



Transición Secundaria

Entendiendo La Auto-defensa

Cómo discutir la Auto-defensa con su hijo/hija.

La Auto-defensa significa entender sus derechos y responsabilidades. Usted habla por sus derechos y es capaz de elegir y tomar decisiones que afectan a su vida.

Las características de la Auto-defensa

- **Conocimiento de sí mismo**
 - Intereses, Fortalezas y Preferencias
 - Metas y Sueños
 - Apoyos Necesarios
 - Ajustes Necesarios
 - Características de la Discapacidad de Uno
 - Responsabilidades
- **Conocimiento de derechos**
 - Derechos Personales
 - Derechos Comunitarios
 - Derechos de Servicio Humano
 - Derechos de Consumidor
 - Derechos Educativos
 - Conocimiento de Recursos
- **Comunicación**
 - Asertividad
 - Negociación
 - Lenguaje Corporal
 - Uso de Tecnología Asistencial
 - Escuchar
 - Compromiso

- **Liderazgo**

- Conocimiento de los Derechos del Grupo
- Defensa de Otros o de Causas
- Conocimiento de Recursos
- Participación Organizacional

Al defender recuerda SHARE

- S** Sit up (Siéntate derecho)
- H** Have (Ten un tono de voz agradable)
- A** Activate (Activa tu pensamiento)
 - Dí a ti mismo que pongas atención.
 - Dí a ti mismo que participes.
 - Dí a ti mismo que compares ideas.
- R** Relax (Relájate).
 - No luzcas nervioso.
 - Dí a ti mismo que te calmes.
- E** Engage (Capta la comunicación visual).

Recursos (sitios web) para comprender la autogestión:

LD Online

www.idonline.org

LD Online es el principal sitio web sobre los problemas de aprendizaje, trastornos de aprendizaje y diferencias que incluyen los siguientes temas:

- La identificación de los objetivos de auto-defensa en un IEP
- La identificación de las habilidades necesarias del estudiante para la auto-defensa en una entrevista de trabajo
- Los elementos que deben incluirse en el IEP de Transición
- Las habilidades específicas de los estudiantes con respecto a la auto-defensa necesaria en una entrevista de trabajo

El 411 de la Discapacidad, Un libro de trabajo para jóvenes con discapacidades

<http://www.ncwd-youth.info/411-on-disability-disclosure>

Colaboración Nacional de la Fuerza de Trabajo y Discapacidades para los Jóvenes (NCWD/juvenil)

El libro de trabajo 411 está diseñado para ayudar a los jóvenes con discapacidad y los adultos que apoyan a tomar decisiones informadas acerca de la divulgación. Este libro de trabajo ayuda a los jóvenes a tomar decisiones informadas sobre las decisiones personales y cómo puede afectar su educación, el empleo, y su vida social. Este valioso libro no les dice a los jóvenes lo que deben hacer, sino que les ayuda a pensar a través de sus viajes personales y les ayuda a tomar la decisión de si deben o no revelar y compartir abiertamente información relacionada con su discapacidad.

Red de Ajuste Laboral

www.askjan.org

Este sitio web es para que los empleadores y empleados con discapacidades entiendan la discapacidad, la Ley de Discapacidad de los Estadounidenses y Adaptaciones Razonables en el lugar de trabajo. Se puede encontrar una lista de Organizaciones en cada discapacidad específica.

- Haga clic en A-Z de Discapacidades y Ajustes
- Haga clic en Por Discapacidad
- Haga clic sobre Discapacidad Específica
- Haga clic en la declaración de "Adaptaciones & Adaptaciones"

Centro de Información para Padres y Recursos

<http://www.parentcenterhub.org/?s=Self-advoc>

Cada categoría conduce a definiciones y recursos adicionales que apoyan el proceso de auto-defensa.

Red de Liderazgo Juvenil de Pennsylvania (PYLN)

<http://pyln.org/pyln>

La misión de la PYLN es con propósito de desarrollar la auto-determinación, la capacitación y el liderazgo de la juventud que promueve el éxito post-escolar entre los jóvenes y los adultos jóvenes.

