



---

## CONSEJOS DE TRANSICIÓN

---



**800-825-5736**

[www.fndusa.org](http://www.fndusa.org) | [fnd@fndusa.org](mailto:fnd@fndusa.org)

*“Trabajamos para alcanzar la igualdad y la integración total de las personas con discapacidades en una sociedad sin barreras”.*

# Técnicas de comunicación colaborativa

En el contexto de las discapacidades, la comunicación colaborativa es un concepto que se relaciona con la capacidad que tienen las personas, las familias, los educadores y otros profesionales para compartir, escuchar y comprender, en un entorno agradable, la información esencial que cada uno tiene. La comunicación colaborativa alienta a todas las partes involucradas a expresar sus sentimientos con sinceridad y, al mismo tiempo, a admitir el debate y el desacuerdo.

## Comparta sus conocimientos únicos

Las personas y las familias tienen información esencial para compartir que nadie jamás conocerá, a menos que la compartan. Cree un “perfil personal positivo”. Completar un perfil personal positivo puede brindarles a los demás un mejor entendimiento de su identidad, sus habilidades e intereses. (Consulte Recursos adicionales para obtener más información).

## Sea consciente de su comunicación no verbal

Su postura, sus expresiones faciales y sus gestos pueden enviar grandes mensajes. Intente mantener una postura positiva, establecer contacto visual, sonreír y mantenerse sereno.

## Vuélvase un oyente activo

A veces estamos tan ocupados preparándonos para responder que dejamos de escuchar atentamente. Intente implementar algunas de las siguientes técnicas:

- **Repita lo que cree haber escuchado para confirmar que ha entendido.**
- **Intente ser imparcial sin sacar conclusiones precipitadas.**
- **Preste atención. Al final de la charla, parafrasee lo dicho para confirmar que todas las partes estén de acuerdo. Continúe la charla, si cree que es necesario, para aclarar alguna confusión.**

## **Comuníquese por escrito**

Al final de una reunión, realice un resumen escrito de los temas abordados y de las acciones que realizará cada parte.

## **Emplee estrategias que promuevan una comunicación colaborativa respetuosa**

Evite hacer suposiciones y emplear jergas. Comparta información que sea completa, verídica e imparcial, y respete las diferencias culturales.

## **Aprenda las reglas y los procedimientos**

Cuanto más comprenda cómo funcionan las cosas, más preparado estará para trabajar a fin de hallar la mejor solución.

## **Recursos adicionales**

### **Perfil positivo del estudiante**

El sitio web de la Family Network on Disabilities (Red de Familias con Discapacidades, FND) ofrece información adicional sobre la creación de un perfil positivo del estudiante con instrucciones específicas.

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

### **National Dissemination Center for Children with Disabilities (NICHCY)**

P.O. Box 1492 • Washington, DC 20013

Teléfono: 800-695-0285 c/teletipo • Correo electrónico: [nichcy@aed.org](mailto:nichcy@aed.org)

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

### **Información útil gratuita**

que incluye el siguiente recurso apto para descarga:

Cómo comunicarse con la escuela de su hijo a través de cartas (PA9)

<http://nichcy.org/wp-content/uploads/docs/pa9.pdf>

# Rehabilitation Act (Ley de Rehabilitación)

El objetivo de la Ley de Rehabilitación es ayudar a las personas con discapacidades a obtener un empleo y alcanzar la autosuficiencia económica, la independencia, la inclusión y la integración a la sociedad.

La Ley de Rehabilitación constituye una legislación federal que autoriza los programas basados en fórmulas de rehabilitación vocacional, empleo con apoyo, vida independiente y asistencia al cliente. También autoriza una variedad de subvenciones discrecionales a capacitaciones y servicios administrados por la Rehabilitation Services Administration (Administración de Servicios de Rehabilitación).

La Ley de Rehabilitación abarca una variedad de disposiciones que se enfocan en los derechos, la defensa y la protección de las personas con discapacidades. Autoriza la realización de actividades de investigación del National Institute on Disability and Rehabilitation Research (Instituto Nacional de Investigación sobre la Discapacidad y la Rehabilitación, NIDRR) y el trabajo del National Council on Disability (Consejo Nacional de Discapacidad).

Estos son algunos de los programas que reciben subvenciones por medio de la Ley de Rehabilitación:

## **Vocational Rehabilitation Agencies (Agencias de rehabilitación vocacional, VR)**

Las agencias estatales de rehabilitación vocacional asisten a las personas con discapacidades que se proponen dedicarse a profesiones significativas que conllevan capacitación, educación y financiamiento.

Para ver una lista de las agencias estatales de VR, visite  
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?902>

## **Client Assistance Programs (Programas de Asistencia al Cliente, CAP)**

Los CAP son una red nacional de agencias de derechos para personas con discapacidades impuesta por el Congreso y con fundamento jurídico.

Para ver una lista de oficinas de los CAP, visite  
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?039>

## **Proyectos de tecnologías de asistencia del estado**

Estos proyectos pueden ofrecer asistencia técnica para tecnologías de asistencia (assistive technology, AT), consultas, demostraciones de productos, prestar equipos y brindar préstamos con tasas bajas de interés a personas con discapacidades.

Para ver una lista de los proyectos estatales de AT, visite  
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?735>

## **Statewide Independent Living Councils (Consejos Estatales para la Vida Independiente, SILC)**

Los SILC trabajan junto con la agencia de rehabilitación vocacional estatal para desarrollar el plan de vida independiente del estado.

Para ver una lista de los SILC estatales, visite  
[www.ilru.org/html/publications/directory/association.html](http://www.ilru.org/html/publications/directory/association.html)

## **Recursos adicionales**

### **Rehabilitation Act (Ley de Rehabilitación)**

[www.ed.gov/policy/speced/reg/narrative.html](http://www.ed.gov/policy/speced/reg/narrative.html)

### **Guía de las leyes sobre derechos de las personas con discapacidad U.S. Department of Justice (Departamento de Justicia de los Estados Unidos)**

[www.usdoj.gov/crt/ada/cguide.htm](http://www.usdoj.gov/crt/ada/cguide.htm)

# Autodeterminación

## El National Center on Self-Determination (Centro Nacional de Autodeterminación)

define la autodeterminación como la capacidad que tienen las personas para tomar las decisiones que les permiten controlar sus propias vidas, alcanzar las metas a las que aspiran y adquirir las habilidades y los recursos necesarios para participar de manera significativa e integral en la sociedad.

## Practique la autodeterminación de manera temprana y con frecuencia

Los estudiantes que demuestran tener habilidades de autodeterminación cuando todavía asisten a la escuela tienen más probabilidades de obtener resultados positivos después de egresar de ella, en comparación con los estudiantes que no adquieren estas habilidades.

## Estos son algunos ejemplos de comportamientos de autodeterminación:

- Comunicar nuestras necesidades a los demás
- Evaluar cómo progresamos en el logro de nuestras metas
- Ajustar nuestro desempeño según la situación
- Crear nuevos abordajes para solucionar nuestros problemas

## Tome el control de su vida

La reiteración de oportunidades conforma la experiencia, y la experiencia contribuye al desarrollo de habilidades de autodeterminación para que una persona pueda aprender a tomar el control de los eventos más importantes de su vida. Sin habilidades de autodeterminación, las personas con discapacidades generalmente tienen niveles mucho mayores de desempleo o subempleo.

## Fomente la autodeterminación

Si usted es un familiar/educador/profesional, ayude a la persona a comprender su discapacidad. Explore y comparta información sobre las formas en que otras personas con discapacidades similares han sido capaces de alcanzar sus objetivos.

## Establezca metas profesionales

Participe en experiencias de trabajo remuneradas o no remuneradas a fin de explorar los intereses y las opciones de empleo.

## **Respete las oportunidades que tiene la persona para poner en práctica sus decisiones**

Cultive oportunidades de participación activa y significativa, desde “qué prendas usar” hasta desarrollar un Individualized Education Program (Programa de Educación Individualizado, IEP) de transición. Identifique los apoyos que podrían ser necesarios para el aprendizaje

## **Habilidades de autodeterminación**

Por ejemplo, muchas personas con discapacidades significativas no saben cómo trasladarse de manera independiente. La capacitación de transporte podría ayudar a fomentar una mayor independencia y autodeterminación. (Consulte Recursos adicionales para obtener más información sobre la capacitación de transporte).

## **Recursos adicionales**

### **Easter Seals Project ACTION**

La misión es fomentar el acceso universal al transporte de las personas con discapacidades, de acuerdo con la ley federal y más allá de ella, mediante la asociación con proveedores de transporte, la comunidad de personas con discapacidades y otros a través de la provisión de capacitación, asistencia técnica, investigación aplicada, divulgación y comunicación.

**Teléfono: 800-659-6428**

**<http://projectaction.org>**

### **Center for Self-Determination (Centro de Promoción de la Autodeterminación)**

Brinda asistencia técnica a personas y organizaciones que intentan cambiar sus sistemas de respaldo con base en los principios de la autodeterminación.

35425 Michigan Ave W, Wayne, MI 48184

**Teléfono: 734-722-7092**

**[www.centerforself-determination.com](http://www.centerforself-determination.com)**

### **Capacitación de transporte del NICHCY**

**[www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts9.pdf](http://www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts9.pdf)**

# Preparación para una reunión sobre un IEP de transición

Comunicar claramente la visión del futuro puede ayudar a que las personas comprendan que el equipo del IEP puede trabajar en conjunto para hacerla realidad. El estudiante y la familia disponen de conocimientos únicos acerca de los intereses y las preferencias del estudiante, así como el mayor interés en su futuro. Solo después de comprender las metas del estudiante para su futuro, el equipo del IEP podrá proporcionar un mayor enfoque en la educación y ayudar a construir conexiones que serán cruciales para triunfar en el futuro.

## Como familia, debatan y exploren las siguientes preguntas:

- ¿Qué sueños tiene su hijo para cuando finalice la escuela?
- ¿Cuáles son sus fortalezas e intereses en las áreas de vida independiente, empleo, vida escolar, aprendizaje, ocio y recreación?
- ¿Qué habilidades tiene en la actualidad?
- ¿Qué tipo de apoyos o capacitaciones necesita para aprender habilidades de vida independiente, empleo, recreación y ocio?
- ¿Dónde le gustaría vivir y qué apoyos necesitaría para que esa situación fuera satisfactoria?
- ¿Qué le gusta hacer en sus momentos de ocio y recreación?
- ¿Cuáles son sus necesidades prioritarias en este momento?

## Redacte una “Declaración de resultados posescolares”

Esta declaración debería abordar todos los aspectos, incluidos la educación postsecundaria, la capacitación vocacional, la educación para adultos, el empleo, la vida independiente y la participación en la comunidad.

## Considere otros planes

Infórmese acerca de otros planes, como un plan de apoyo si es beneficiario de Medicaid Waiver (Programa de Exención de Medicaid), a fin de garantizar que se coordinen los servicios.



## **Escriba las preguntas que desea formular, como por ejemplo:**

- ¿Cada meta anual abarca una o más de las necesidades identificadas?
- ¿Cuándo se cumplirá cada meta anual?
- ¿Quién se hará responsable de iniciar los servicios?
- ¿Existe alguna interrupción de los apoyos que deba abordarse?

## **Recursos adicionales**

### **Planificación de la transición: Un trabajo en equipo**

[www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts10.pdf](http://www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts10.pdf)

### **Guía de evaluación de transición según la edad**

[www.nsttac.org/content/age-appropriate-transitionassessment-toolkit](http://www.nsttac.org/content/age-appropriate-transitionassessment-toolkit)

### **Módulo en línea de THE IRIS CENTER:**

#### **Consejeros escolares**

Facilitan la transición de la escuela secundaria a entornos de educación postsecundaria de los estudiantes con discapacidades

<http://iris.peabody.vanderbilt.edu/>

#### **Transición: ¡Todo sobre mí!**

Está diseñado para estudiantes sordos o hipoacúsicos, desde los 14 años de edad hasta la adultez.

[www.pepnet.org/itransition](http://www.pepnet.org/itransition)

#### **Pero, ¿quién es el verdadero protagonista?**

Cómo ven un adolescente, sus padres y su docente el proceso de transición de un joven con discapacidades

[www.waisman.wisc.edu/cedd/pdfs/products/family/wliianyway.pdf](http://www.waisman.wisc.edu/cedd/pdfs/products/family/wliianyway.pdf)

# Claves para una transición exitosa

La transición exitosa de la escuela a un empleo, a la independencia, a la capacitación/educación superior y a la vida comunitaria no sucede “porque sí”. Requiere trabajo, planificación y compromiso.

## **Fomente el liderazgo familiar**

Los resultados de la transición son mucho mejores cuando el estudiante y la familia ejercen el rol de liderazgo en el proceso de planificación e implementación de la transición.

## **Promueva la autodeterminación**

Cultive la autodeterminación del estudiante haciéndolo parte del proceso y empleando herramientas como el folleto “Anímese a soñar” (Dare to Dream). (Consulte Recursos adicionales para obtener más información).

## **Desarrolle objetivos claros**

Desarrolle, escriba y actualice una declaración de resultados posescolares que sea clara y que se base en las preferencias y los intereses del estudiante. La declaración debería abordar todos los aspectos, incluidos la educación postsecundaria y para adultos, la capacitación vocacional, la participación en la comunidad, la vida independiente y el empleo.

## **Trabaje hacia un compromiso compartido**

Fomente el compromiso con la implementación del plan de transición entre los miembros del equipo.

## **Mantenga la flexibilidad**

Continúe desarrollando el plan de transición a medida que cambien los intereses o las preferencias del estudiante.

## Conéctese

Establezca un vínculo con organizaciones y agencias comunitarias y asegúrese de que cada entidad comprenda su rol y sus responsabilidades.

## Avance teniendo en mente el pensamiento: “Consiga un empleo y dé sentido a su vida”

Un empleo integrado de manera satisfactoria con los apoyos adecuados puede construir una conexión con la comunidad. El desarrollo de un Individual Plan for Employment (Plan Individualizado de Empleo, IPE) a través de la rehabilitación vocacional podría ser necesario para ayudar en la preparación para recuperar, mantener o mejorar el empleo.

## Considere la educación/capacitación superior

Para obtener un empleo satisfactorio en un campo en el que el estudiante está interesado, podría ser necesario recibir educación superior o capacitación adicional. Investigue qué títulos, certificados o cursos podrían ser necesarios, e incluya las metas y los objetivos en el IEP de transición a fin de ayudar al estudiante a trabajar para recibir dicha capacitación o educación adicional.

## Recursos adicionales

### **National Dissemination Center for Children with Disabilities (Centro Nacional de Disseminación de Información para Niños con Discapacidades, NICHCY)**

#### **Transición a la adultez**

[www.nichcy.org/schoolage/transitionadult](http://www.nichcy.org/schoolage/transitionadult)

#### **Decisiones sobre el título secundario para los estudiantes con discapacidades**

[www.cpt.fsu.edu/ese/pdf/diploma.pdf](http://www.cpt.fsu.edu/ese/pdf/diploma.pdf)

#### **Transición en Wrightslaw**

[www.wrightslaw.com/info/trans.index.htm](http://www.wrightslaw.com/info/trans.index.htm)

#### **El paso a la escuela secundaria**

[www.communityinclusion.org/article.php?article\\_id=148](http://www.communityinclusion.org/article.php?article_id=148)

#### **El financiamiento de la educación después de la escuela secundaria:**

#### **Guía sobre las ayudas estudiantiles federales**

<http://studentaid.ed.gov/sites/default/files/2012-13-fundingyour-education.pdf>

# Acceso a la Division of VR (División de VR)

Los servicios de rehabilitación vocacional están previstos para asistir a las personas con discapacidades y ayudarlas a maximizar su empleabilidad, su autosuficiencia económica, su independencia y su integración en el lugar de trabajo y la comunidad a través de programas integrales y coordinados de última generación. Una vez que se haya establecido la elegibilidad, deberá desarrollarse un IPE por escrito a fin de activar los servicios de rehabilitación identificados.

## **Conozca el propósito de la rehabilitación vocacional**

La Division of Vocational Rehabilitation (División de Rehabilitación Vocacional, DVR) proporciona servicios a las personas con discapacidades físicas o mentales elegibles. Estos servicios están diseñados para permitirle a la persona prepararse para un empleo, obtenerlo, mantenerlo o recuperarlo.

## **Solicite los servicios de rehabilitación vocacional**

La elegibilidad para recibir los servicios de la DVR se determina en función de la presencia de una discapacidad física o mental y una meta de empleo. Generalmente, la elegibilidad se determina en el plazo de 60 días a partir de la solicitud de los servicios. Si usted está recibiendo el Social Security Disability Insurance (Seguro por Discapacidad del Seguro Social, SSDI) o la Supplemental Security Income (Seguridad de Ingreso Suplementario, SSI) a causa de su discapacidad y pretende asegurar su empleo, podría ser elegible para recibir los servicios de la DVR.

## **Desarrolle su IPE**

Un IPE es una meta de empleo por escrito y es esencial que incluya resultados de empleo claramente redactados. Para que la DVR proporcione los apoyos necesarios para alcanzar la meta de empleo, el servicio debe especificarse en el IPE.

## **Conozca cuáles son los servicios de rehabilitación vocacional**

La DVR ofrece otros servicios que podrían ser necesarios para contribuir a la rehabilitación. Según la discapacidad y la meta vocacional, podrían necesitarse uno o más de los siguientes servicios:

- **Evaluación vocacional**
- **Planificación profesional**
- **Colocación laboral**
- **Orientación y asesoramiento**
- **Tutoría laboral**
- **Evaluación de las necesidades tecnológicas**
- **Terapia del habla y del lenguaje**
- **Capacitación/Educación después de la escuela secundaria**
- **Servicios de apoyo**
- **Diagnóstico médico y psicológico**
- **Análisis del trabajo/de las tareas en el lugar de empleo y tratamiento**

### **Recursos adicionales**

#### **Division of Vocational Rehabilitation Agencies (Agencias de la División de Rehabilitación Vocacional, DVR)**

Las agencias estatales de rehabilitación vocacional asisten a las personas con discapacidades que se proponen dedicarse a profesiones significativas que conllevan capacitación, educación y financiamiento.

Para ver una lista de las agencias estatales de la DVR, visite  
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?902>

#### **Client Assistance Programs (Programas de Asistencia al Cliente, CAP)**

Los CAP son una red nacional de agencias de derechos para personas con discapacidades impuesta por el Congreso y con fundamento jurídico.

Para ver una lista de oficinas de los CAP, visite  
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?039>

#### **¿Qué es “orden de selección”?**

[www.ilr.cornell.edu/edi/publications/PPBriefs/PP\\_23.pdf](http://www.ilr.cornell.edu/edi/publications/PPBriefs/PP_23.pdf)

### **Hoja de datos**

#### **State Vocational Rehabilitation Services Program (Programa Estatal de Servicios de Rehabilitación Vocacional)**

[www.modot.gov/mcs/documents  
statevocationalrehabilitationinformation.pdf](http://www.modot.gov/mcs/documents/statevocationalrehabilitationinformation.pdf)

# Desarrollo de un IPE

Un IPE actúa de guía para la activación de servicios de rehabilitación vocacional. El propósito de los servicios de rehabilitación vocacional es ayudar a las personas con discapacidades a obtener, mantener, retener o recuperar un empleo. Sin un IPE claramente desarrollado y detallado, la rehabilitación vocacional no será capaz de ayudar a la persona a que su plan se vuelva realidad.

## **Elija un resultado de empleo específico**

Identifique una meta de empleo basada en las fortalezas, las preocupaciones, las habilidades y los intereses propios de la persona.

## **Planifique que los servicios se brinden en el entorno más integrado posible**

Trabajar en la comunidad aumenta exponencialmente las oportunidades de conexión e inclusión comunitarias. Explore qué tipos de servicios serán necesarios para que esto funcione.

## **Establezca un cronograma**

Identifique cuándo se iniciarán los servicios y cuándo se espera alcanzar cada meta.

## **Identifique entidades específicas que proveerán los servicios de VR**

Después de determinar quién proveerá cada servicio, analice qué se necesitará para que esto suceda.

## **Determine cómo se evaluará el progreso**

Analice y llegue a un acuerdo con respecto a cómo se medirá el progreso y de qué manera las personas involucradas sabrán que se ha progresado.

## **Determine las responsabilidades de la VR, la persona y la agencia que proporcionará los servicios**

Establezca un acuerdo escrito claro sobre las responsabilidades de cada persona, acerca de cómo y para qué se llevará a cabo la comunicación entre todas las partes involucradas.

## **Determine si necesitará un empleo con apoyo**

El empleo con apoyo puede marcar una gran diferencia para que las personas con discapacidades significativas obtengan un empleo satisfactorio en entornos más integrados.

## **Determine si necesitará algún servicio posterior al empleo**

Analice qué tipos de apoyos de seguimiento serán necesarios para que la persona mantenga y progrese en su trayectoria profesional.

### **Recursos adicionales**

**Social Security Online (Seguro Social por Internet) -  
The Work Site (El sitio de trabajo) -  
Ticket to Work (Boleto para el empleo)**

[www.ssa.gov/work/](http://www.ssa.gov/work/)

#### **Autoempleo y un IPE**

[www.start-up-usa.biz/resources/content.cfm?id=646](http://www.start-up-usa.biz/resources/content.cfm?id=646)

#### **Las agencias estatales de rehabilitación vocacional y su obligación de maximizar el empleo**

Publicado por el National Assistive Technology Advocacy Project  
(Proyecto Nacional de Promoción de la Tecnología de Asistencia)

Publicación disponible para su descarga:

[www.nls.org/Disability/VocationalRehabilitation  
StateVocationalRehabilitationAgenciesMaximizeEmployment](http://www.nls.org/Disability/VocationalRehabilitationStateVocationalRehabilitationAgenciesMaximizeEmployment)

#### **State Rehabilitation Council (Consejo de Rehabilitación Estatal, SRC)**

El SRC está compuesto por diversos miembros designados por el gobernador, que están interesados en las personas con discapacidades y desean representarlas. El SRC, entre otras cosas, trabaja en conjunto con la DVR del estado para revisar, evaluar y aconsejar a la División con respecto a su desempeño y efectividad específica y general. Comuníquese con su DVR estatal para obtener más información acerca de su Rehabilitation Council.

# Vida independiente

Las habilidades para la vida independiente son aquellas que resultan necesarias para vivir de la manera más autosuficiente posible. Ninguna persona, con o sin una discapacidad, nace con estas habilidades, sino que deben aprenderse. Para las personas con discapacidades, dominar algunas de estas habilidades es particularmente difícil o les lleva mucho tiempo, por lo que requieren dispositivos de asistencia o capacitación y práctica adicionales para alcanzar el nivel máximo posible de independencia.

## **Entre las habilidades para la vida independiente se pueden incluir las siguientes:**

- **Administración del hogar**
- **Administración del dinero, realización de trámites bancarios y elaboración de presupuestos**
- **Habilidades y relaciones sociales**
- **Manejo del estrés**
- **Autodefensa y confianza**
- **Traslado y transporte**
- **Resolución de problemas (legales, familiares, sociales)**
- **Planificación y preparación de comidas**
- **Compras**
- **Higiene personal**
- **Movilidad**
- **Cuidado de la salud personal**
- **Acceso a los recursos de la comunidad**

## **Empiece a enseñar las habilidades para la vida independiente de manera temprana**

Involucre a su hijo en las actividades cotidianas del mantenimiento del hogar. Incluso si sus limitaciones físicas no le permiten llevar a cabo las tareas, es posible que necesite saber cómo funciona el proceso para poder indicarle a otra persona qué hacer. Para los estudiantes que asistan a la escuela y se beneficien de la Individual with Disabilities Education Act (Ley para la Educación de Individuos con Discapacidades, IDEA), incluya el desarrollo de las habilidades para la vida independiente como parte del IEP de transición. Cuando existan discapacidades significativas, considere iniciar un IEP de transición antes de los 16 años. En algunos estados, este programa se inicia a los 14 años.



## **Cultive la mente y los talentos de su hijo**

Haga que sus estudios y responsabilidades escolares (tareas, proyectos) sean de él, no los trate como propios. Permítale experimentar el placer de su propio éxito.

## **Conéctese con su Center for Independent Living (Centro para la Vida Independiente, CIL) local**

Los CIL generalmente son organizaciones comunitarias privadas sin fines de lucro, no residenciales y controladas por el consumidor que brindan servicios y apoyo a personas con todo tipo de discapacidades, a fin de ayudarlas a alcanzar su máximo potencial. Solicite asistencia a su CIL local para evaluar las habilidades para la vida independiente e identificar cuáles son sus necesidades para desarrollar las habilidades.

## **Considere usar tecnologías de asistencia para ganar mayor independencia**

Emplee una herramienta, como WATI, AT y Transición, para ayudar a identificar las áreas de vida independiente en las que podrían ayudar las tecnologías de asistencia. (Consulte Recursos adicionales para obtener más información sobre WATI, AT y Transición).

### **Recursos adicionales**

#### **Statewide Independent Living Councils (Consejos Estatales para la Vida Independiente, SILC)**

Los SILC trabajan junto con la agencia de rehabilitación vocacional estatal para desarrollar el plan de vida independiente del estado.

Para ver una lista de los SILC estatales, visite

[www.ilru.org/html/publications/directory/SILC.html](http://www.ilru.org/html/publications/directory/SILC.html)

#### **Wisconsin Assistive Technology Initiative (Iniciativa de Tecnología de Asistencia de Wisconsin, WATI), AT y Transición**

Es un documento útil que ayuda a identificar posibles oportunidades en las que las tecnologías de asistencia podrían mejorar las habilidades para la vida independiente.

[www.wati.org/?pageload=contents/support/feed/index.php](http://www.wati.org/?pageload=contents/support/feed/index.php)

# Diez consejos para tener una entrevista laboral exitosa

No importa si es la primera o la décima, es normal sentirse nervioso. Todos se ponen nerviosos en las entrevistas laborales. Aquí le ofrecemos algunos consejos para que pueda tener una entrevista laboral exitosa:

1. ¡La práctica hace al maestro! Pídale a sus padres o amigos que le ayuden a simular una entrevista laboral, haga una lista de preguntas que cree que un empleador podría hacerle y una lista de preguntas que podría hacer usted. Después de haber practicado, estará mejor preparado y sentirá confianza para la entrevista de trabajo.
2. Su apariencia debe ser siempre la mejor. La apariencia es importante para los empleadores.
3. Llegue temprano, ¡nunca llegue tarde a una entrevista laboral! Llegar tarde le dejará saber al entrevistador que no toma en serio el empleo.
4. Siempre salude al entrevistador con una sonrisa y un apretón de manos. Sea usted mismo. El orgullo que siente de sí mismo y de lo que puede hacer saldrá a la superficie. Esto es muy importante cuando se trata de primeras impresiones.
5. Relájese y recuerde que la entrevista solo es una conversación entre dos o más personas que se están conociendo.
6. Tómese un momento y organice sus pensamientos antes de responder una pregunta. Recuerde contestar las preguntas usando oraciones completas. Por ejemplo: “Sí, puedo ordenar documentos por orden alfabético” o “Sí, puedo responder llamadas telefónicas y tomar mensajes”. Intente no responder preguntas con “Sí” o “Ajá”.
7. No tenga miedo de hablar sobre usted. No está presumiendo, solo está dejándole saber a la empresa que sus habilidades serán un recurso para ella. Mantenga sus actividades personales que no están relacionadas con el empleo fuera de la conversación, a menos que se le pregunte sobre ellas.

8. Intente establecer contacto visual con el entrevistador. Podría parecer algo difícil de hacer, pero ello le hará saber al entrevistador que está interesado en lo que dice.
9. Recuerde que usted también puede hacer preguntas. El objetivo de esta entrevista no es solo descubrir si esta empresa desea contratarlo, sino también si usted desea o no trabajar en esta empresa. Algunas preguntas para hacer pueden ser las siguientes:
  - **¿Qué salario ofrecen?**
  - **¿Cuántas horas o días a la semana deberé trabajar?**
  - **¿Tendré oportunidades de ascenso?**
  - **¿Los aumentos de salario se realizan de forma anual o por mérito/desempeño laboral?**
  - **¿Cuál es su paquete de beneficios/vacaciones?**  
¿Incluye programas de seguro de salud, seguro de vida, seguro de discapacidad a corto y largo plazo o 401k?

**Este también es el mejor momento para explicar y solicitar las adecuaciones especiales que necesita, tiempo libre o cualquier detalle importante que debería establecerse antes de comenzar a trabajar.**

10. Después de la entrevista, realice una llamada de cortesía. Uno o dos días después de la entrevista, sería bueno que envíe una nota agradeciendo al entrevistador por haberle dado la oportunidad de reunirse con él. Esta enviará un mensaje importante a los empleadores y les demostrará su dedicación e interés en el puesto.

**Importante:** Asegúrese de que su presencia en línea sea apropiada e incluya una dirección de correo electrónico adecuada en el plan de estudios o en la solicitud que envíe a un posible empleador. Los empleadores revisarán Facebook, MySpace, Twitter y otras redes sociales para obtener más información sobre usted. Asegúrese de que la configuración de estos sitios sea privada o de que solo contengan información que no le molestaría que su futuro empleador conociese.

# ¡Vístase para triunfar!

## ¡Cuando nos vemos bien, nos sentimos bien!

Todos disfrutamos de vestirnos con ropa cómoda, como una remera y pantalones deportivos, cuando descansamos en nuestro hogar; pero, ¿usaría estas prendas para una entrevista laboral? ¿Y para una reunión empresarial? Cómo nos vemos y qué prendas usamos dice mucho sobre quiénes somos y cómo nos sentimos con nosotros mismos. Si nuestro cabello se ve genial, tenemos una gran sonrisa y nuestra ropa está cuidada, limpia y combinada, estaremos enviando un mensaje importante a las personas con las que nos reunimos, especialmente a las que conocemos en entrevistas laborales, reuniones empresariales o eventos formales. ¡Cómo nos vestimos dice mucho sobre quiénes somos!

**Aquí le ofreceremos algunos consejos:**

## ¿Alguna vez ha escuchado a alguien decir “Hoy mi cabello tiene un mal día”?

- El estilo propio y la expresión personal son cuestiones individuales, y eso es entendible; sin embargo, las empresas y las gerencias prefieren un estilo conservador.
- **Hombres:** los cortes de cabello inusuales (como diseños con letras o una cresta) no son una buena idea. Deben intentar llevar el cabello alejado de la cara. Cuando tengan dudas, sepan que corto y prolijo es mejor.
- **Mujeres:** en ocasiones, darle demasiada altura al cabello se considera poco profesional. El cabello largo es lindo, siempre que esté peinado y acicalado.

## Higiene personal:

¡Esto es extremadamente importante! Recordar bañarse, lavarse el cabello, usar desodorante y cepillarse los dientes es crucial. En general, las personas nunca herirían los sentimientos de alguien diciéndolo en voz alta, pero si tiene mal olor corporal o mal aliento, la gente podría no querer acercarse ni mantener largas conversaciones con usted. Esto aplica especialmente a un posible empleador.

## **Elección de la vestimenta:**

Esto puede ser tan simple como usar pantalones de vestir negros con una linda camisa o blusa abotonada de un color sólido (los colores sólidos son los más fáciles de combinar con el negro). El color negro también comunica que es una persona conservadora y profesional.

- **Los vestidos o las faldas de largo a la rodilla, o incluso mayor, son la mejor opción.**
- **Trate de no usar zapatillas. Los zapatos siempre son una mejor elección.**
- **Trate de no usar vaqueros. Si quiere que el empleador lo tome con seriedad, vístase de manera profesional.**

## **Accesorios:**

Si decide usar accesorios, recuerde no hacerlo de manera excesiva. Usar dos anillos en cada mano es más que suficiente. Un brazalete, un reloj y un par de aros. Cuanto más simple, mejor. Además, si suele usar accesorios en la cara o un piercing, trate de no hacerlo durante la entrevista laboral. Aunque algunas empresas no tienen inconvenientes con ello, hay muchas que todavía sí los tienen. ¿Para qué arriesgarse?

## **¡Mírese en el espejo!**

¡Ya se ha vestido para la entrevista laboral y el espejo es la prueba final! Hágase las siguientes preguntas:

- **¿Me siento cómodo con esta vestimenta?**
- **¿Mis prendas combinan?**
- **¿Mis prendas son apropiadas para la ocasión?**
- **¿Me siento bien con mi apariencia?**

Si ha respondido “sí” a estas cuatro preguntas, entonces está listo para la entrevista laboral.

¡Buena suerte!

# Adaptaciones laborales

Las adaptaciones laborales son ajustes que se realizan a un empleo o entorno de trabajo, las cuales le permitirán a un solicitante o a un empleado calificados que tengan una discapacidad llevar a cabo las funciones esenciales del empleo.

## Obtenga ayuda con la identificación de adaptaciones laborales

La Job Accommodation Network (Red de Adaptaciones Laborales) es un servicio gratuito de la Office of Disability Employment Policy (Oficina de Política de Empleo para Discapacitados, ODEP) del U.S. Department of Labor (Departamento de Trabajo de los Estados Unidos). (Llame al 800-526-7234 o consulte Recursos adicionales para conocer más opciones).

## Investigue los costos y las opciones

Las adaptaciones laborales pueden ser costosas; sin embargo, más de la mitad de las adaptaciones cuesta menos de \$500.

## Solicite las adaptaciones

Aunque no constituye un requisito de la Americans with Disabilities Act (Ley sobre Estadounidenses con Discapacidades, ADA), se sugiere que los empleados soliciten las adaptaciones por escrito. Las adaptaciones laborales también pueden identificarse como parte de un IPE.

## Conozca cómo se financian las adaptaciones laborales

- Incentivos impositivos para empleadores
- Rehabilitación vocacional
- Créditos de un programa de financiamiento alternativo de parte de FAAST.org
- Autofinanciamiento de las compras
- Reciclado de equipos

## Conozca cuándo un empleador no está obligado a cumplir las regulaciones obligatorias establecidas en la ley ADA

Las empresas de menor envergadura podrían estar exentas de tener que proporcionar adaptaciones; sin embargo, la rehabilitación vocacional puede ser muy útil al incluir las adaptaciones laborales en la implementación del IPE de una persona.

## **Recursos adicionales**

### **Job Accommodation Network (Red de Adaptaciones Laborales, JAN)**

Es un servicio gratuito que brinda información sobre adaptaciones laborales, autoempleo, oportunidades para empresas pequeñas y temas relacionados a empleadores, proveedores de empleo, personas con discapacidades, sus familiares y otras partes interesadas.

**800-526-7234**

**Correo electrónico: [jan@askjan.org](mailto:jan@askjan.org)**

**Sitio web: [www.askjan.org](http://www.askjan.org)**

### **El proceso de adaptación laboral:**

Pasos para alcanzar soluciones colaborativas

**[www.askjan.org/pubsandres/list.htm#prod](http://www.askjan.org/pubsandres/list.htm#prod)**

### **Servicios de asistencia personal en el lugar de trabajo**

**[www.askjan.org/media/pas.html](http://www.askjan.org/media/pas.html)**



# Empleo con apoyo

Las oportunidades de que las personas con discapacidades significativas obtengan empleos importantes se están expandiendo a medida que surgen opciones de empleo con apoyo como una alternativa a los programas Adult Day Training (Capacitación Diurna para Adultos), por ejemplo, los talleres protegidos.

El empleo con apoyo permite que las personas a las que generalmente se les niega el empleo (debido a la gravedad percibida de su discapacidad) obtengan empleos, progresen en su profesión, aumenten la interacción social y reciban apoyos continuos a largo plazo por el tiempo que los necesiten.

El empleo con apoyo brinda asistencia, como tutores laborales, transporte, tecnologías de asistencia, capacitación laboral especializada y supervisión personalizada. El empleo con apoyo alienta a las personas a trabajar dentro de sus comunidades y fomenta la interacción social y la integración.

## **Explore las oportunidades profesionales**

Enfóquese en los intereses, las habilidades y las necesidades de la persona a través de clases de educación vocacional, la observación en el lugar de trabajo, prácticas laborales y el empleo real.

## **Cree oportunidades para desarrollar las habilidades de autodeterminación**

Participe activamente en la recopilación de información, la preparación académica y profesional y la toma de decisiones.

## **Domine los recursos**

Aprenda a adquirir servicios y apoyos. Familiares, asesores personales y otros defensores de confianza pueden ayudarle según lo requiera.

## **Asegure el empleo con relación a los deseos de la persona**

Tome en cuenta el tipo de entorno laboral, las actividades, los horarios, el pago, los apoyos, el transporte, las oportunidades de progreso profesional, otros factores similares y de qué manera se ajustan estos a los deseos de la persona.

## **Identifique los apoyos necesarios y adecuados**

Emplee adaptaciones laborales, tecnologías de asistencia y apoyos individualizados antes, durante y después del empleo. Póngase en contacto con los servicios para adultos.



## Recursos adicionales

### Descripción general del empleo con apoyo

Office of Disability Employment Policy

U.S. Department of Labor

Frances Perkins Building

200 Constitution Ave NW • Washington, DC 20210

Teléfono: 866-633-7365 • Teletipo: 877-889-5627

[www.dol.gov/odep/categories/workforce/customizedemployment/practical/edge](http://www.dol.gov/odep/categories/workforce/customizedemployment/practical/edge)

### APSE

Indicadores de empleo con apoyo de la APSE

Publicación apta para su descarga:

[www.apse.org/docs/QualityIndicators.pdf](http://www.apse.org/docs/QualityIndicators.pdf)



# Información y recursos

**A continuación, encontrará una lista parcial de recursos útiles alusivos al empleo, la planificación de la transición y apoyos relacionados.**

Para obtener más información, comuníquese con nosotros  
por teléfono llamando al **800-825-5736**  
o por correo electrónico a **fnd@fndusa.org**  
También puede visitar **www.fndusa.org**

## **National Center on Secondary Education and Transition, Institute on Community Integration**

University of Minnesota  
6 Pattee Hall, 150 Pillsbury Dr. SE  
Minneapolis, MN 55455  
**Teléfono: 612-624-2097**  
**Correo electrónico: ncset@umn.edu**  
**Sitio web: www.ncset.org**

## **Office of Disability Employment Policy U.S. Department of Labor**

Frances Perkins Building  
200 Constitution Ave. NW  
Washington, DC 20210  
**Teléfono: 866-633-7365**  
**Teletipo: 877-889-5627**  
**Sitio web: www.dol.gov/odep/**

## **Project 10: Transition Education Network**

University of South Florida  
Dirección física: 529 First St. South  
Dirección de correo postal: 140 Seventh Ave. South, SVB 112  
St. Petersburg, FL 33701  
**Teléfono: 727-873-4661**  
**Sitio web: www.project10.info**

## **DO-IT**

### **Disabilities, Opportunities, Internet working, and Technology**

University of Washington

Box 354842

Seattle, WA 98195-4842

**Teléfono: 888-972-DOIT (3648)**

**Fax: 206-221-4171**

**Sitio web: [www.washington.edu/doit/](http://www.washington.edu/doit/)**

### **Center for Parent Information and Resources - Transition to Adulthood (Centro de Recursos e Información para Padres - Transición a la Aduldez)**

Dirección de correo postal

Center for Parent Information and Resources

a/c Statewide Parent Advocacy Network

35 Halsey St., Fourth Floor

Newark, NJ 07102

**<http://www.parentcenterhub.org/repository/transitionadult/>**

**Síganos - Seleccione “Me Gusta” - Mire - Tuitee**



¡Descargue nuestra aplicación!

**Recursos para personas con discapacidades de la FND**



---

## **CONTÁCTENOS para obtener más información**



**Family Network on Disabilities**

2196 Main St. • Suite K  
Dunedin, FL 34698

Teléfono: **800-825-5736 o 727-523-1130**

Fax: **727-523-8687**

Correo electrónico: **fnd@fndusa.org**

Sitio web de la FND: **www.fndusa.org**



Este folleto fue creado parcialmente por: El programa Transition, Independent Living, Employment and Support (Transición, Vida independiente, Empleo y Apoyo, TILES) de la Family Network on Disabilities. Para obtener más información sobre el programa TILES y otros programas que la FND ofrece, visite: [www.fndusa.org](http://www.fndusa.org).

---

El contenido de nuestros materiales se desarrolló con la subvención del U.S. Department of Education (Departamento de Educación de los Estados Unidos), n.º H328M150043, n.º H328M150042 y n.º H328M150041. Sin embargo, este contenido no representa necesariamente la política del U.S. Department of Education y usted no debe suponer que cuenta con el respaldo del gobierno federal. Director del proyecto: Greg Knollman.

Nuestros programas del Parent Training and Information Center (Centro de Capacitación e Información para Padres, PTI), los cuales están financiados por el U.S. Department of Education y la Office of Special Education Programs (Oficina de Programas de Educación Especial, OSEP), ayudan a garantizar que los padres de niños con discapacidades conforme a la ley IDEA, las personas con discapacidades que abogan por sí mismas y los profesionales que trabajan con ellos cuenten con la capacitación y la información que necesitan para prepararse no solo para la escuela, sino para contribuir a que los estudiantes con discapacidades sean capaces de llevar vidas productivas e independientes en la mayor medida posible.



Este programa ofrece servicios de PTI a los siguientes condados:

**Alachua, Baker, Bay, Bradford, Calhoun, Clay, Columbia, Dixie, Duval, Escambia, Flagler, Franklin, Gadsden, Gilchrist, Gulf, Hamilton, Holmes Jackson, Jefferson, Lafayette, Leon, Levy, Liberty, Madison, Marion, Nassau, Okaloosa, Putnam, Santa Rosa, St. John's, Suwannee, Taylor, Union, Volusia, Wakulla, Walton y Washington.**

---



Este programa ofrece servicios de PTI a los siguientes condados: **Brevard, Citrus, De Soto, Hardee, Hernando, Highlands, Hillsborough, Indian River, Lake, Manatee, Okeechobee, Orange, Osceola, Pasco, Pinellas, Polk, Sarasota, Seminole, St. Lucie y Sumter.**

---



Este programa ofrece servicios de PTI a los siguientes condados: **Broward, Charlotte, Collier, Glades, Hendry, Lee, Martin, Miami-Dade, Monroe y Palm Beach.**