

# Criando a un Niño Autodeterminado

Elección de Decisiones  
Tomando Decisiones  
Establecimiento Metas  
Resolución de Problemas



Consejos para Padres de Niños con Discapacidad  
Intelectual y Desarrollo

PAUL V. SHERLOCK CENTER ON DISABILITIES

RHODE ISLAND COLLEGE

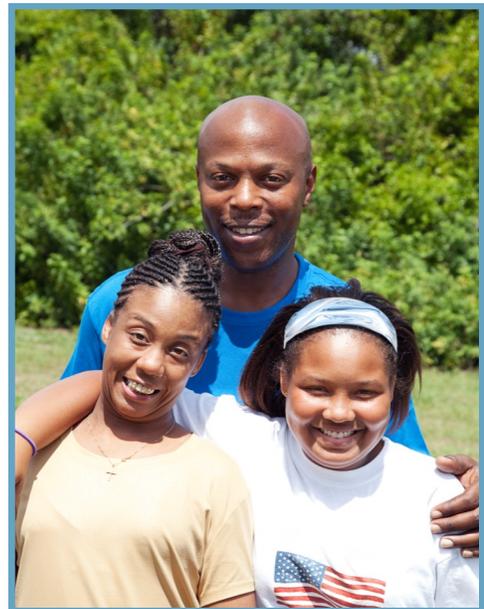
# Criando a un Niño Autodeterminado

Todos los padres quieren que sus hijos lleven una vida feliz y productiva. Ellos esperan que sus hijos serán parte de una comunidad, tendrán amigos, encontrarán un empleo significativo, vivirán lo más independiente posible, y disfrutarán de buena salud y bienestar. Los niños autodeterminados desarrollan temprano habilidades en la vida que pueden proporcionar una base sólida para el éxito en la edad adulta. Al igual que con el aprendizaje de cualquier nueva habilidad, se necesita tiempo y práctica. Por esta razón, los padres tienen que pensar en maneras de promover como tomar decisiones, fijar metas, y resolución de problemas a través de los años temprano, medio y adolescentes.

Como padre, usted puede preguntarse cómo ayudar a su hijo a aprender a controlar su vida y su futuro, mientras que al mismo tiempo mantenerlo a salvo de cualquier daño. Esto puede ser especialmente cierto si su hijo tiene una discapacidad. Tomar riesgos es a menudo parte de dar pasos hacia la independencia y la autodeterminación. Algunos padres no quieren que sus hijos tomen riesgos y limitan las experiencias de sus hijos a las experiencias que son "seguras". El desafío es manejar el riesgo, no evitarlo. Los riesgos aumentan cuando la habilidad, experiencia y/o el apoyo son limitados. Del mismo modo, aumentando las habilidades, experiencias, y los apoyos de su hijo pueden reducir los riesgos.

Proveyendo oportunidades a su hijo para que tome decisiones significativas que impactaran su vida diaria es importante. Tomando decisiones significativas comienza

con una cuidadosa consideración de las opciones que están disponibles. Ofreciendo una amplia gama de opciones grandes y pequeñas puede ayudar a su niño a descubrir sus preferencias, intereses, fortalezas y estilos de aprendizaje. Este conocimiento puede ayudar a su niño a desarrollar una vida plena que refleje sus propios sueños.



***Ofreciendo una amplia gama de opciones grandes y pequeñas puede ayudar a su niño a descubrir sus preferencias, intereses, fortalezas y estilos de aprendizaje.***

# Elección de Decisión

Proporcionar oportunidades a su hijo a tomar decisiones significativas que inciden en su vida diaria es el primer paso hacia el fomento de la libre determinación. Tomamos decisiones significativas cuando seleccionamos entre una serie de posibilidades. Ofreciendo a su hijo una variedad de opciones grandes y pequeñas puede ayudar a su niño a descubrir sus propias preferencias, intereses, fortalezas y estilos de aprendizaje. Este conocimiento puede ayudar a su niño a desarrollar una vida plena que refleje sus propios sueños. Así como los niños practican a tomar decisiones, se convierten mejor en ello - así que tienden a tomar mejores decisiones, más realistas. Como resultado, es más probable que tenga éxito en la escuela y en la vida después de la escuela.



## Qué nos dicen las investigaciones:

Tomar decisiones ayuda a los niños con discapacidades a ser más autosuficientes y fortalece su autoestima. Fomenta la creatividad, exploración y la imaginación. El grado en que los niños experimentan tomar decisiones influye en su calidad de vida.

Los niños a menudo ven su propio potencial a través de la visión creada por sus padres. Ofreciendo opciones y oportunidades diferentes cuando sea posible ayuda a los niños a identificar sus fortalezas, habilidades, y talentos.

Los niños con discapacidad son presentados con menos oportunidades para tomar decisiones que sus compañeros de desarrollo típico. Los padres pueden compensar esta diferencia al ofrecer opciones realistas y significativas que permiten a los niños experimentar el resultado de las decisiones que toman.



## Lo que puede hacer:

- ◆ En los primeros años: Para los niños pequeños, las elecciones deben ser simples y claramente definidas. Ejemplos: "¿Uva o manzana?" "¿Camisa de rayas o camisa?" "¿Colorear o leer un libro con el papá?"
- ◆ En los años intermedios: Conforme los niños crecen, la variedad y el número de opciones deberían aumentar. Proporcionar opciones acerca de la comida y la ropa, las actividades sociales, eventos familiares, de ocio y de los métodos de aprendizaje de nueva información. Involucre a los niños y jóvenes en, las decisiones familiares médicas y educativas. Ejemplos: "Es su turno para escoger una película... ¿qué vamos a ver?" "¿Como te gustaría vestirse hoy para la escuela?"
- ◆ En los años de la adolescencia: Anime a su niño a identificar las opciones y tomar decisiones en el hogar, en la escuela y en la comunidad. Discutá y ayude a su hijo a evaluar opciones en cuanto al tiempo libre, el trabajo, las amistades, las relaciones de pareja, las finanzas, y la transición a la vida adulta. Ejemplos: "¿Qué crees que te gustaría más... trabajar en la guardería o en el supermercado... ¿por qué?" "¿En qué te gustaría gastar tu dinero?"

# Tomando Decisiones

Tomar una decisión es más que hacer una elección. Como padre, usted puede apoyar a su hijo con discapacidad para aprender y practicar el proceso de tomar decisiones. Tomar decisiones implica saber acerca de todas las opciones disponibles. Usted puede ayudar a su niño a pensar en las consecuencias de cada opción. Dependiendo de la decisión, esto podría significar tener la oportunidad de probar cada opción. A continuación, puede guiar a su hijo a tomar la mejor decisión para él / ella sobre la base de lo que él / ella se enteró. Ayude a su niño a pensar y hablar sobre la decisión después. Hablar sobre sí fue o no una buena decisión le ayudará a su hijo a mejorar tomando decisiones.



## Qué nos dicen las investigaciones:

Los niños con discapacidades de desarrollo son más autodeterminado cuando tienen más posibilidades de tomar sus propias decisiones.

Las familias pueden ayudar el desarrollo de la habilidad de tomar decisiones de los niños en el hogar.

Los jóvenes con discapacidades puede tomar decisiones cuando se les da el apoyo adecuado.

Los adultos jóvenes con discapacidades que son más autodeterminada (incluyendo el tener mejores habilidades de tomar decisiones) tienen mejores resultados escolares, de empleo, y la vida adulta.

## Lo que puede hacer:

- ◆ En los primeros años: Dele a su hijo la oportunidad de probar un montón de diferentes actividades. Hable con su hijo sobre lo que él / ella le gusta o no le gusta de cada una. Cuando sea posible, incluya a su hijo en las decisiones que le afectan directamente. Ejemplo: Déle a su hijo la oportunidad de jugar con varios niños. Hable con él / ella sobre esas experiencias y luego pídale a su hijo ayudar a decidir a quién invitar a las futuras reuniones de juego.
- ◆ En los años intermedios: Enseñe a su hijo a utilizar distintos métodos para recopilar información sobre actividades, tales como hablar con la gente, hacer listados, recopilar imágenes, y sus experiencias de ellas. Involucre a su hijo en las reuniones del equipo. Si su hijo no usa el habla para comunicarse, apoyelo a encontrar otras maneras de expresar las decisiones y luego honrar las decisiones tomadas. Ejemplo: Su hijo quiere una oportunidad de voluntariado. Ayude a su hijo a hablar con los jóvenes y adultos que participan en las diferentes opciones. Guíelo a leer, ver fotos o ver videos sobre las actividades. Ayude a su hijo a crear una lista de pros y contras antes de tomar una decisión. Más tarde, hablen sobre sí fue una buena decisión y por qué.
- ◆ En los años de la adolescencia: Hable con su hijo sobre las decisiones de vida a largo plazo (por ejemplo, carrera, relaciones). Ayúdale a encontrar y probar opciones con personas sin discapacidades. Apoye a su hijo a facilitar cualquier equipo de tomar decisiones. Ejemplo: Su hijo(a) y su equipo de transición estarán decidiendo sobre los ensayos de trabajo basado en la comunidad. Apoye a su hijo a expresar sus opiniones y preferencias según se evalúa cada experiencia.

# Establecimiento de Metas

Las metas son algo que su hijo le gustaría hacer, cambiar, superar, o experimentar. Establecer metas anima a todos los niños a hacerlo mejor. Se crea un clima en el que se valoran el aprendizaje y el esfuerzo. Objetivos crean estructura - son un mapa para ayudarle a usted y a su hijo desde donde estás ahora a donde usted quiere que este en el futuro. Los padres pueden ayudar con el análisis, seguimiento y proporcionar la motivación en el camino. No importa la edad de su hijo, los padres pueden ayudar a sus niños a establecer metas SMART. Objetivos SMART son las metas que son específicas, medibles, alcanzables, relevantes, y de duración determinada.

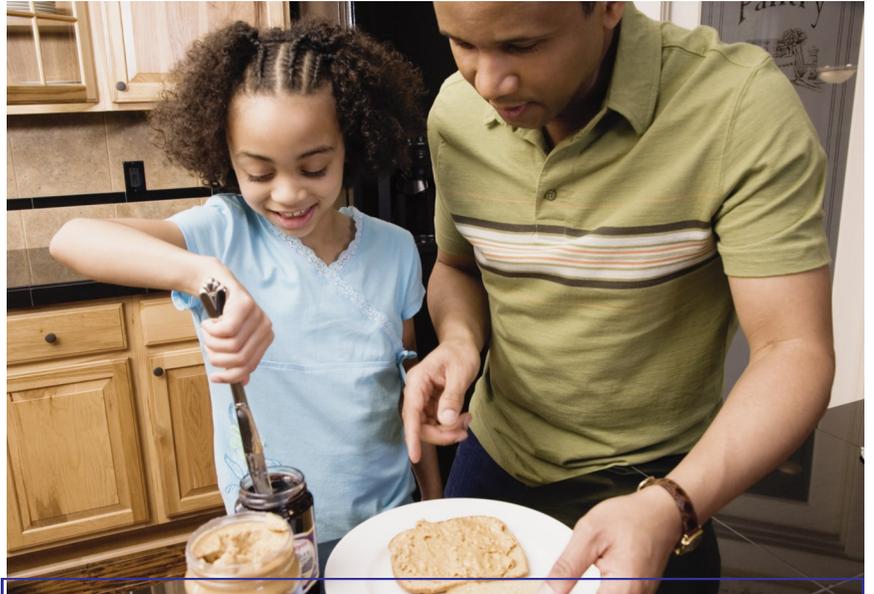


## Qué nos dicen las investigaciones:

El establecimiento de objetivos puede tener un efecto poderoso y positivo en el comportamiento humano, incluyendo mejor desempeño de tareas, motivación y la autoeficacia percibida.

Aprender a establecer y alcanzar metas puede ayudar a los estudiantes a entender y trabajar hacia lo que es más importante para ellos. El logro de los objetivos ayuda a los estudiantes a medida que buscan dirección y independencia en la escuela y la vida.

Los niños deben ser alentados a establecer metas para su aprendizaje, crecimiento personal, y su futuro. Cuando los niños aprenden a establecer metas y las alcanzan, pueden visualizar su futuro y tomar buenas decisiones.



## Lo que puede hacer:

- ◆ En los primeros años: mantenga las cosas simple y mantengalo divertido. El establecimiento de objetivos requiere la capacidad de pensar sobre el futuro y hacer planes. Los cerebros de niños pequeños todavía están desarrollando estas habilidades. Limite las metas a cosas simples que su niño pueda lograr en poco tiempo y premie sus esfuerzo, no sólo los logros. Ejemplo: Establecer una meta de aprender cómo hacer un sándwich de mantequilla de maní y jalea para el almuerzo.
- ◆ En los años intermedios: Hable con su hijo acerca de la configuración de corto plazo, metas realistas y ayudar a su hijo a hacer un plan para alcanzar esas metas. Divida las metas en pequeños pasos y muestre el progreso según vayan ocurriendo. Ejemplo: Establezca una meta para completar una tarea escolar que su hijo está muy entusiasmado. Hable acerca de cómo iniciar, lo que hay que hacer específicamente para la tarea, y cómo saber cuando se haya completado.
- ◆ En los años de la adolescencia: Discuta los objetivos a corto y largo plazo que su hijo quiere lograr. Las metas pueden ser acerca de la escuela, el trabajo o actividades sociales. Divida los objetivos a largo plazo en pequeños pasos para que su hijo pueda ver el progreso y para ayudar a mantener la motivación. Ejemplo: Ayude a su hijo a ahorrar dinero para un concierto que le gustaría asistir. Discutir cómo esto puede afectar a otras cosas que puede que desee comprar y luego establecer un plan de ahorro para alcanzar la meta.

# Resolución de Problemas

Cuando su hijo puede resolver los problemas, él / ella puede responder a retos y crear soluciones. Aprender a resolver problemas hace que su hijo se sienta más capaz, independiente y seguro en su casa, en la escuela y en la comunidad. Habilidades de resolución de problemas constituyen la base de todo el aprendizaje y permite que los niños tengan control sobre sus vidas. Las familias juegan un papel importante en el apoyo a las habilidades de resolución de problemas de un niño. Creando y dando tiempo para que su niño o joven desarrolle habilidades para resolver problemas le ayudará a prepararse mejor para hacer frente a los retos durante toda la vida.



## Qué nos dicen las investigaciones:

Los niños de todas las edades, habilidades y niveles intelectuales pueden aprender habilidades de resolución de problemas.

Los niños que se les enseñan habilidades para resolver problemas son capaces de fijar sus propias metas y alcanzarlas.

La enseñanza de habilidades de resolución de problemas permite a los niños a ser aprendices más activos que están en control de su comportamiento.

Los niños necesitan oportunidades para practicar el establecimiento de sus propias metas, tomar medidas, hacer el seguimiento de su progreso, y decidir si sus soluciones elaboradas.

Cuando la enseñanza de habilidades de resolución de problemas es mejor comenzar con una actividad que naturalmente llamara la atención de su hijo(a) y que él / ella la disfruten.



## Lo que puede hacer:

- ◆ En los primeros años: Hacer fotos para mostrar a su hijo los pasos a seguir para resolver los problemas cotidianos. Esto ayudará a su hijo a resolver problemas por su cuenta. Utilice el enfoque yo hago, nosotros hacemos, tu haces. Mostrar al niño, ver con el niño, y que el niño haga por su propia cuenta con su apoyo. Ejemplo: Cuando su hijo termine la reproducción, preguntar "¿Cómo podemos hacer que los juguetes quepan en la caja de juguetes?"
- ◆ En los años intermedios: Leer historias y hablar de los problemas y las soluciones. Según sea necesario, utilice las imágenes para enseñar cómo resolver un problema en una situación específica y que su niño lleve a cabo, punto, o decir los pasos de un plan de resolución de problemas. Ejemplo: Su hijo dice que él está teniendo un problema con un estudiante en la cafetería, pregunte "¿Qué se puede hacer cuando un estudiante tiene problemas en la cafetería?"
- ◆ En los años de la adolescencia: Ayudar a los jóvenes a aprender nuevas rutinas, lugares, horarios y normas, dándoles la oportunidad de visitar lugares de antemano y aprender el nuevo entorno. Ejemplo: "Que ruta de autobús lo llevará de la escuela a su trabajo?"

# Referencias

## Elección de Decisiones

- Clark, C., & McDonnell, A. (2008). Enseñar a la toma de decisión de los niños con impedimentos visuales y discapacidades múltiples en preescolar y kindergarten aulas. *Diario de discapacidad visual y ceguera*, 102(7), 397-409.
- Sparks, S. H. (2013). El aumento de la decisión Tomar conciencia y elección de los alumnos con discapacidad intelectual . Obtenido de UNLV Tesis / Disertaciones / Artículos profesionales / Las tapas. Libro 1953.
- Wehmeyer, M. (2005). Autodeterminación y personas con discapacidades severas: Re - examinar los significados e interpretaciones erróneas. *Investigación y Práctica de las Personas con Discapacidades Severas*, 30(2), 113-120.

## Toma De Decisiones

- Brotherson, M. J., Cook, C. C., Erwin, E.J. & Weigel, C.J. (2008). La comprensión de la autodeterminación y familias de niños pequeños con discapacidad en entornos domésticos. *Revista de Intervención Temprana*, 31, 22-43.
- Wehmeyer, M.L., & Abery, B.H. (2013). Autodeterminación y Elección. *Discapacidad Intelectual y del Desarrollo*, 51(5), 399-411.
- Wehmeyer, M.L., Shogren, K., Palmer, S., Williams-Diehm, K., & Soukup, J. (2013). El establecimiento de una relación causal entre las intervenciones para promover la autodeterminación y la mejora de la auto- determinación del estudiante. *Revista de Educación Especial*, 46(4), 195-210.

## Establecimiento de Metas

- Brown, Dale S. (2008). Fijación de Metas para Niños con Dificultades de Aprendizaje : Su papel es importante. LD OnLine. Obtenido de <http://www.ldonline.org/article/21026>
- Doran G.T., Miller A.F., & Cunningham J.A. (1981). Hay una S.M.A.R.T. manera de escribir las metas y objetivos de la gerencia. *Revisión de Gestión*, 70(11).
- Wehmeyer, M.L., Martin, J.E. & Sands, D.J. (2008). Autodeterminación y estudiantes con discapacidades del desarrollo. In H.P. Parette & G.R. Peterson-Karlan, (Eds.), *Prácticas basadas en la investigación en Discapacidades del Desarrollo*, (99-122). Austin, EX: Pro-Ed.

## Resolución de Problemas

- Palmer, S. B., & Wehmeyer, M.L. (2003). Promoción de la Libre Determinación en la Escuela Primaria Temprana : Enseñanza resolución de problemas autorregulado y Habilidades de establecimiento de objetivos. *Remediación y Educación Especial*, 24.2, 115-126.
- Wehmeyer, M. L. (2002). La autodeterminación y la Educación de los Estudiantes con Discapacidad. Arlington, VA: Cámara de compensación en Discapacidad y Educación para Niños Dotados.
- Weir, K, Cooney, M., Moss, C., Carter, E. (2011). *Fomentar la autodeterminación en los Niños y Jóvenes con Discapacidades - ideas de los padres para los padres*. Waisman Center, WI.

# Recursos Sugeridos

## Publicaciones

***Self-Determined Learning Model for Early Elementary Students - A Parent's Guide***, Centro de Discapacidades de la Universidad de Kansas

Este libro ofrece una guía para la resolución de problemas y el establecimiento de metas para que los padres las usen con los niños. Está disponible en el internet en the Beach Center Resource Library en: <http://www.beachcenter.org> o use el siguiente enlace directo:

[http://www.beachcenter.org/resource\\_library/beach\\_resource\\_detail\\_page.aspx?intResourceID=2505&Type=book](http://www.beachcenter.org/resource_library/beach_resource_detail_page.aspx?intResourceID=2505&Type=book)

***Fostering Self-Determination Among Children with Disabilities—Ideas from Parents for Parents***, Waisman Center de la Universidad de Wisconsin- Madison

Esta guía ofrece un menú de ideas desarrolladas por padres para padres para promover la autodeterminación de los niños con discapacidades . Está disponible en línea desde el sitio web del Centro Waisman en <http://www.waisman.wisc.edu/naturalsupports/pdfs/FosteringSelfDetermination.pdf>

*Estas publicaciones también están disponibles para préstamo en la biblioteca de recursos de el Centro de Sherlock. ir a [www.sherlockcenter.org](http://www.sherlockcenter.org) durante horas de la biblioteca o llame al (401) 456-8072.*

## Sitios Web

### **I'm Determined**

<http://www.imdetermined.org>

El sitio web de I'm Determined, patrocinado por el Departamento de Educación del Proyecto de Autodeterminación de Virginia, ofrece muchos consejos, herramientas y videos relacionados con la promoción de la libre determinación de los jóvenes en edad escolar con discapacidad.

### **National Gateway to Self-Determination**

<http://www.ngsd.org>

La National Gateway to Self-Determination contiene artículos, videos y otros materiales para las familias para conocer y promueven la autodeterminación con sus hijos.



Paul V. Sherlock Center on Disabilities

### **Paul V. Sherlock Center on Disabilities**

Rhode Island College

600 Mt. Pleasant Avenue

Providence, RI 02908

Phone: 401-456-8072 | TTY Via RI Relay: 711 or (800) 745-5555

[www.sherlockcenter.org](http://www.sherlockcenter.org)