

## Elecciones Opciones Recursos Educación

Juntos, trabajamos para información exacta y consistente acerca de los servicios para los adultos con incapacidades, sus familias y sus partidarios.

### Proyecto CORE

PMB#175  
1324 N. Liberty Lake Rd  
Liberty Lake, WA 99019

Numero Gratuito:  
**1(800)572-7368 (v/tty)**

Phone:  
**1(509)928-1522**

Fax:  
**1(509)928-1522**

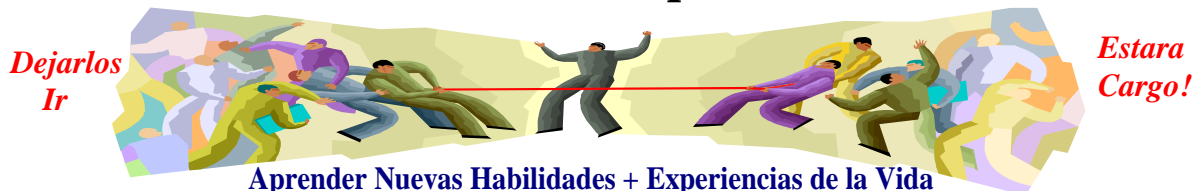
Correo electrónico:  
**core@projectcore.org**

**www.projectcore.org**

Este boletín es información y no un substitute para Consejos legales. Cuando consultar a un abogado, está seguro ese abogado que usted escoge tiene pericia en la ley de la incapacidad.

Para más materias, por favor visita nuestro sitio al:  
[www.projectcore.org/materials.html](http://www.projectcore.org/materials.html)

## El Camino a la *Independencia*



Educar a los adolescentes muchas veces es una lucha que se siente como una guerra entre los padres e hijos. El proceso muchas veces llega a ser más complicado y puede ser molesto para los padres cuando sus hijos tienen una incapacidad. Debido a las diferentes habilidades y deseos, el camino a la vida adulta y a la independencia se verá diferente para cada adolescente y su familia.

Los comentarios que frecuentemente se les hacen a los padres de niños y jóvenes con incapacidades es que, ellos deben “dejarlos ir”. Aún, sin la preparación adecuada y la observación de sus hijos adolescentes experimentando con éxito situaciones para resolver problemas, los padres se sienten que están marchando con sus hijos al borde de un peligroso acantilado.

Uno de los trabajos de cualquier adolescente es ganar destrezas que se necesitan para vivir como adulto. Los padres muchas veces parecen que están aferrados muy fuertes, mientras que los adolescentes parecen que no toman en cuenta la precaución y van a toda prisa a tomar decisiones que los padres piensan que no están listos para hacerlas. Esta ha sido una continua lucha para los padres y sus hijos jóvenes por siglos. Los padres les dan a sus hijos adolescentes instrucciones, oportunidades para practicar, ánimos, y sus opiniones para que aprendan nuevas destrezas. Un padre sensato también le permite a sus hijos(as) adolescentes a encontrar sus propias soluciones.

Por muchas razones salen a juego más emociones y necesidades de enfrentamiento entre los padres e hijos cuando los adolescentes tienen una incapacidad. Ellos podrían pasar por constantes necesidades en lo que los padres pudiesen continuar dándoles o ayudándoles a buscar otras maneras. Ellos podrían tener problemas prediciendo lo que pasará en situaciones desconocidas, y como resultado, ellos no podrían tampoco ser capaces de anticipar lo que necesitan para prevenir un problema que se les avecina. Ellos podrían tener poca confianza en sí mismos para tomar decisiones.

### Algunas diferencias para los jóvenes con incapacidades:

- **Constante necesidad para hacer planes**
- **Mas tiempo para desarrollar destrezas**
- **Mas o diferente apoyo para aprender otras opciones**
- **Mas o diferente apoyo para tener éxito**
- **Mas o diferente experiencia para que lo lleve al éxito**

### Necesidades del Padre

**La seguridad, bienestar desde la infancia, a la niñez, hacia la vida de adulto.**



### Necesidades del Joven

**Tener experiencia para determinar el camino de la vida y tomar decisiones para aumentar la confianza.**

**El temor** de los padres por la seguridad y el bienestar de sus hijos puede llevarlos a aferrarlos al control, que niega a los jóvenes a aprender de sus experiencias que necesitan para que lleguen a ser unos adultos capaces.



### Destrezas que se necesita en la madurez

- La auto determinación
- La auto defensoría
- Empleo
- Tomar decisiones
- Iniciar actividades sociales
- Auto asistencia
- El uso del transporte
- Cuidado de salud
- Usar un presupuesto
- Mantener amistades
- Ser parte de la comunidad
- Controlar las actividades

### Algunos Pensamientos Adicionales

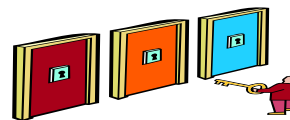
- Algunas habilidades se construyen por si solas con el tiempo. Se necesita mucho tiempo para practicarlas.
- Las habilidades muchas veces se aprenden haciéndolas, en vez de seguir instrucciones u observándolas.
- Si otros continúan haciendo los trabajos de los adolescentes, ellos no podrían aprender por sí mismos.
- La falta de habilidades de predicción puede ser debido a:
  - La falta de experiencia
  - Falta de habilidades para pensar abstractamente
  - Un error de creencia “eso nunca me pasará”
- El temor de que un(a) hijo(a) podría estar lastimado(a) puede llevar al padre a limitar al adolescente a ser expuesto en situaciones en las que pudiera cometer un error.
- Cuando el adolescente continúa pidiendo ayuda de otros, eso puede causar duda en su propia habilidad y en la confianza en sí mismo para intentar nuevas actividades.

### Los padres pueden ayudar a sus hijos a ganar habilidades que necesitan para independizarse:

- Dándoles opciones que les permitan aprender con prácticas.
- Reconociendo los errores como parte de sus experiencias.
- Permitiéndoles suficiente tiempo para aprender las habilidades.
- Ayudándoles a aprender a desarrollar un plan de reesfuerzo.
- Ayudándoles a desarrollar un extendido “círculo de apoyo.”

“Encuentro mas fácil dejar ir, cuando vi a mi hija comenzar a tomar buenas decisiones y buscar ayuda o apoyo cuando ella lo necesitaba.”  
Una Mamá

### El Éxito Consejos para los Jóvenes



- Desarrolla una lista de personas para conectarte con ellos
  - Busca algunas personas que sepan sobre la ayuda de planeamiento en la comunidad
    - Una buena persona de apoyo no te dice que hacer, pero te ayuda a alcanzar tus metas
      - Tu equipo de apoyo sirve para ti. Buscar la solución que sirva para ti
  - Todos tienen su punto de vista y creencias
    - Escucha las ideas y punto de vista de los demás
      - Saber tus necesidades, después hablar por ti solo
        - Muchas veces hay más de una solución para resolver un problema
          - Está bien pedir ayuda cuando la necesitas. Define tu éxito
            - **Celebra tu progreso**



“Espera por mi para pedirte la ayuda e necisito”