y que no me conoce. Es nuevo así que no quieren ir a ningún lado.
Almuerzo	Me como el almuerzo en la mochila que ayudé a preparar en casa.	McDonald's con mi mamá y mi papá.	Sándwich de pavo con queso (¡odio el queso!), sin papas fritas ¡y agua!

# Tener independencia

## Habilidad: Buen día/Mal día

Hora del día	Típico	Mejor	Peor
En la mañana en casa			
Desplazamiento al trabajo			
En la mañana			
Almuerzo			
En la tarde			
Desplazamiento al trabajo			
En la noche			
Pernoctar			

# Tener independencia

## Habilidad: La semana perfecta

CÓMO  
HACERLO

### Cómo funciona

Una semana perfecta describe la semana ideal de una persona, que puede ser práctica y posible dentro de los recursos (es decir, puntos fuertes personales, tecnología de apoyo, amigos, vecinos y familia, organizaciones comunitarias, presupuesto individual, autodeterminación y otros apoyos basados en la elegibilidad).

Es una descripción detallada de la manera en que desea vivir una persona, no un sueño poco realista. Incluye los lugares importantes, intereses y personas que le importan al individuo.

### Cómo ayuda

La semana perfecta se puede convertir en la base para un horario personalizado y puede usar el proceso de apoyo de compatibilidad para pensar con la persona acerca de quién quiere que le apoye para cada elemento de su semana perfecta.

### Cómo usarlo

Usar la herramienta de la semana perfecta ayuda a la gente a pensar en cómo le gustaría que fuera su vida y puede ser la base de un plan de cuidado y apoyo centrado en la persona. También puede usarse para asegurarse que la gente no está sobreprotegida ni tiene demasiado apoyo y que cuenta con opciones y control siempre que sea posible. Esto ayuda a la gente a usar el apoyo remunerado de la manera más efectiva.

## La semana perfecta de Darnell

Semana perfecta		
Mañanas 	Tardes 	Noches 
Lun Fotografía en el río (con Anthony y Terrell) (Todo el día, una vez a la semana).	Fotografía en el río (con Anthony y Terrell) (Todo el día, una vez a la semana).	Noches en casa con Shanice (viendo televisión y descargando fotos).
Mar Ir de compras a Albertsons (con Jackie).	Ver ofertas de trabajo (en el periódico/Internet/centro de trabajo) (con Jackie).	Ir al bar con Shanice (cada dos semanas con Carmine).
Miér Desarrollar/establecer un sitio web de fotografía (con Anthony).	Encontrarse con Shanice para comer en la ciudad (todas las semanas) Enseñar fotografía en el centro diurno y ver amigos.	Básquetbol (todas las semanas con Nick, David y Pedro).
Jue Trabajar como voluntario en el refugio de animales (con Jackie).	Trabajar como voluntario en el refugio de animales (con Jackie).	Pasar la noche con Shanice - televisión, DVD, escuchar música.
Vier Pasar la mañana en casa. Actualizar la colección de música. Fisioterapia (todas las semanas).	Trabajar como voluntario en el zoológico (con Phillip).	Salir en la noche con Shanice y amigos. Comida o el bar (cada tercera semana).
Sáb Pasar tiempo con Shanice. Lo que decidamos hacer.	Encontrarme con mamá y papá (todas las semanas).	Ver música en vivo (una vez al mes) con el tío Pete o Pedro.
Dom Ir a la iglesia (Shanice es católica practicante) con la mamá de Shanice.	Ir al gimnasio con Shanice (con Anthony).	Pasar la noche en casa con Shanice.

# Tener independencia

## Habilidad: La semana perfecta

	Mañanas	 Tardes	Noches 
Lun			
Mar			
Miér			
Jue			
Vier			
Sáb			
Dom			

# Seleccionar los apoyos y quién los presta

## Seleccionar los apoyos y quién los presta

### Requisito de calidad N° 5: Seleccionar mis servicios y quién me los presta

El entorno del proveedor le apoya para que seleccione sus servicios y quién los preste. La selección significa que una persona puede escoger qué servicios y apoyo necesita. La persona puede escoger quién presta esos servicios y en dónde. Al igual que la mayoría de las cosas en la vida, nuestras selecciones se basan tanto en las necesidades y preferencias como en las opciones y recursos que tenemos disponibles.

#### ¿Cómo de bien lo hace usted?

¿Escoge la persona en dónde se prestan los servicios? (por ejemplo: un hogar colectivo, su propia casa, un programa diurno)	Sí	No
¿Escogió la persona los servicios que recibe?	Sí	No
¿Escogió la persona quién presta los servicios?	Sí	No

#### Si la respuesta fue “no”, ¿qué cambios se deberían hacer para que se respete a la persona?

### Herramientas y prácticas para las ideas centradas en la persona que pueden ayudar

#### Ejemplos destacados para lograr calidad en esta área

- Compatibilidad
- Donut

#### Otras habilidades que podrían ser útiles para recopilar y documentar información

- Perfil de toma de decisiones
- Acuerdo de toma de decisiones
- Lo que le importa / Importante para

### Cómo funciona

Conseguir que haya buena compatibilidad entre la persona que da el apoyo y la persona que lo recibe, remunerado o no, es crucial.

La herramienta de apoyo de compatibilidad es una manera sencilla de documentar lo que se necesita para desarrollar la mejor compatibilidad.

### Cómo ayuda

Existen tres motivos por los cuales se debe hacer todo lo posible para determinar cómo sería una buena compatibilidad y por qué se debe hacer todo lo posible para aplicar esa información.

Tener buena compatibilidad es:

- Uno de los determinantes más poderosos de la calidad de vida para la gente que depende de otras personas para recibir apoyo.
- El único determinante más grande de la rotación entre la persona remuneradas para prestar servicios.
- Con respecto a la incidencia de abuso y negligencia – cuando mejor es la compatibilidad, menos problemas de abuso y negligencia ocurren.
- Con respecto a la rotación de personal – hay menos rotación en donde hay una buena compatibilidad entre la persona que necesita el apoyo y el personal existente, o cuando se recluta personal nuevo.

Cuando las agencias consideran las habilidades necesarias para apoyar a una persona, usualmente se limitan a las habilidades para lidiar con cuestiones de salud y seguridad, además de las habilidades generales necesarias para el puesto. También es igualmente importante abordar las habilidades necesarias para que una persona tenga lo que le importe a ella y lo que sea importante para ella. Aunque tener las habilidades apropiadas es una expectativa mínima, la compatibilidad de las características personales es crítica.

### Cómo usarlo

#### Aposos que se quieren / necesitan

Resumir aquí:

¿Qué apoyo necesita?

¿Qué necesita que otras personas hagan para usted, para apoyarle para vivir la vida que escoja y en ser un miembro valioso de su comunidad?

#### Habilidades que se requieren

Resumir aquí:

¿Qué habilidades debe tener la persona que contratemos?

Incluya aquellas habilidades que se deben enseñar y que la persona contratadas deben estar de acuerdo en aprender.

#### Características de la personalidad que se necesitan (y las que se deben evitar)...

Resumir aquí:

¿Cuáles son las características de la gente en su vida que tiene la mejor relación con usted?

¿Cuáles características piensa que serían más compatibles con usted?

¿Cuál sería el propósito de la persona que servirá en su recuperación ?

“La paciencia es una característica de la personalidad”.

#### Intereses comunes compartidos...

Resumir aquí:

¿Qué intereses desea que la persona que contratemos comparta (tenga en común) con usted?

Piense acerca de las cosas que le gustan y que, si se apoyan mejor, podrían ayudarle a tener una vida más completa, o hacer que su recuperación sea más fácil de tolerar.

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Compatibilidad

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Steve

Steve valora su independencia y que puede tomar sus propias decisiones. Le encanta conducir su propio vehículo (una camioneta o una furgoneta (van) de preferencia), pero solo puede comprar uno que necesite reparaciones. Le gusta ver películas viejas de vaqueros. Su mamá y su padrastro viven localmente, y tiene pocos amigos. Encuentra estresantes los entornos sociales nuevos. Le resulta difícil vivir dentro de su presupuesto, particularmente cuando gasta de más en “raspaditos” (boletos de lotería).

A Steve le encanta comprar y vender en ventas de garaje y mercados de pulgas. Su camioneta vieja se descompone con frecuencia; necesita un vehículo que funcione para poder continuar con su trabajo. Sus compras a menudo llenan su pequeño departamento hasta el punto de que el espacio se vuelve inhabitable. La rutina es muy importante para Steve. Su dieta se limita a las pocas cosas que le gusta comer, muchas de las cuales debe evitar debido a su diabetes. Se está tratando a Steve con medicamentos para la diabetes, la depresión, el trastorno de ansiedad y el trastorno obsesivo compulsivo.

Detesta tener que tomar medicamentos porque lo dejan sintiéndose aletargado y aún más deprimido.

Steve recibe servicios de asistencia para la vida diaria de un proveedor local. Ha contratado y despedido a múltiples proveedores y agencias de proveedores en los últimos años. El personal de asistencia para la vida diaria a menudo tiene la mitad de su edad, pero los ve como que están tratando de asumir el papel de uno de sus padres, diciéndole qué hacer en lugar de ayudarlo a hacer las cosas. Esta rotación rápida en el personal y el sentimiento de que no se le escucha ha contribuido al deterioro en la salud de Steve. Su depresión ha empeorado hasta el punto de que ha pensado en suicidarse.

Una nueva agencia de proveedores decidió determinar quién podría ser una buena combinación para Steve. Colaboraron con Steve para entrevistar a candidatos y seleccionaron a Jose, un trabajador de apoyo que era de la edad de Steve, que era paciente y que escuchaba a Steve. Jose comparte el interés de Steve en reparar automóviles viejos y la compraventa en los mercados de pulgas. Steve y Jose empezaron a trabajar juntos y arreglar su vieja camioneta. Pudieron establecer una relación basada en trabajar juntos con una meta común. Más tarde colaboraron para cambiar la camioneta por una furgoneta (van) que pudieran arreglar, una en la que Steve pudiese guardar sus compras hasta que pudiera revenderlas. A medida que creció la relación, Steve trabajó con Jose para encontrar soluciones para algunos de sus retos, entre ellos la limpieza, el presupuesto y la atención médica. Para Steve se sintió como que resolvían los problemas juntos, no que le estaban diciendo qué hacer. Steve pudo controlar su diabetes con la dieta y haciendo ejercicio. Pudo dejar de depender de la mayoría de los medicamentos prescritos por su psiquiatra. Empezó a limpiar su departamento y a controlar su presupuesto. Steve resumió la experiencia manifestando que Jose, su nuevo personal, “Le salvó la vida”. Y Jose nunca ha estado más contento en un trabajo. Está haciendo cosas que le encanta hacer con un gran tipo, Steve. La vida de los dos se enriqueció con una buena combinación.

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Compatibilidad

### Apoyos que se quieren / necesitan

- Apoyo para tomar decisiones para un estilo de vida más sano (dieta, medicamentos).
- Apoyo para mantener una casa limpia y ordenada.
- Apoyo para aprender a administrar un presupuesto.

### Habilidades que se requieren

- Paciencia.
- Entendimiento de las necesidades de atención médica (control de la diabetes).

### Características de la personalidad que se necesitan (y las que se deben evitar)...

- Saber escuchar (tanto mis palabras como mis acciones).
- Evitar (ser autoritario, actitud paternal, actitud desdeñosa, sabelotodo).

### Intereses comunes compartidos... (\* indica intereses compartidos importantes)

- Mantenimiento de automóviles viejos.\*
- Ver películas de vaqueros clásicas.
- Ir de compras en mercados de pulgas y ventas de garaje.\*

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Compatibilidad

Apoyos que se quieren / necesitan

Habilidades que se requieren

Características de la personalidad que se necesitan (y las que se deben evitar)...

Intereses comunes compartidos...  
(\* indica intereses compartidos importantes)

#### Cómo funciona

La Clasificación Donut es una herramienta que ayuda al personal a ver lo que debe hacer (responsabilidades básicas), dónde pueden intentar hacer cosas (discreción y creatividad) y qué no se considera como su responsabilidad. Tener expectativas claras acerca de los papeles y responsabilidades es crítico para apoyar bien a una persona. Esta herramienta, que se conoce como la "Clasificación Donut", se basa en el trabajo de Charles Handy.

#### Cómo ayuda

Puede ayudar a aclarar los papeles de los diferentes profesionales y agencias que participan en el apoyo de una persona. Esto puede contribuir a la planificación de la atención y el apoyo, además de que se puede usar para clasificar los papeles y expectativas en un plan de equipo.

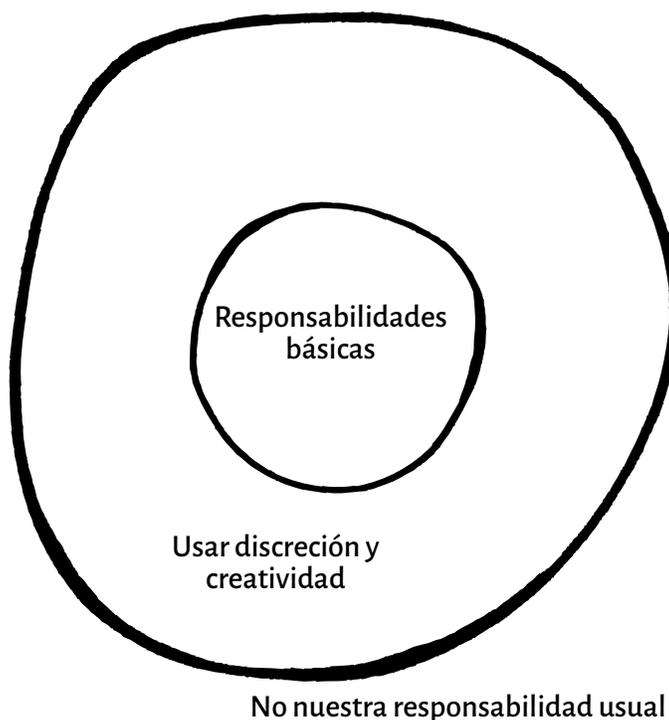
Haga una Clasificación Donut:

- Cuando la gente no sepa cuáles son sus responsabilidades básicas.
- Cuando la gente no sepa dónde se necesita y se recomienda creatividad.
- Cuando la gente no sepa qué queda fuera de su área de responsabilidad.

- Cuando se hagan cambios en la manera en que se apoya a alguien.
- Cuando se hagan cambios en la organización que afectan los papeles y responsabilidades.

#### Cómo usarlo

1. Empezar con un papel específico en una situación específica.
2. Antes de empezar la Clasificación Donut con la persona que les está ayudando a aprender, anote lo que usted sabe acerca de lo que le importa a la persona y lo que es importante para ella, y qué más necesita saber con respecto a esa situación específica.
3. Use la misma técnica de ir de varias situaciones específicas a la general cuando haga una Clasificación Donut con un supervisor o un profesional autorizado.



# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Clasificación Donut

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Dana

Dana es muy independiente y ha informado que desea tener novio. Vive en un entorno de atención residencial comunitario especializado que apoya a personas que tienen tanto una discapacidad intelectual/del desarrollo como una condición médica mental. El personal de apoyo directo se enteró que Dana, después de desaparecerse de la casa por la noche en varias ocasiones, había estado llamando a un “salón de chat” en que la gente hablaba y arreglaba ligues. Los proveedores residenciales informaron a Dana y a su coordinador de servicios de su plan de notificarle que iban a darle de alta debido a la responsabilidad civil que ella representaba para sí misma y la inhabilidad de los proveedores de cumplir con los requisitos de la licencia. Cuando se le informó, Dana se alteró mucho; no se quería ir.

Su coordinador de servicios le sugirió a Dana y a su equipo que se reunieran y usaran la herramienta Clasificación Donut para pensar con un poco más de profundidad acerca de los problemas antes de tomar una decisión para los siguientes pasos. En el cuadro enseguida se muestran algunas de las cosas que se aprendieron.

Usar la herramienta Clasificación Donut le permitió al equipo trabajar con Dana y desarrollar planes que usaron creatividad para satisfacer sus responsabilidades básicas.

Dana y el personal hablaron francamente acerca de salir con gente y de la sexualidad. Al final, Dana todavía sintió que el personal estaba tratando de ejercer demasiado control en sus decisiones.

Su equipo acordó ayudarlo a mudarse a un departamento compartido en donde podría ser más independiente. Sigue viviendo felizmente en la comunidad en un departamento compartido y con apoyo para vivir independientemente.

#### Responsabilidades básicas

Adherirse a los reglamentos de la licencia. Tener un plan para mantener a Dana sana y segura.

#### Usar discreción y creatividad

Cómo apoyar a Dana para que aprenda maneras más seguras de conocer hombres y establecer relaciones.

#### No nuestra responsabilidad usual

Las decisiones finales de Dana sobre sus relaciones.

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Clasificación Donut

Responsabilidades básicas	Usar discreción y creatividad	No nuestra responsabilidad usual

# Consideraciones adicionales para proveedores

## Consideraciones adicionales para proveedores de servicios residenciales

Además de los requisitos de calidad, los entornos residenciales que administra un proveedor o son propiedad del proveedor también deben asegurarse de que se satisfacen estas condiciones.

### **Asegurarse que la gente con discapacidades intelectuales/del desarrollo recibe las protecciones a las que tienen derecho todos los inquilinos de California, que se conocen generalmente como los “Derechos del inquilino”.**

Una persona con una discapacidad debe tener los mismos derechos y protecciones de desalojo que los demás inquilinos. Las disposiciones de este requisito están incorporadas en el Acuerdo de Colocación del TCRC.

### **Asegurar que se trate a la gente que usted apoye con respecto y que se le dé privacidad.**

Todas la persona tendrán privacidad en su habitación o en la unidad donde viven. Las casas tendrán puertas de entrada que la persona podrá cerrar con llave y para las cuales solo el personal apropiado tendrá llaves para cuando se necesite. La persona que compartan habitaciones en la casa tendrán una selección de compañeros de habitación en ese entorno. La persona pueden amoblar y decorar sus habitaciones o los espacios en que vivan conforme a los términos del contrato de arrendamiento u otro contrato.

### **Apoyar a la gente a desarrollar horarios que cubran sus necesidades y promuevan la vida que desee vivir.**

Los proveedores apoyarán a la persona con discapacidades para controlar su vida diaria de la misma manera que lo hace la gente sin discapacidades. Esto incluye controlar cuándo les guste despertarse y alistarse para el día, además de cuándo y qué comer.

### **Asegurar que la gente tenga oportunidad de recibir visitas.**

La persona deben tener la oportunidad de establecer relaciones cercanas, privadas y personales sin barreras u obstáculos innecesarios. La persona con discapacidades podrán tener visitantes en cualquier momento sin restricciones. Los proveedores tampoco determinarán quién puede visitar. Esto no significa que la gente pueda ser desconsiderada de los derechos de los demás ni de la necesidad de tener tranquilidad y seguridad en la casa. Se apoyará a la gente para que lidie con estos tipos de acuerdos domésticos de la manera en que se esperaría en cualquier casa.

### **Asegurar que la casa de una persona es accesible para esa persona en el transcurso del día.**

Los proveedores se asegurarán de que el entorno físico de la persona cubre las necesidades de la persona. La persona deben poder usar áreas comunes en la casa, como la cocina, el comedor, la lavandería y el espacio compartido de la vivienda, hasta el grado que lo deseen.

### **Modificaciones temporales – Si la persona necesitan apoyo extra**

Algunas veces la persona necesitan apoyo extra y no pueden aprovechar todas las libertades que brindan las nuevas reglas. Cuando eso ocurre, el proveedor tiene reglas muy estrictas que se deben seguir:

- Base la modificación en una necesidad específica;
- Muestre que se han intentado intervenciones positivas, pero no han funcionado (y documéntelas); Siga evaluando si la modificación es efectiva;
- Muestre que cualquier modificación es TEMPORAL;
- ¡Obtenga un consentimiento informado!

Además de aprender lo que le importa a la persona y lo que es importante para ella, las Preguntas 4+1 y el Enfoque de riesgos centrado en la persona, que se incluyen en las siguientes páginas, pueden ayudar a lidiar con este tipo de situación y documentarlo.

### Cómo funciona

La habilidad 4+1 es poderosa cuando se usa en las reuniones o evaluaciones, o para ver un aspecto específico de la vida de una persona. Puede ayudar a un proveedor de servicios a ver cómo lidiar con problemas relativos al cumplimiento de los requisitos de los servicios a domicilio y comunitarios.

Puede ayudar a la gente a pensar en un reto o situación en particular y planificar para hacer un cambio. Debido a que las preguntas 4 + 1 las responden más de una persona, reúne lo que se aprende de diferentes perspectivas.

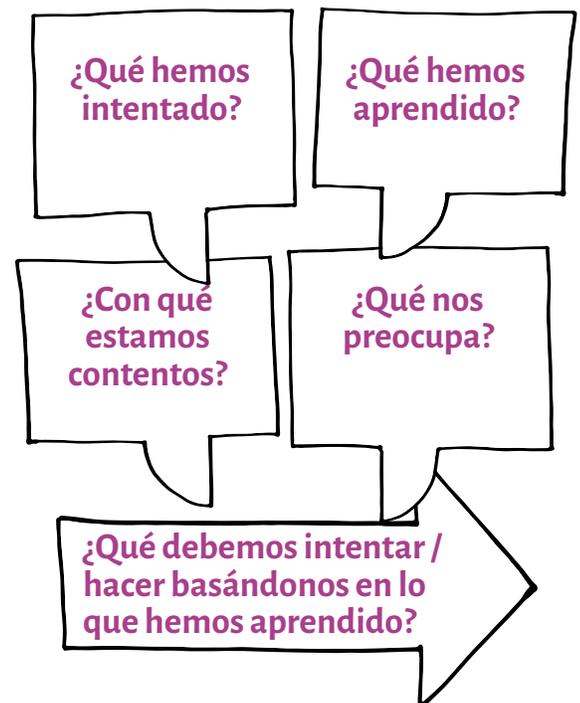
### Cómo ayuda

Se puede usar para actualizar un perfil de una página o un plan centrado en la persona, o para revisar un proyecto o un plan. Es una manera rápida de encontrar mejores maneras de apoyar a la gente o de colaborar.

- Evita que una voz dominante controle la reunión.
- Hace que todos sientan que se les escuchó.
- Presenta cuestiones que se podrían haber pasado por alto.
- Cuando llegue el momento de avanzar, el grupo tiene una imagen de su aprendizaje colectivo que puede utilizar.
- Refuerza la planificación como un proceso.

### Cómo usarlo

Invite a todos a dar respuestas a las cuatro preguntas principales: ¿Qué ha intentado? ¿Qué ha aprendido? ¿Con qué está usted contento? ¿Qué le preocupa? Las respuestas a estas preguntas conducen a ideas para la pregunta 'más 1' – basándose en lo que sabemos, ¿qué es lo siguiente que deberíamos hacer?



# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Preguntas 4+1

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Dianne

Dianne, una coordinadora de servicios, había sido asignada recientemente para trabajar con Cathy, quien estaba recibiendo servicios por medio de su agencia. En su reunión inicial con Cathy y el equipo de apoyo de servicios diurnos, Dianne le pidió a Cathy que hablara de lo que le importaba a ella.

Cathy estuvo muy contenta de oír la pregunta y compartió de una manera entusiasta su frustración de que no tenía trabajo remunerado. Dianne notó que a medida que Cathy hablaba de que quería un empleo, los miembros del personal del programa diurno entornaron los ojos con una expresión de “aquí vamos de nuevo”. Dianne preguntó después acerca de eso más tarde en una reunión del personal.

Se enteró de que Cathy siempre hablaba de que quería un trabajo remunerado y que se le había colocado repetidamente en empleos remunerado, cada

uno de los cuales terminó muy rápido cuando Cathy se negó a trabajar en lo que se le asignó.

Dianne sugirió que en su siguiente reunión usaran el formato de las preguntas 4+1 para examinar la solicitud de Cathy de un empleo remunerado. Animó a los miembros del personal para que se apoyaran mutuamente y a Cathy al considerar cada una de estas preguntas, de las cuales se hablaría en su siguiente reunión. En cuanto a encontrarle un trabajo remunerado a Cathy: ¿Qué se ha intentado? ¿Qué se ha aprendido? ¿Con qué está usted contento? ¿Qué le preocupa?

En la reunión de seguimiento, Dianne puso las cuatro preguntas en la pared y animó a Cathy (con apoyo) y al personal para que escribieran comentarios en notas Post-it que se colocarán en un cuadro 4+1.

Dianne facilitó entonces una conversación acerca de lo que se tenía en los cuadros.

Después de su conversación, Cathy y su equipo estuvieron de acuerdo en seguir un plan (ver la siguiente página). El resultado fue que Cathy sintió que se mejoró su sentimiento de control y responsabilidad en su vida. Esto le permitió moverse más allá de su opinión de sí misma como una persona que recibe servicios y de aceptar más responsabilidad en las decisiones de su vida. Cathy descubrió que le encanta y se siente orgullosa de su trabajo como voluntaria con niños.

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Preguntas 4+1

### ¿Qué hemos intentado?

Personal - Colocar a Cathy en varios tipos de trabajos diferentes.

### ¿Qué hemos aprendido?

Personal - Cathy se emociona acerca de la idea de tener un trabajo, pero detesta que le digan qué hacer en el trabajo, aunque sea algo que ella podría hacer bien de lo contrario. Cathy se niega a realizar las tareas asignadas y la despiden.

Cathy - La gente siempre me está diciendo que haga cosas que yo no quiero hacer.

### ¿Con qué estamos contentos?

Personal - A Cathy realmente le gusta ayudar a otras personas y estar con niños.

Cathy - Me encanta estar con niños y que no me estén dando órdenes.

### ¿Qué nos preocupa?

Personal - No poder encontrar un trabajo en que Cathy esté dispuesta a aceptar instrucciones de lo que debe hacer.

Cathy - No poder trabajar.

### ¿Qué debemos intentar / hacer basándonos en lo que hemos aprendido?

El personal apoyará a Cathy para que encuentre oportunidades como voluntaria para trabajar con niños en donde puede mantener control de lo que ella hace.

# Seleccionar mis apoyos y quién me los presta

## Habilidad: Preguntas 4+1

¿Qué hemos intentado?

¿Qué hemos aprendido?

¿Con qué estamos contentos?

¿Qué nos preocupa?

¿Qué debemos intentar o hacer basándonos en lo que hemos aprendido?

# Consideraciones adicionales para proveedores

CÓMO  
HACERLO

## Habilidad: Enfoque de riesgos centrado en la persona

### Decisiones y riesgos

A veces un proveedor de servicios y/o un coordinador de servicios, aunque tenga las mejores intenciones, podría limitar las decisiones de una persona con una discapacidad porque le preocupa que se lastime a la persona o que se aproveche de ella. O quizá piense que la persona tome una “mala” decisión si se le dan las libertades que requiere la Regla HCBS.

Es importante recordar que todos los miembros de la comunidad, incluidas la persona que reciben servicios a domicilio y comunitarios, tienen derecho a tomar decisiones, aunque éstas den malos resultados.

La gente aprende cometiendo errores. Quienes tienen un papel de apoyo deben maximizar la habilidad de una persona para tomar decisiones mientras deben minimizar el riesgo de poner en peligro a la persona o los demás.

### Cómo funciona

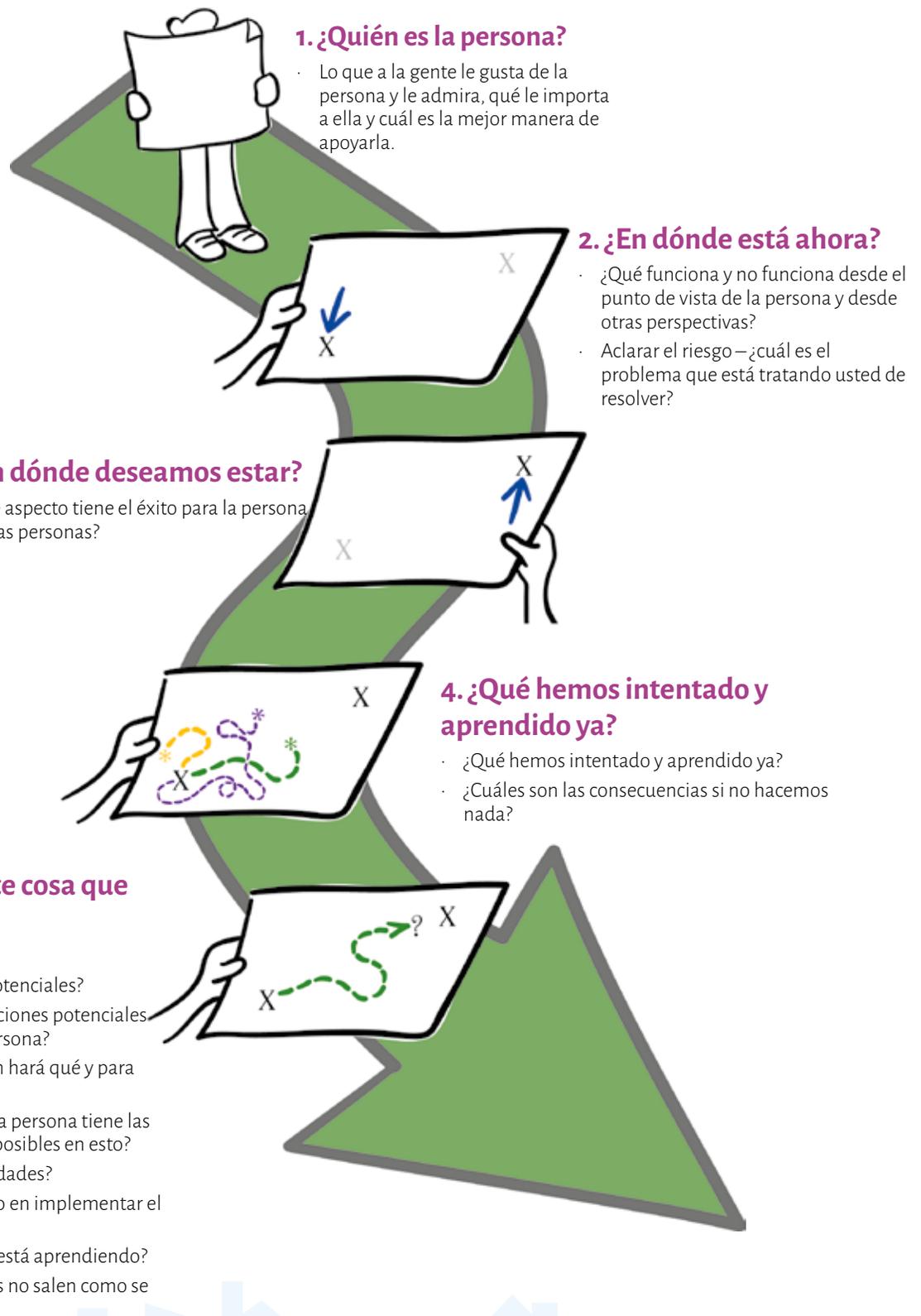
Todos tomamos riesgos, desde conseguir un nuevo empleo hasta probar un nuevo pasatiempo, ir de vacaciones o simplemente cruzar la calle. Evaluamos el riesgo posible y tomamos entonces una decisión basada en los beneficios potenciales, reduciendo a la vez la probabilidad de que el resultado sea algo malo. Eso es la evaluación de riesgos. El control de riesgos centrado en la persona es el reconocimiento de que la persona que reciben el apoyo tienen derecho a arriesgarse para tener la vida que desean; para aprovechar las oportunidades, aunque vengan acompañadas de riesgos. Una vida sin riesgos es una vida sin oportunidades, sin calidad, sin cambios.

### Cómo ayuda

- El enfoque de los riesgos centrado en la persona beneficia las organizaciones que apoyan a personas en todo tipo de situaciones en que se recibe atención, desde ancianos o gente con demencia hasta personas con discapacidades intelectuales o del desarrollo o necesidades de salud mental.
- Asegura que el control de riesgos empieza desde el punto de vista que tiene sentido para la persona. Es parte de la manera en que se brinda el apoyo, en lugar de ser aparte de la misma.
- Pone a la persona firmemente en el centro del proceso y empieza por averiguar qué es lo que quiere en la vida.
- Permite a la persona, y a su círculo de apoyo, determinar cómo puede lograr lo que desea de la manera más segura posible, en lugar de empezar a preguntar si puede ocurrir del todo, simplemente porque está recibiendo apoyo.

# Consideraciones adicionales para proveedores

## Habilidad: Enfoque de riesgos centrado en la persona



## Consideraciones adicionales para proveedores

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Habilidad: Enfoque de riesgos centrado en la persona

#### Oscar

Oscar tiene 27 años, es un “hombre que tiene intereses típicamente masculinos” y vive en un hogar colectivo con tres hombres más que considera como amigos. Él les llama sus “hermanos de otras madres”. En casa con frecuencia asume el papel de “asistente” autoproclamado del personal; ayuda con tareas diarias como sacar la basura y hacer la compra para la casa. También le gusta aconsejar a sus “hermanos” sobre cómo pueden convertirse también en “asistentes”. Ha tenido un trabajo de tiempo parcial en la tienda de abarrotes local durante los dos últimos años, en donde muchos clientes habituales lo conocen por su nombre. A Oscar le encanta su trabajo allí; se le ha promovido de empaquetador a repositor.

Lo que más le gusta a Oscar es pasar el rato con “los

muchachos” con la mayor frecuencia posible, tomando y jugando billar en el bar a la vuelta de la esquina de su casa. Le gusta conocer a gente nueva allí, especialmente mujeres. Oscar nunca ha tenido novia; siente que tomar y presumir de sus habilidades en el billar (las aprendió de los muchachos en el bar) le ayudan a que las damas se fijen más en él. Espera que un día tenga tanta suerte como algunos de los hombres que conoce, que una dama se lo llevará a su casa después de pasar tiempo juntos. Algunos de sus compañeros de trabajo de la tienda de abarrotes han empezado a jugar billar allí los fines de semana. A Oscar le da vergüenza traer amigos a casa porque no desea que sepan que vive en un hogar colectivo. El administrador del hogar le pide a la gente que respete las horas de silencio a la medianoche con el fin de no perturbar a los demás. Por lo general Oscar llega a casa para la medianoche. Sin embargo, con frecuencia se le olvida cargar su celular antes de salir y, en ocasiones, ha estado demasiado crudo para poder ir a trabajar. En una de esas ocasiones uno de los miembros del personal de apoyo, una mujer, le alentó a Oscar a tomar solo un trago en el bar de ahora en adelante o “simplemente ir a pasar el rato en otro lugar”. Esto enfureció a Oscar haciendo que le gritara, “¡No eres mi patrona!” Lamentablemente ha pasado tiempo en la cárcel por delitos leves como pleitos en bares y embriaguez en público.

Usted le brinda apoyo a Oscar. ¿Cómo evaluaría varias estrategias para lidiar con el riesgo y prestar servicios de una manera segura y centrada en la persona?

# Consideraciones adicionales para proveedores

## Habilidad: Enfoque de riesgos centrado en la persona

**Describir la actividad / la circunstancia asociada con el riesgo**

Oscar le gusta tomar y pasar el rato en bares casi todas las noches.

**¿Cómo se relaciona la actividad / circunstancia con lo que le importa a la persona / es importante para ella?**

Le importa a Oscar establecer y mantener relaciones, y ser lo más independiente y típico posible. En el bar tiene acceso a muchos amigos y amigas nuevas potenciales y diferentes. Ser uno de “los muchachos” allí le hace sentirse independiente. También le encanta jugar al billar y puede hacerlo allí. Asimismo, tener a sus compañeros de trabajo y convivir con ellos le hace sentirse incluido allí y en el trabajo. Es importante para Oscar que no le metan a la cárcel, no tener adicciones, estar a salvo de relaciones sexuales sin protección y mantener su asistencia en el trabajo a fin de poder conservar su trabajo. Esta actividad es importante para Oscar para poder mantener un sentimiento emocional de aceptación y confianza.

**En apoyar a esta persona alrededor de esto...**

**¿Qué hemos intentado?**

Alentarle a tomar solo un trago en el bar.

**¿Qué hemos aprendido?**

Limitar lo que toma hace que Oscar se enoje y sienta que se le está controlando.

**¿Con qué estamos contentos?**

Oscar respeta la hora de llegada y no despierta a los demás cuando llega borracho a casa.

**¿Qué nos preocupa?**

Oscar podría volverse alcohólico y terminar en la cárcel por caminar ebrio rumbo a su casa, excederse y meterse en pleitos en los bares, tener contacto sexual sin protección.

**Considerando lo anterior, ¿qué soluciones podríamos intentar a continuación? ¿En dónde nos colocan estas soluciones en el cuadro enseguida?**

**Feliz (importa a)**

Preguntarle a Oscar si ha considerado otras actividades que le gustarían, en las cuales pasaría el rato con los muchachos y los compañeros de trabajo, que no tenga tantos problemas de seguridad. Pregúntele si le gustaría recibir algunos consejos de maneras para conocer a mujeres. Pregúntele si siente que si tiene un amigo con quien caminar a casa podría ayudarle a evitar llamar la atención de la policía. Pregúntele si le gustaría recibir consejos para evitar pleitos en bares (para evitar tiempo posible en la cárcel como resultado del pleito), Recuérdle a Oscar cargar su teléfono con más frecuencia para que, cuando salga, si necesita que lo lleven a casa u otro tipo de ayuda mientras camina a casa, pueda llamar a alguien.

No lidiar con los riesgos para nada. Dígale a Oscar que puede hacer lo que quiera hacer.

Dígale a Oscar que no puede tomar más de dos tragos. Pídales a los cantineros que no le sirvan demasiado a Oscar. Recomiende otros lugares en donde socializar, pregúntele si le interesaría tener su propia mesa de billar e invitar a los amigos a jugar. Hable de los síntomas de envenenamiento por alcohol y qué hacer si los siente.

¡Ni siquiera piense en estas estrategias!

**Seguro (importante para)**

**Peligroso (en conflicto con importante para)**

**Triste (en conflicto con importa a)**

# Consideraciones adicionales para proveedores

## Habilidad: Enfoque de riesgos centrado en la persona

Describir la actividad / la circunstancia asociada con el riesgo			
¿Cómo se relaciona la actividad / circunstancia con lo que le importa a la persona / lo que es importante para ella?			
En apoyar a esta persona alrededor de esto...			
¿Qué hemos intentado?	¿Qué hemos aprendido?	¿Con qué estamos contentos?	¿Qué nos preocupa?
Considerando lo anterior, ¿qué soluciones podríamos intentar a continuación? ¿En dónde nos colocan estas soluciones en el cuadro enseguida?			

**Cosas que  
quiero  
recordar**

**Cosas que  
quiero  
recordar**

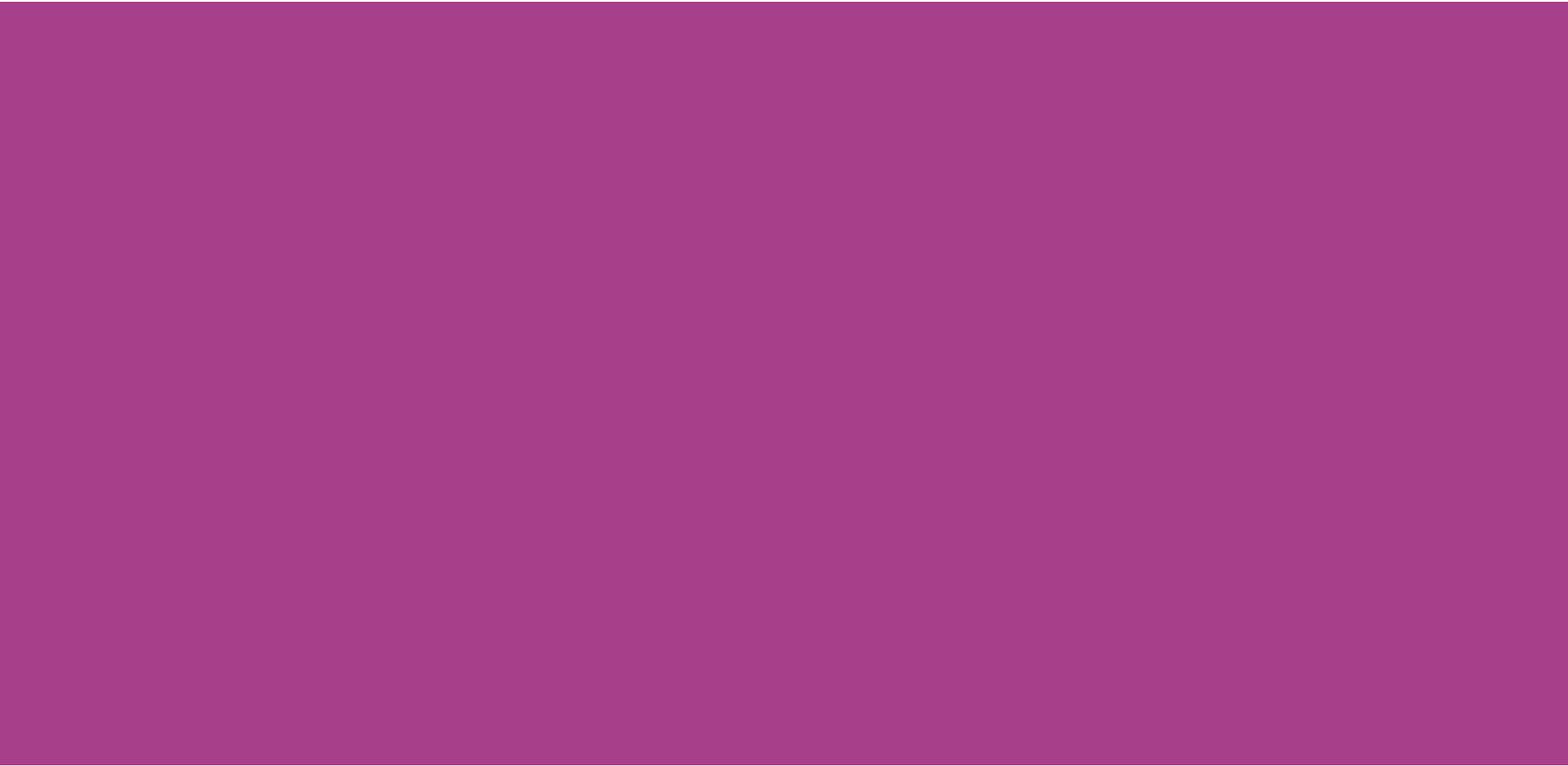
**Cosas que  
quiero  
recordar**

## Subsidio del Proyecto Socios Pares de HCBS

El Departamento de Servicios del Desarrollo de California patrocina y subsidia el cuaderno de trabajo. UCP WORK, Inc., es la agencia líder que representa un proyecto regional que refleja el esfuerzo de múltiples proveedores para apoyar a personas y familias en el área de captación del Tri-Counties Regional Center, entre los que se incluye a UCP-LA y Villa.

Esperanza en el Condado de Ventura, UCP WORK, Inc., CPES/Novelles y Devereux en los Condados de Santa Barbara y San Luis Obispo. Un subcomité especial del Comité Asesor de Proveedores del TCRC, integrado por proveedores de servicios, personal del centro regional y representantes del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD), implementó una encuesta de los proveedores de servicios regionales. Al revisarse los resultados, la encuesta reveló una disparidad en la entrega de información sobre los HCBS y recursos de ideas centradas en la persona a los proveedores en áreas periféricas que operan una empresa pequeña que sirve a personas y familias.

El impulso de los esfuerzos del proyecto subsidiado se encuentra en ayudar a los proveedores a entender cómo cumplir con las nuevas normas comunitarias de la Exención HCBS. El principal objetivo de las normas y de este proyecto subsidiado es apoyar a la persona con discapacidades del desarrollo a tener una vida mejor, no solo mejor papel. Nos esforzamos en darle a la gente que apoyamos más control de sus servicios, que reciban lo que es importante para ellos: servicios que apoyen su propia visión del futuro y lo que es importante para ser miembros sanos, seguros y valiosos de su comunidad.



# Cómo vivir bien en mi comunidad

## Parte 4: Cómo planificar mi buena vida



## Manera de usar **Cómo vivir bien en mi comunidad**

Siéntase con la confianza de descargar esta guía para usarla y compartirla con otras personas. **Cómo vivir bien en mi comunidad** fue creada para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores de servicios a entender mejor los derechos y papeles para vivir bien en la comunidad. En la Parte 1 se explica qué es la Regla de Servicios a Domicilio y Comunitarios y de qué manera puede ayudar a las personas con discapacidades a vivir en la comunidad igual que otras personas sin discapacidades.

En la Parte 2 se pueden usar recursos de Charting the LifeCourse con el fin de desarrollar una visión para tener una buena vida en la comunidad. En la Parte 3 se describe cada una de las características de los servicios a domicilio y comunitarios, con algunas preguntas de reflexión para evaluar el avance y las áreas potenciales para el desarrollo continuado. Se presentan ejemplos de algunos enfoques centrados en la persona para ayudar a las personas con discapacidades y a los proveedores a moverse en la dirección de la visión de una persona para tener una buena vida. Los enfoques centrados en la persona que se describen en **Cómo vivir bien en mi comunidad** también serán útiles para que los proveedores satisfagan los requisitos de los entornos basados en el hogar y la comunidad. La Parte 4 contiene útiles consejos para colaborar con un equipo de planificación para apoyar una visión para tener una buena vida por medio de la planificación centrada en la persona, además de una variedad de recursos para obtener más información.

## Subsidio del Proyecto HCBS Peer Partners

El Departamento de Servicios del Desarrollo de California subsidia el cuaderno de trabajo. UCP WORK, Inc., es la agencia líder que representa un proyecto regional que refleja el esfuerzo de múltiples proveedores para apoyar a personas y familias en el área de captación del Tri-Counties Regional Center, entre los que se incluye a UCP-LA y Villa.

Esperanza en el Condado de Ventura, UCP WORK, Inc., CPES/Novelles y Devereux en los Condados de Santa Barbara y San Luis Obispo. Un subcomité especial del Comité Asesor de Proveedores del TCRC, integrado por proveedores de servicios, personal del centro regional y representantes del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD), implementó una encuesta de los proveedores de servicios regionales. Al revisarse los resultados, la encuesta reveló una disparidad en la entrega de información HCBS y recursos de ideas centradas en la persona a los proveedores en áreas periféricas que operan una empresa pequeña que sirve a personas y familias.

El impulso de los esfuerzos del proyecto subsidiado se encuentra en ayudar a los proveedores a entender cómo cumplir con las nuevas normas comunitarias de la Exención HCBS. El principal objetivo de las normas y de este proyecto subsidiado es apoyar a las personas con discapacidades del desarrollo a tener una vida mejor, no solo mejor papel. Nos esforzamos en darle a la gente que apoyamos más control de sus servicios, para que reciba lo que es importante para ella: servicios que apoyen su propia visión del futuro y lo que es importante para ser miembros sanos, seguros y valiosos de su comunidad.

## Reconocimientos

Gracias al gran número de colaboradores que ayudaron a desarrollar esta guía

### Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Dave Mulvey, Comité Asesor de Proyecto HCBS Peer Partners

Diva Johnson, Tri-Counties Regional Center

Harry Bruell, PathPoint

Judy Linares, UCP Work Inc.

Kathy Webb, UCP Work Inc.

Mark O'Keefe, Tri-Counties Regional Center

Mary Beth Lepkowsky, Helen Sanderson Associates USA

Michele Ferrall, CPES/Novelles

Nikisa Simmons UCP-LA

Tina Calderaro-Mendoza, Tri-Counties Regional Center

**Cómo vivir bien en mi comunidad** fue financiado por un subsidio del Departamento de Servicios del Desarrollo de California e incluye principios y conceptos desarrollados por The Learning Community for Person-Centered Practices y que se utilizan aquí con su autorización. <http://tlcpcp.com/>

Las historias y ejemplos son colaboraciones de Sue Goss, Diva Johnson, Rebecca Martinez, David Mulvey, Valerie Nix, Michael Kaszycki, Derek Smith y Mary Beth Lepkowsky. Otras personas concedieron su generoso permiso para compartir diversos recursos centrados en la persona.

Helen Sanderson Associates USA

<https://helensandersonassociates.com>

John O'Brien y Beth Mount

<http://www.inclusion.com/product/make-a-difference/>

Line Plourde-Kelly' Kapuskasing & District Association for Community Living (KDA CL)

<http://www.kdacl.com>

Charting the LifeCourse

<https://www.lifecoursetools.com>

**Editores:** Mary Beth Lepkowsky, Dave Mulvey, Eugene Baldwin

**Traducciones:** Inline Translation Services

**Diseño:** Julie Barclay

Mayo 2020

## Contents

### Parte 4: **Cómo planificar mi buena vida**

<b>Cómo colaborar con un equipo de</b> .....	4.5
• <b>Habilidad: Cuadro de relaciones</b> .....	4.5
<b>Planificación centrada en la persona</b> .....	4.11
• <b>Habilidad: Qué está funcionando / Qué no está funcionando</b> .....	4.11
<b>Listas de control de desarrollo comunitario</b> ..	4.15
<b>Recursos</b> .....	4.19

# Cómo planificar mi buena vida

## Planificación centrada en la persona

“La planificación centrada en la persona surgió de un interés apasionado en apoyar a las personas con discapacidades del desarrollo para que descubran y contribuyan sus dones”.

Connie Lyle O'Brien y John O'Brien

Entre los requisitos de servicios a domicilio y comunitarios se incluye que cada individuo tenga un plan de servicio centrado en la persona que describa sus servicios y apoyo a largo plazo para vivir bien en la comunidad.

Medicaid solo cubrirá los servicios a domicilio y comunitarios cuando se cree un plan de servicio centrado en la persona (plan de servicio) que atienda las necesidades de atención a largo plazo de la persona como una alternativa a la institucionalización. Las habilidades para las ideas centradas en la persona presentadas a lo largo de “Cómo vivir bien en mi comunidad”, dan ejemplos de personas con discapacidades que tienen más opciones positivas y control en su vida. Las habilidades ofrecen múltiples maneras de aprender lo que le importa a la persona para ser feliz, estar contenta y realizada, y lo que es importante para que la persona se mantenga sana, segura y que le aprecien los demás. La información compilada de esas conversaciones puede informar al proceso de planificación centrada en la persona.

La planificación centrada en la persona es una manera de escuchar sobre las decisiones que la gente toma acerca de la forma en que desean vivir... y hacerla una realidad. Este enfoque en la planificación surgió de un interés apasionado en apoyar a las personas con discapacidades del desarrollo para que

descubran y contribuyan sus dones.

Existen muchos métodos diferentes para la planificación centrada en la persona, incluidos PATH, cuadros, círculos de apoyo, planificación personal de futuros, planificación de estilo de vida esencial, revisiones centradas en la persona, planes Liberty, entre otros. Un elemento común en todas las formas de la planificación centrada en la persona es llegar a conocer a la persona que se apoya escuchando sus palabras y acciones, y escuchando a quienes la conocen y quieren. Las habilidades de ideas y planificación centradas en la persona que se presentan a lo largo de “Cómo vivir bien en mi comunidad” ayudan a responder a las preguntas:

- ¿Quién es esta persona?
- ¿Qué dones y capacidades aporta?
- ¿Qué oportunidades en la comunidad le ayudarán a esta persona a seguir sus esperanzas y sueños de una manera positiva y exitosa?

Por medio del proceso de planificación centrada en la persona, el individuo que recibe el apoyo:

- Identificará sus esperanzas y sueños (la “Herramienta de la visión” en la Parte 2 puede ayudar en esto).
- Identificará lo que le gusta y lo que sabe hacer bien.
- Identificará y fijará metas significativas para vivir bien en su comunidad.
- Seleccionará quién prestará los servicios y apoyo para ayudarlo a alcanzar sus metas.

La planificación le ayudará a la persona a pensar en cosas como:

- Dónde vivir.
- Con quién vivir.

# Cómo planificar mi buena vida

- Dónde trabajar o ir a la escuela.
- A quiénes tener como amigos.
- Qué hacer para divertirse.
- Qué hacer en el futuro.
- Qué servicios y apoyo desea y necesita la persona.

La planificación centrada en la persona es un proceso continuo.

- No ocurre solo una vez.
- La persona puede compartir sus ideas en cualquier manera que se comuniquen.
- La persona con una discapacidad podría seleccionar a otra gente que desea que esté presente.
- La planificación centrada en la persona puede verse diferente para cada individuo y eso está bien.

## El equipo de planificación

Una persona que reciba servicios a domicilio y comunitarios podría congregar a un equipo de personas que la apoyen, que la conozcan y se preocupen por ella con el fin de ayudarla con el proceso de planificación y participar como miembros del “equipo de planificación”. El propósito del equipo de planificación es identificar oportunidades para que la persona con una discapacidad establezca relaciones personales, participe en la comunidad, incremente el control de su propia vida y desarrolle las habilidades necesarias para alcanzar sus metas. La planificación centrada en la persona exitosa depende del compromiso de un equipo de gente de apoyo que se preocupa por la persona. Esta gente que ayuda actúa para asegurarse que se implementen las medidas de las que se habla en las reuniones de planificación.

¿A quién se podría invitar a participar en el equipo de planificación?

- La persona que recibe los servicios a domicilio y comunitarios es el miembro más importante.
- Padres y tutores legales.
- El personal de apoyo directo y el resto de la gente que conoce y se preocupa por la persona que recibe servicios a domicilio y comunitarios.
- Un coordinador de servicios del Centro Regional que pueda hacer arreglos para los servicios que se desean y necesitan.
- Cualquier otro individuo que la persona quiera incluir.

El equipo de planificación es especialmente útil cuando:

- La persona desea ver cómo va progresando y explorar lo que está y no está funcionando.
- La persona desea realizar un cambio en su plan centrado en la persona o de su IPP (Plan del Programa Individual).
- A la persona le gustaría recibir ayuda a pensar en algunas nuevas posibilidades.
- La persona siente que sus proveedores actuales y otras personas que la apoyan no la entienden o no la escuchan.

## Cómo empezar con la planificación centrada en la persona

El primer paso en el proceso de planificación centrada en la persona es pensar en lo que es importante en la vida de la persona. ¿Quiénes son los amigos y las personas que le apoyan que pueden ayudar? Algunas personas optarán por tener mucha gente en su círculo de apoyo. Mientras que otras escogerán muy pocas, o quizá a nadie, para que les ayuden con el plan. Eso está bien. El cuadro de relaciones es una habilidad útil para pensar detenidamente en esto.

# Cómo colaborar con un equipo de planificación

CÓMO  
HACERLO

## HABILIDAD: Cuadro de relaciones

### Cómo funciona

Captura a quiénes conoce una persona, de dónde los conoce y de qué manera estas redes y relaciones pueden ayudar a la persona a vivir la vida que escoja.

### Cómo ayuda

Es una manera de identificar a quiénes le importan a una persona y de explorar cualquier cuestión importante con respecto a esas relaciones. Contribuye a la planificación de apoyo centrada en la persona porque resalta a aquellas personas que deberían participar en la planificación, además de ayudar a descubrir cuáles relaciones se deben fortalecer y apoyar.

### Cómo usarlo

1. Determinar quiénes son las personas importantes en la vida de la persona.

La cercanía emocional determina en dónde van los nombres en el cuadro de relaciones, en contraste con la proximidad de una relación “sanguínea”. Se agregará a la gente que conoce a la persona bien y se preocupa por ella a los círculos más próximos al centro. Esto se basa en la conexión emocional y la fortaleza de los sentimientos hacia la persona y no necesariamente en cuánto tiempo se pasa con ella.

2. Averiguar a quién escuchar.

Un cuadro de relaciones nos da ideas de con quién debemos hablar con el fin de desarrollar una imagen buena de lo que le importa a la persona. No nos dice a quién escuchar. Hacer unas preguntas nos ayudará a averiguar quién tiene una relación verdadera con la persona y quién tiene solo una relación laboral. Un miembro del personal que desee saber a quién escuchar debe preguntar:

- ¿Qué le gusta de la persona?
- ¿Qué admira de la persona?
- ¿Cuándo fue la última vez que se divertieron juntos y qué hicieron?

La gente que tiene una relación laboral tendrá dificultad para responder a esas preguntas o contestará desde una “perspectiva de servicio humano”. Por ejemplo: ¿Qué le gusta de la persona? “Tiene buena higiene”.

3. Pida permiso para hablar con las personas que figuran en el cuadro de relaciones. Es más probable que la gente que tiene una relación verdadera hable sobre los dones y cualidades positivos de la persona.

Es posible que haya ocasiones en que no debería preparar un cuadro de relaciones. Por ejemplo, si alguien acaba de tener una pérdida significativa de un familiar o un amigo, es posible que esté batallando con sentimientos profundos de soledad. Por otro lado, puede ayudarle a la gente a ver quién está en su vida, con quién puede contar y en quién puede confiar.

# Cómo colaborar con un equipo de planificación

## HABILIDAD: Cuadro de relaciones

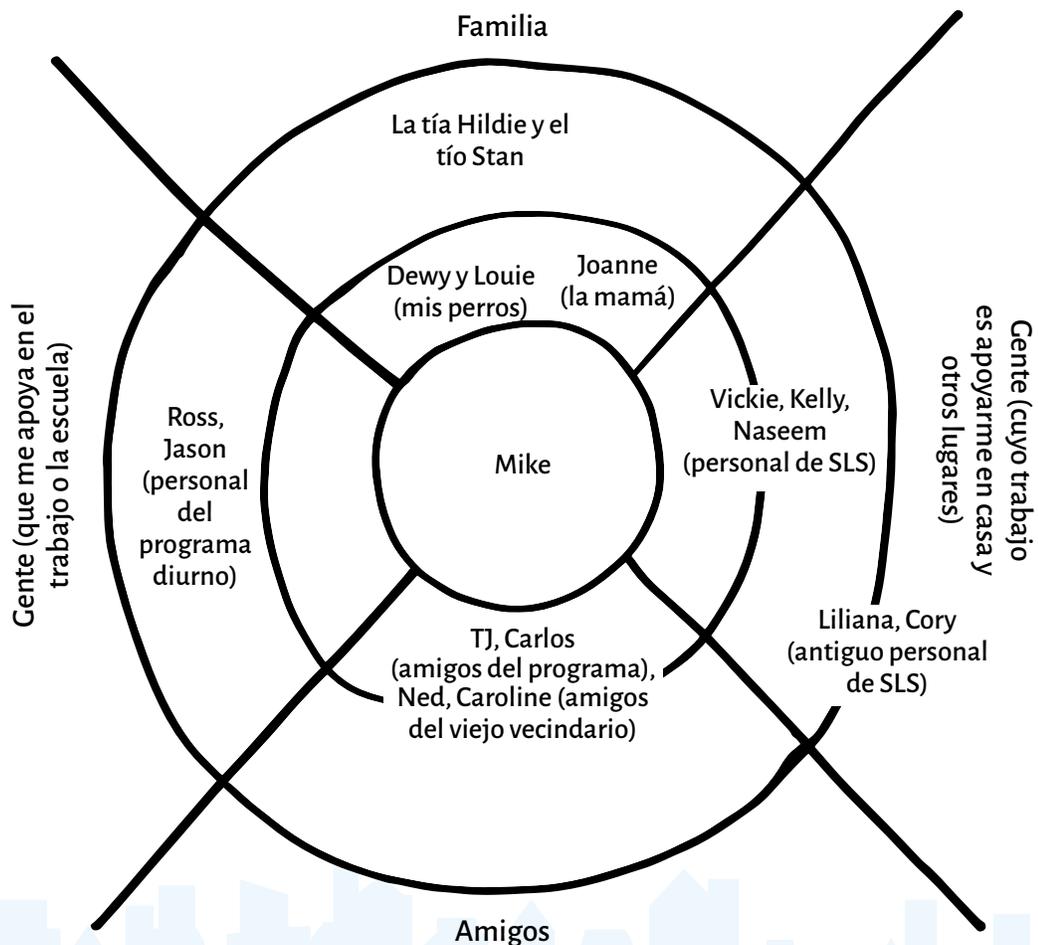
COMPARTIR  
HISTORIAS

### Mike

Mike recientemente se mudó a su propia residencia de asistencia para la vida diaria que compartió con amigos en una ciudad que era nueva para él. Como parte de su reunión de planificación centrada en la persona, él, su madre y su equipo de apoyo completaron un cuadro de relaciones. Su programa diurno actual y el personal de asistencia para la vida diaria actual se informaron de quiénes eran sus contrapartes en la ciudad donde había vivido previamente.

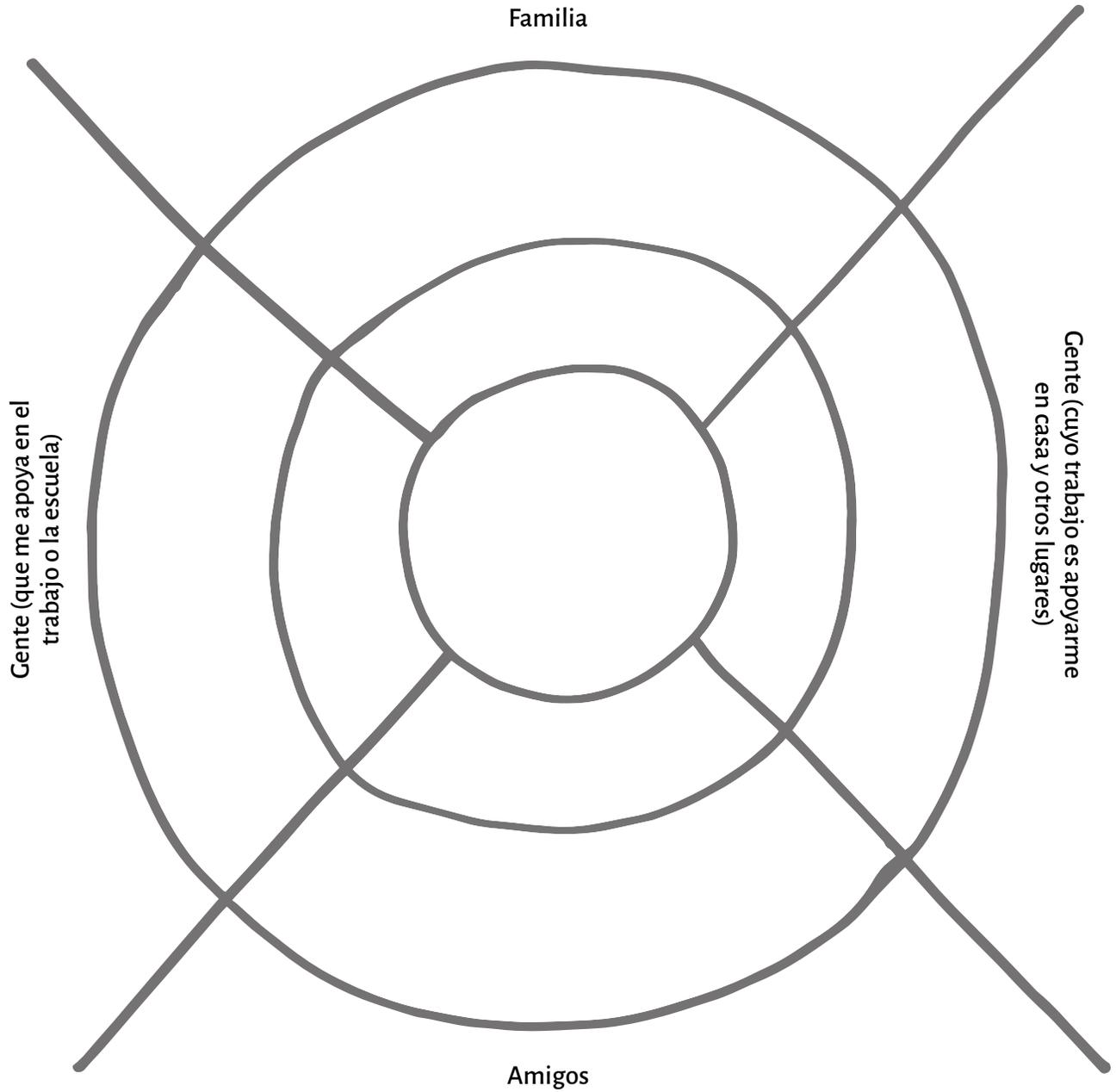
Hacer esas conexiones le permitió a su personal de apoyo actual compartir lo que sabía el personal previo sobre lo que le importaba a Mike y lo que era importante para él, y cómo brindarle el mejor apoyo.

El personal actual supo de parientes que vivían cerca del nuevo hogar de Mike y a quienes el personal pudo ayudar a Mike a visitar. También supo de Dewy y Louie, los dos perros de su madre, que eran muy importantes para Mike y a quienes él extrañaba muchísimo. El personal hizo arreglos para que Mike visitara regularmente el refugio de mascotas local, en donde pudo disfrutar de la interacción con los perros que están allí.



# Cómo colaborar con un equipo de planificación

## HABILIDAD: Cuadro de relaciones



# Cómo colaborar con un equipo de planificación

## Cómo colaborar con un equipo de planificación

Después de completar un cuadro de relaciones y con una comprensión mejor de a quién desea incluir la persona en su equipo de planificación, pida a esa gente que participe para:

- Recopilar información para desarrollar la historia de la vida de la persona.
- Explorar con la persona sus oportunidades para su participación en la comunidad, presencia en la comunidad, opciones y expresión de derechos, respeto y competencia.
- Preparar una descripción centrada en la persona que incluya cosas que a la persona le gusta hacer y que prefiere no hacer.
- Desarrollar un perfil/una descripción de una página que incluya consejos de primera sobre “Lo que los demás aprecian de mí”, “Lo que me importa a mí” y “Cómo apoyarme mejor”. El perfil de una página puede ser una excelente presentación de una persona y un gran sitio donde empezar para un equipo de planificación.

## Reuniones del equipo de planificación

Se puede solicitar tener una reunión del equipo de planificación siempre que la persona lo desee para desarrollar o actualizar su plan centrado en la persona o resolver problemas u obstáculos. Este es un resumen de lo que podría ocurrir durante una reunión del equipo de planificación centrada en la persona.

1. La persona que recibe apoyo decidirá un propósito, un orden del día, hora y sitio para la reunión. La persona podría invitar a veces a otras personas para ayudar con esta logística.
2. Desarrollar un entorno acogedor. Si la reunión es en persona, considere brindar una hospitalidad sencilla y arreglar una habitación que sea cómoda y no demasiado formal. Si la reunión es remota por videoconferencia, calcule tiempo para asegurarse que la gente se puede ver y escuchar mutuamente, y entregue los materiales con anticipación. Hay varias herramientas virtuales que pueden hacer que la gente participe bien y apoyar una interacción significativa.
3. Cuando inicie la reunión pida a los participantes que se presenten y compartan algo que a ellos les guste, admiren o aprecien de la persona con quien el equipo está creando un plan.
4. Revise el perfil de una página de la persona para averiguar qué les gusta y admiran de ella, qué le importa a ella y cómo apoyarla mejor. (Aprenda a desarrollar un perfil de una página en la Parte 2).
5. Aclare las ideas de la persona sobre el futuro con respecto al tema central de la reunión (por ej., encontrar un nuevo sitio para vivir, conseguir un trabajo, conocer a más gente, aprender a preparar comidas e ir a comprar el mandado, etc.) (use la LifeCourse Trajectory en la Parte 2).

# Cómo colaborar con un equipo de planificación

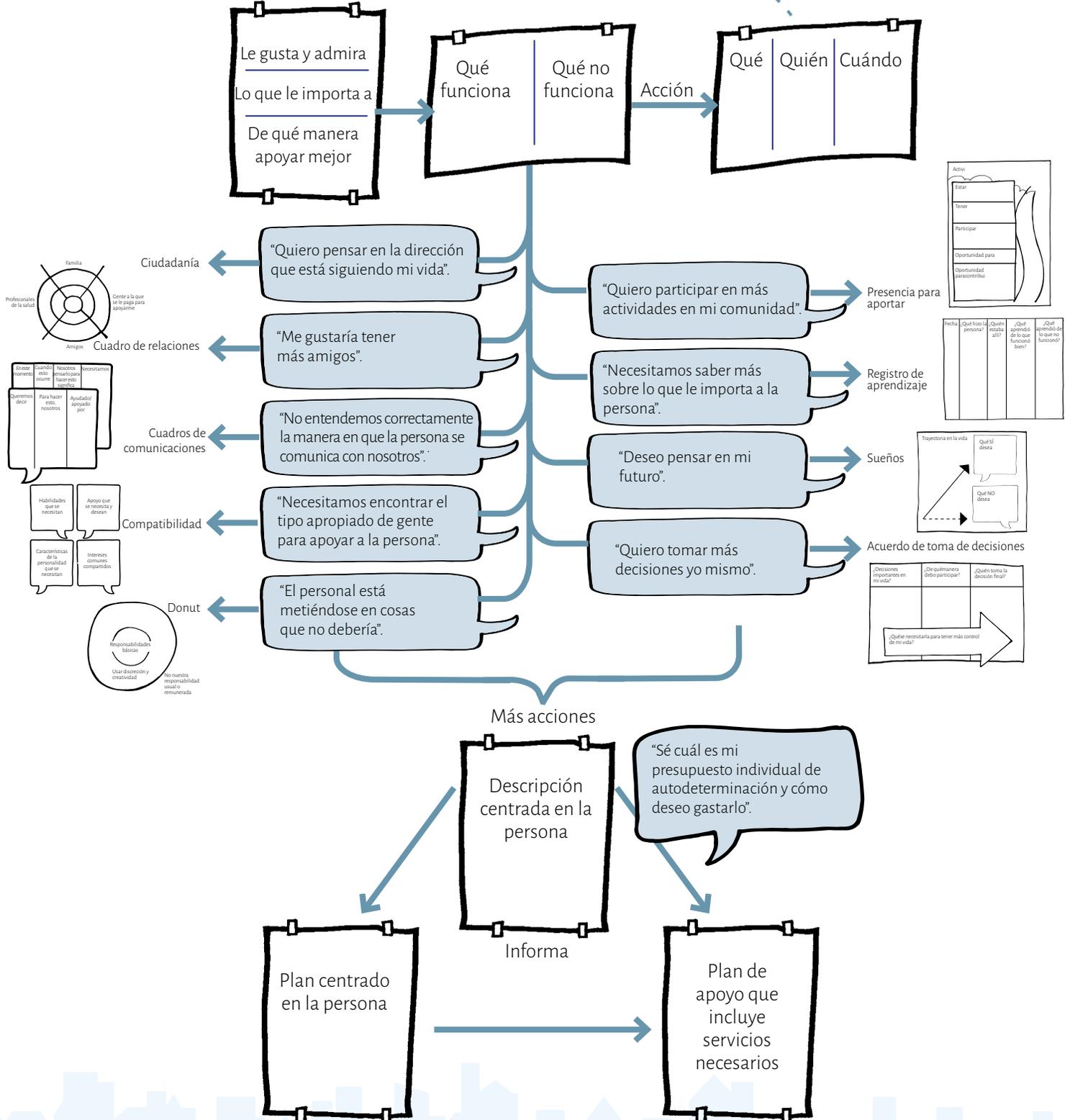
6. Enseguida el equipo de planificación revisará lo que está pasando ahora en la vida de la persona. Esto podría incluir informarse de las rutinas y rituales de la persona o qué determina si es un buen día o un mal día. (ver la Parte 3).
7. Considere lo que está funcionando en la vida de la persona que necesita apoyo para seguir haciéndolo. También vea qué no está funcionando en la vida de la persona que quizá se necesite cambiar. Documente esas oportunidades y obstáculos conforme vayan surgiendo. Las habilidades de “lo que le importa a la persona/ lo que es importante para ella” y “qué funciona/no funciona” son excelentes para identificar qué necesita seguir igual y qué se precisa cambiar o agregar en el futuro. La imagen en la siguiente página muestra la manera en que diferentes habilidades para las ideas centradas en la persona pueden ayudar al equipo de planificación a explorar diferentes obstáculos y oportunidades. (Parte 4).
8. Intercambie ideas sobre los siguientes pasos posibles, comprométase para actuar e identifique los servicios y apoyo que son necesarios para responder en mayor medida a las necesidades de la persona.
9. Fije una hora y lugar para la siguiente reunión para revisar el progreso y ajustar el plan si se necesita.
10. Termine la reunión invitando a cada una de las personas a compartir una cosa que hayan apreciado acerca del tiempo compartido.

Es importante recordar que cada persona es diferente y cada equipo de planificación será diferente. La persona que reciba servicios a domicilio y comunitarios guiará el proceso de planificación y podrá usar los pasos antes listados o un enfoque diferente que mejor se adapte a sus necesidades. El proceso de planificación continua con revisiones periódicas para seguir aprendiendo y actualizar la visión, metas, servicios y apoyo necesarios, y acciones de la persona. El uso continuo de diferentes herramientas de ideas centradas en la persona facilitará la recopilación de nuevas perspectivas para ayudar a la persona a avanzar para realizar su visión de una buena vida en la comunidad.

# Cómo colaborar con un equipo de planificación

## Del perfil de una página a un plan centrado en la persona

### Perfil de una página Revisión centrada en la persona



# Planificación centrada en la persona

CÓMO  
HACERLO

## HABILIDAD: Qué funciona/no funciona

La habilidad de qué funciona/no funciona es una manera útil de empezar una conversación sobre la planificación centrada en la persona, o evaluar los problemas con un equipo de planificación. Puede ayudar a reconocer aquellas cosas que están funcionando y que se necesita que sigan igual, y las que no están funcionando y se precisa cambiar.

### Cómo funciona

Ésta es una herramienta analítica que le apoya para ver en una forma instantánea en el tiempo desde múltiples perspectivas. Es una manera de analizar una situación para que usted capte qué está funcionando o teniendo sentido en esa situación así como lo que no está funcionando. Es bastante sencillo en apariencia. Completado, puede ser solo cuatro cuadrantes en una página.

### Cómo ayuda

- Ayuda a la gente a tener una perspectiva, hacer una pausa, retroceder y "ver el bosque y los árboles a la vez".
- Sirve como un puente entre lo que hemos aprendido acerca de "lo que importa a/es importante para" y la planificación de medidas.
- Le ayuda a la gente a desatascarse ya que contiene dos de los principios básicos de las negociaciones. Cuando se obtiene la perspectiva de cada persona en papel, siente

que se le escucha. Examinar situaciones detalladamente, puede ayudarle a encontrar áreas en qué coincidir; usted empieza con "puntos en común".

### Cómo usarlo

Facilitar esta habilidad implica varios pasos:

1. Cree un entorno en donde los participantes se sienten libres para compartir honestamente.
2. Invite a los participantes a compartir sus ideas sobre lo que está funcionando o no según su perspectiva. La gente puede usar palabras, dibujos o imágenes para comunicar sus ideas.
3. Aliente a los participantes para que revisen lo que los demás han escrito. Podría ayudarles a concentrarse en sus ideas.
4. Cuando la gente termine de escribir, pida aclaraciones según se necesite.
5. Buscar áreas en que hay acuerdo en lo que está funcionando y no funcionando.
6. Donde haya desacuerdo, examine qué dice acerca de lo que es importante para cada uno de los participantes.

Desde la perspectiva de la persona	¿Qué tiene sentido? El lado POSITIVO: ¿Qué está funcionando ahora mismo?	¿Qué no tiene sentido? El lado NEGATIVO: ¿Qué no está funcionando ahora mismo?
Desde la perspectiva de otras personas	Use esta información para desarrollar una lista de cosas que se deben quedar igual	Use esta información para desarrollar una lista de cosas que se necesita cambiar

Desacuerdos

# Planificación centrada en la persona

## HABILIDAD: Qué funciona/no funciona

COMPARTIR  
HISTORIAS

### Katarina

Como coordinadora de servicios, utilicé la habilidad Qué funciona/no funciona para desarrollar un plan de acción que abordara el problema del cual me informó Juana, una de las administradoras de un hogar de cuidado comunitario de seis personas. Juana compartió que Katarina, que vivía en el hogar, estaba llegando a menudo a casa de su programa diurno llorando, diciendo que no deseaba volver al programa. Katarina tiene mucho ánimo y le encanta estar con sus amistades en el programa diurno, así que fue inusual que ella no quisiera volver. Katarina le contó a Juana que el personal había insistido en examinar el contenido de su mochila enfrente de todos los demás participantes del programa diurno. A veces le acusaban de tratar de robarse objetos que no eran suyos. Katarina estaba avergonzada y enojada. Cuando le pregunté al personal del programa diurno,

me explicaron: A pesar de que se le animaba para que no lo hiciera, Katarina tenía la costumbre de salir del programa diurno con su mochila llena de sus pertenencias favoritas. Les preocupaba que con frecuencia Katarina se distraía por estar jugando con las cosas que había traído. Asimismo, desaparecían artículos propiedad del programa, de otros participantes del programa y del personal, los cuales se encontraban días más tarde en la mochila de Katarina.

El personal había empezado a revisar la mochila de Katarina todos los días antes de que se fuera para buscar artículos faltantes. La inspección se realizaba en la sala principal del programa mientras Katarina y los demás participantes estaban esperando transporte.

Invité a Katarina, a Juana y al personal del programa diurno a que se reunieran conmigo para hablar de la situación y tratar de usar el análisis Qué funciona/no funciona. El personal me informó que alguien que había asistido a la capacitación les había hablado de la herramienta “qué funciona/no funciona”. Ya habían usado el análisis y decidido que el robo de artículos por parte de Karina era la razón principal por la cual no estaba funcionando y que se necesitaba afrontar. Señalé que no habían tratado de obtener información de Katarina ni de Juana acerca de sus perspectivas. En nuestra reunión nos enteramos de muchas cosas más usando el análisis Qué funciona/no funciona.

Basándonos en lo que nos enteramos, todas las partes acordamos varias estrategias para lidiar con las cuestiones.

Katarina volvió y estuvo contenta una vez más de estar en su programa diurno. Aunque la solución no fue perfecta (Katarina seguía en ocasiones olvidando pedir prestado algo), reunirse en privado con el personal evitó poner en vergüenza a Katarina enfrente de los amigos y a ser más receptiva a consejos del personal.

	¿Qué está funcionando?	¿Qué no está funcionando?
Katarina	Traer mis cosas favoritas al programa en caso de que no me guste la actividad que estén ofreciendo. Estar con mis amigos.	Ser acusada de robar algo cuando solo estaba "tomando prestado".
Juana	Katarina asistió al programa diurno todos los días.	Katarina llegó llorando a casa. Katarina hacía que se alteraran las demás personas en la casa. Katarina se negaba a ir al programa diurno.
Day Program Staff	El entusiasmo desenfrenado y el ánimo de Katarina. Trabajar en proyectos de artesanías.	Katarina se distraía de las tareas. Katarina toma artículos que no le pertenecían.

### Acuerdos y pasos siguientes

- El personal del programa diurno, si sienten la necesidad de inspeccionar la mochila de Katarina, solo lo hará individualmente con ella en una oficina privada.
- Katarina y Juana tratarán de llegar a un acuerdo con respecto a llevar una bolsa mucho más pequeña (quizá transparente) con sus cosas al programa y limitará la cantidad de artículos que traiga de casa.
- Katarina estuvo de acuerdo en que preguntará si hay un artículo que quiera tomar prestado para llevárselo a casa.

# Planificación centrada en la persona

## HABILIDAD: Qué funciona/no funciona

Con respecto a

Desde la perspectiva de	¿Qué tiene sentido? El lado POSITIVO: ¿Qué está funcionando ahora mismo?	¿Qué no tiene sentido? El lado NEGATIVO: ¿Qué no está funcionando ahora mismo?
	<p>Acuerdos y pasos siguientes</p>	

# Listas de control de desarrollo comunitario

Cosas en qué pensar y probar cuando usted apoya a la gente para que viva bien su comunidad.  
Clasifique estas declaraciones de la manera siguiente

**1** No he hecho esto    **2** Necesito ayuda en esta área    **3** Estoy haciendo esto

## Relaciones con la familia, los vecinos, la comunidad

1. ¿Apoyo visitas espontáneas a los vecinos?	
2. ¿Aliento a los vecinos para que visiten a la persona?	
3. ¿Tengo una lista de los clubes locales para una membresía posible?	
4. ¿Me aseguro que el expediente de la persona tiene su nombre, dirección, número de teléfono, fechas de nacimiento, fechas de aniversario de la familia inmediata, la familia extendida, amigos y conocidos?	
5. ¿Apoyo a la persona para que envíe tarjetas y cartas, y haga llamadas telefónicas?	
6. ¿Apoyo eventos que atraigan a los vecinos a la casa de la persona?	
7. ¿Apoyo a la persona para que haga cosas para el vecino y su familia (rastrillar hojas, subir de la lavandería la ropa lavada, cuidar de los niños pequeños mientras la mamá va a comprar leche)?	
8. ¿Encuentro lugares en donde puede haber oportunidades para que la persona haga algo por alguien más?	
9. ¿Apoyo a la persona para que participe en ventas de pasteles y otros eventos para recaudación de fondos?	
10. ¿Apoyo las actividades que le ayudan a la persona a que se le invite a la casa de otras personas?	
11. ¿Apoyo a la persona para que amplíe el enfoque de la conversación?	
12. ¿Me aseguro que la persona tenga un álbum de fotografías de la familia inmediata, la familia extendida, los amigos y las amistades, y sus nombres?	
13. ¿Apoyo a la persona para que tenga visitas exitosas y positivas con su familia?	
14. ¿Apoyo a la persona para que tome fotos de sí misma?	
15. ¿Me aseguro que la persona esté en listas de distribución?	
16. ¿Me aseguro que la persona haga donativos?	
17. ¿Educo sobre tipos de relaciones?	
18. ¿Apoyo a la persona para que restablezca relaciones?	

# Listas de control de desarrollo comunitario

## Miembros de la comunidad

1. ¿Apoyo a la persona para que tenga un certificado de nacimiento, una tarjeta del Seguro Social, una tarjeta médica, una tarjeta de la biblioteca, una tarjeta de crédito?	
2. ¿Me aseguro que la persona esté en la lista de distribución de tiendas, partidos políticos, calendarios escolares, revistas, periódicos?	
3. ¿Explico qué significa mantenimiento de una casa?	
4. ¿Apoyo a la persona para que done tiempo/dinero para hacer campañas de puerta en puerta, pasar boletines informativos, ayudar en la escuela dominical/los brownies/los cubs?	
5. ¿Apoyo a la persona para que sea miembro de los clubes de servicio, iglesia, auxiliares de hospital, World Wildlife Fund, etc., de su elección?	
6. ¿Apoyo las capacidades de la persona?	
7. ¿Animo a la persona para que trabaje en la comunidad, en un empleo o como voluntario?	
8. ¿Ayudo a la persona a tomar decisiones para ir a la escuela para mejorar o por un interés especial?	
9. ¿Apoyo a la persona para que asuma responsabilidades como cuidar de bebés, ventas de garaje, bailes en la calle y lavar coches?	
10. ¿He hecho una lista de los métodos de transporte, incluido compartir el vehículo?	
11. ¿Apoyo a la persona para que se desplace en la comunidad?	
12. ¿Apoyo a la persona para que vaya de compras sola, haga mandados para otras personas?	
13. ¿Apoyo a la persona para que se vuelva un cliente valioso en restaurantes, tiendas de abarrotes?	
14. ¿Brindo oportunidades para que la persona asuma control (para pagar facturas, impuestos, alquiler y otras facturas)?	
15. ¿Apoyo a la persona en sus intereses recreativos y para que se conecte, como ser miembro de un equipo?	
16. ¿Doy apoyo de una manera que no llame atención a la persona?	
17. ¿Sé cómo disminuir poco a poco o retirar el apoyo?	
18. ¿Uso varios dispositivos para enseñarle a la persona cómo ser miembro de un grupo (modelo a seguir)?	
19. ¿Me aseguro que la persona tenga un sistema de comunicación y respecto la manera en que la persona se comunica?	

## Listas de control de desarrollo comunitario

20. ¿Uso dispositivos de asistencia para apoyar a la persona?	
21. ¿Tengo una lista de los activos de la persona?	
22. ¿Puedo equiparar activos de él/ella con la membresía en un grupo?	
23. ¿Animo a la persona para que esté informada sobre lo que le rodea: periódicos, anuncios de radio/televisión?	
24. ¿Me doy cuenta que la persona necesita ayuda para escoger servicios (médico, dentista)?	
25. ¿He abogado por la persona para que sea parte del equipo de entrevistas para contratar a su personal de apoyo?	

### Abogar a favor de la persona, con ella o en su nombre

1. ¿Tengo una lista de servicios de apoyo, como diabetes, sexualidad, peso?	
2. ¿He apoyado a la persona para que tenga un testamento, fondo fiduciario, propiedad de una casa?	
3. ¿Qué medidas tomo para devolverle el control a la persona?	
4. ¿Ofrezco varias opciones cuando la persona está en una situación de subestima?	
5. ¿Me aseguro que la casa donde vive la persona no es la residencia del personal?	
6. ¿Apoyo a la persona para que pida ayuda cuando la necesite?	
7. ¿Participa la persona en la planificación de sus horarios/rutinas?	
8. ¿Valoro a la persona como parte del equipo de toma de decisiones?	
9. ¿Abogo ante los representantes locales por cosas como la accesibilidad?	
10. ¿Apoyo a la persona para que se una a People First, grupos de jóvenes en las iglesias, coros, cuartetos de barberos, grupos de baile?	
11. ¿Apoyo a la persona para que tome decisiones informadas acerca de dónde trabajar, dónde vivir y con quién?	
12. ¿Respeto la discapacidad de la persona?	
13. ¿Informo y me aseguro que la persona sabe y entiende los riesgos involucrados?	
14. ¿Confío en la persona en su toma de decisiones?	
15. ¿Respeto su privacidad?	

# Listas de control de desarrollo comunitario

## Realizar esperanzas, sueños y aspiraciones

1. ¿Puedo ponerme en el lugar de la persona?	
2. ¿Puedo ver/experimentar la vida a través de los ojos de la persona?	
3. ¿Sé como incrementar las oportunidades para apoyar a la persona para que tome decisiones?	
4. ¿Valoro la opinión de la persona?	
5. ¿Escucho a la persona?	
6. ¿Evito que la persona pase vergüenza?	
7. ¿Le hablo a la persona como adulto?	
8. ¿Uso un tono de voz diferente cuando hablo con la persona?	
9. ¿Apoyo a la persona para que le comunique a su familia lo que le gusta, disgusta, espera y desea?	
10. ¿Apoyo la comunicación con varios medios adaptivos?	
11. ¿Hablo acerca de la persona de una manera positiva?	
12. ¿Sé cómo brindar oportunidades para que haya aprendizaje?	
13. ¿Sé cómo usar diversas ayudas para el aprendizaje?	
14. ¿Sé la diferencia entre responsabilidad y control?	
15. ¿Establezco confianza con la persona?	
16. ¿Apoyo a la persona para que planifique viajes, vacaciones, objetos que comprar?	
17. ¿Sé cómo establecer conexiones para la persona en la comunidad?	
18. ¿Halago la persona e instilo autoestima?	
19. ¿Ofrezco sugerencias?	
20. ¿Comparto mis ideas?	
21. ¿Ayudo a identificar obstáculos a los sueños?	
22. ¿Apoyo a la persona para que tome riesgos y cometa algunos errores?	
23. ¿Apoyo a la persona en sus actividades funcionales?	

## Ahora

- Seleccione uno de los puntos que marcó como un 1.
- Piense en una persona específica con quien usted trabaja a quien le aplicaría este punto.
- Cree un plan de acción sobre cómo lo cambiará usted.

El programa HCBS Peer Partner espera que la información en la sección “Cómo vivir bien en mi comunidad” sea útil. Continúe usando la información parcial, o completamente, para pensar, planificar y actuar para apoyar a alguien que usa servicios y apoyo a largo plazo. El propósito de “Cómo vivir bien en mi comunidad” es ser un recurso suficiente para empezar. Existen muchos recursos para mejorar su entendimiento de los servicios a domicilio y comunitarios y las prácticas centradas en la persona.

Se anima a los proveedores de servicios que prestan servicios y apoyo a largo plazo para que participen en la capacitación para ideas centradas en la persona desarrollada por la Learning Community for Person-Centered Practices.

Se invita a las personas que ya han participado en la capacitación a que participen en las reuniones de práctica de las comunidades locales. Si desea información sobre ambos, visite el sitio web del Tri-Counties Regional Center:

<https://www.tri-counties.org/person-centered-practices/person-centered-thinking-training/>

Quienes residen fuera del área de los tres condados pueden encontrar información sobre la capacitación en su centro regional local y en **Learning Community for Person-Centered Practices**:  
<https://tlcpcp.com/>

## Sitios web útiles

Sitios web con información sobre la ideas, la planificación y prácticas centradas en la persona, y los recursos para obtener capacitación en línea y en persona.

### **Learning Community for Person-Centered Practices**

<https://tlcpcp.com/>

### **Helen Sanderson Associates**

<http://helensandersonassociates.co.uk/us/>

<https://helensandersonassociates.com>

### **Support Development Associates**

<https://www.sdaus.com/>

### **Inclusion Press**

<https://inclusion.com/>

### **Life Works Liberty Plan**

<https://www.lifeworks-sls.com/liberty-plan>

### **Open Future Learning**

<https://www.openfuturelearning.org/index.cfm?fuseaction=login.home>

### **Charting the Life Course**

<https://www.lifecoursetools.com/>

### **NCAPPS National Center on Advancing Person-Centered Practices and Systems**

<https://ncapps.acl.gov/>

### **Pacer's National Parent Center on Transition and Employment**

<https://www.pacer.org/transition/learning-center/independent-community-living/person-centered.asp>

# Recursos

## Recursos para HCBS

**Cómo acceder a servicios a domicilio y comunitarios: Una guía para personas que abogan por sí mismas. Red de autodefensa de autistas**

<https://autisticadvocacy.org/wp-content/uploads/2014/11/Accessing-HCBS-Guide-v1.pdf>

**Centrado en el sistema en comparación con centrado en la persona. Un vídeo con la Dra. Beth Mount**

<https://www.youtube.com/watch?v=y77y7XW8GtE>

**Kit de herramientas para cumplir con los requisitos para entornos basados en el hogar y la comunidad**

<https://www.medicaid.gov/medicaid/home-community-based-services/guidance/home-community-based-settings-requirements>

**El Consejo para Calidad y Liderazgo HCBS - Proyecto ACT (Advocates Creating Transformation)**

<https://www.c-q-l.org/resources/projects/the-hcbs-act-project/>

**Departamento de Servicios del Desarrollo de California - Recursos para HCBS**

<https://dds.ca.gov/initiatives/cms-hcbs-regulations/>

## Videoclips educativos sobre la planificación centrada en la persona

Introducción a la historia y los diversos estilos de la planificación centrada en la persona

**Entrevista con Michael Smull sobre la evolución de las ideas centradas en la persona. Producido por el Centro de Investigación y Capacitación para Vivir en la Comunidad, Universidad de Minnesota. 30 de septiembre de 2015**

<https://www.youtube.com/watch?v=pYtDrbkZCps>

**Michael Smull - Definiciones. ¿A qué se refieren los enfoques, ideas y planificación centrados en la persona, incluidos PATH, la planificación de estilo de vida esencial MAPS**

<https://www.youtube.com/watch?v=tvANuym5VXY&t=70s>

**Michael Smull dirige una reunión de planificación centrada en la persona**

<https://www.youtube.com/watch?v=OQbs5JhKNXM>

**Helen Sanderson describe el proceso de revisiones centradas en la persona**

<http://helensandersonassociates.co.uk/person-centred-practice/person-centred-reviews/>

**Julie Malette facilita una revisión centrada en la persona**

<https://www.youtube.com/watch?v=wxe-tB6wOz8>

## Información sobre habilidades de ideas centradas en la persona específicas

**Registro de aprendizaje - Michael Smull presenta el registro de aprendizaje, una herramienta para las ideas centradas en la persona**

<https://www.youtube.com/watch?v=JGsiWprN9bE>

**Perfiles de una página - Michael Smull - Cómo empezar a usar un perfil/descripción de una página**

<https://www.youtube.com/watch?v=meljQX2wuhM&t=54s>

**Lo que le importa a la persona/lo que es importante para ella - Michael Smull presenta la herramienta para las ideas centradas en la persona**

<https://www.youtube.com/watch?v=VDqERixM4HM&t=80s>

**Cuadros de comunicaciones - Herramientas para las ideas centradas en la persona para mejorar la voz, las opciones y el control**

<https://www.youtube.com/watch?v=Yy7TnOqSLSo>

**Rutinas y rituales, buen día/mal día, ejercicio de dos minutos - Michael Smull presenta herramientas para las ideas centradas en la persona para entender lo que le importa a la persona/lo que es importante para ella**

<https://www.youtube.com/watch?v=vDRRD3hYaSg>

**Compatibilidad - Michael Smull presenta herramientas para las ideas centradas en la persona para aclarar los papeles y responsabilidades**

<https://www.youtube.com/watch?v=QbTXpowKFMQ>

**The Donut - Michael Smull presenta una herramienta para las ideas centradas en la persona para aclarar los papeles y responsabilidad**

<https://www.youtube.com/watch?v=gCtxlCX9118>

**Preguntas 4 + 1 - Michael Smull presenta una herramienta para las ideas centradas en la persona para análisis y acción**

<https://www.youtube.com/watch?v=KYzxYcMN7sE&t=70s>

**Qué funciona/no funciona - Michael Smull presenta una herramienta para las ideas centradas en la persona para análisis y acción**

<https://www.youtube.com/watch?v=M19ohtHcvok>

**Cosas que  
quiero  
recordar**

**Cosas que  
quiero  
recordar**

