

Decidir, Actuar, Creer: Cómo Evaluar y Potenciar la Autodeterminación en Jóvenes Sordos.

[Para obtener información reciente acerca del COVID-19, visite: \[nationaldeafcenter.org/covid19\]\(https://www.nationaldeafcenter.org/covid19\)](https://www.nationaldeafcenter.org/covid19)

Los adolescentes sordos ya tienen mucho en sus mentes, incluso antes de la pandemia de la COVID-19. Y como todos los adolescentes, experimentan muchos sentimientos de incertidumbre, anticipación e inseguridad a medida que navegan en la transición de la niñez a la adultez. Ahí es donde la autodeterminación puede ayudar, durante la pandemia y más allá.

¿Qué es la autodeterminación?

La autodeterminación se trata de actuar o hacer que sucedan cosas en tu vida para que puedas alcanzar tus metas. Consta de tres partes: Decidir, actuar y creer.

Y es poderosa: las investigaciones muestran que los jóvenes sordos con niveles más altos de autodeterminación durante la escuela secundaria tienen más probabilidades de matricularse en la universidad, vivir de forma independiente, tener una autoestima positiva, ganar más dinero en el trabajo y tener más oportunidades para avanzar en su carrera. Las personas que son autodeterminadas son buenas para resolver problemas porque descubren cómo alcanzar metas en la escuela, el trabajo y el hogar, incluso cuando se encuentran con problemas.

Establecer y hacer planes para lograr los objetivos de autodeterminación debe ser parte de la planificación de la transición de los estudiantes sordos en la escuela secundaria, que debe incluir el uso de evaluaciones bien diseñadas y accesibles.

Mide tus fortalezas

El Centro Nacional de Sordos colaboró con el Centro de Discapacidades del Desarrollo de la Universidad de Kansas para traducir el Inventario de Autodeterminación: Informe del Estudiante (SDI:SR) del inglés a la Lengua de Señas Americanas (ASL).

Esta evaluación en línea pregunta cómo se sienten los jóvenes sobre su capacidad de autodeterminación: tomar decisiones, establecer y perseguir objetivos, y Diseñado para jóvenes entre 13 y 22 años, y se tarda aproximadamente de 10 a 15 minutos en completarse.

Cuando los estudiantes completan la evaluación, reciben un informe sobre sus fortalezas y áreas de necesidad, que luego pueden utilizarse para establecer metas y desarrollar planes.

Consejos para desarrollar habilidades de autodeterminación.

DECIDIR, ACTUAR, CREER: CÓMO EVALUAR Y POTENCIAR LA AUTODETERMINACIÓN EN JÓVENES SORDOS.

Durante la pandemia del COVID-19, con muchas escuelas cerradas y algunos servicios de planificación de transiciones detenidos, se puede inculcar y fortalecer las habilidades de autodeterminación en línea desde el hogar. Aquí hay seis consejos.

- **Tomar la evaluación de autodeterminación.**

Esta breve [evaluación en línea de las habilidades de autodeterminación](#) (SDI: SR) ayuda a los jóvenes sordos a comprender mejor sus fortalezas y debilidades relacionadas con la toma de decisiones, el establecimiento de objetivos y la creencia en sí mismos.

- **Revisar el informe del estudiante.**

Después de completar el SDI:SR, los estudiantes recibirán un informe con su puntuación, junto con un [video con ASL](#) que explica lo que significa el informe. Los estudiantes pueden compartir este informe con sus familias, maestros y consejeros de rehabilitación vocacional, para ayudar a desarrollar planes para fortalecer la autodeterminación. Las familias y los profesionales pueden usar una [guía de informes](#) para trabajar juntos en un plan.

- **Decidir los objetivos que se alinean con las preferencias personales.**

Aliente a los estudiantes a pensar en prepararse para la vida después de la escuela secundaria y sus objetivos para continuar su educación, conseguir un trabajo y vivir su vida. Utilice el kit de actividades [¡Elija su futuro!](#) para discutir sus fortalezas, intereses y necesidades. Luego, capacítelos para decidir sobre objetivos que se alinean con esas preferencias personales.

- **Hacer un plan.**

Los estudiantes pueden trabajar con sus familias, maestros o consejeros de rehabilitación vocacional y usar el kit de actividades [¡Elija su futuro!](#) para desarrollar un plan detallado para alcanzar sus objetivos. Estos objetivos pueden luego integrarse en la planificación de la transición, como los planes de educación individualizados (IEP), las reuniones de rehabilitación vocacional y los servicios de transición previos al empleo (Pre-ETS).

- **Juega Deafverse para practicar habilidades.**

[Deafverse](#) es un juego en línea gratuito que brinda a los jóvenes sordos un espacio seguro para practicar la aplicación de habilidades de autodeterminación en el hogar, en la escuela y en la comunidad. Las actividades de expansión también están disponibles en las [Guías de Estrategia](#) descargables.

- **Anime a los jóvenes sordos a creer en sí mismos.**

Los modelos a seguir son [valiosos](#). Los jóvenes sordos se benefician al aprender cómo los adultos sordos superan las barreras para tener éxito en la escuela, el trabajo y en sus vidas personales. Hay muchos recursos en línea disponibles que comparten historias de adultos sordos. Mira los videos de [#DeafSuccess](#) y las historias de [#DeafAtWork](#) del Centro Nacional de Sordos, y los de [#RealPeople](#) de DPAN.TV.

Recursos adicionales

Para familias:

Este [recurso](#) comparte consejos para fortalecer la autodeterminación en el hogar entre los adolescentes sordos, mientras que este [otro recurso](#) tiene consejos que son aplicables a todos los adolescentes.

Para profesores:

Use el [modelo de instrucción de aprendizaje autodeterminado \(SDLMI\)](#) para mejorar la práctica docente y fortalecer las acciones autodeterminadas de los estudiantes.

Para consejeros de rehabilitación vocacional:

Esta [guía Pre-ETS](#) aborda la instrucción en autodefensa y sugiere recursos adicionales sobre la autodeterminación.



Este documento fue desarrollado bajo una subvención financiada en conjunto a través de la Oficina de Programas de Educación Especial y la Administración de Servicios de Rehabilitación del Departamento de Educación de EE.UU., # H326D160001. Sin embargo, los contenidos no representan necesariamente las posiciones o políticas del gobierno federal.

nationaldeafcenter.org