



MÓDULO 3

Planificación centrada en la persona



Guía para los perfiles de una página

¿Qué es un perfil de una página? Es un punto inicial para resumir lo que sabemos que le importa a una persona (lo que le es importante) y cómo podemos ayudarla. El experto en el contenido del perfil de una página es la persona misma y la gente que les quiere y se interesan más en ella. También incluye lo que otras personas aprecian en ese individuo.

¿Por qué los tenemos?

Para que sepamos qué es importante para cada uno de nosotros y de qué manera podemos apoyarnos mutuamente. Todos tenemos dones y cualidades, cosas que nos importan, todos requerimos el apoyo que es particularmente nuestro.

Las cosas que a la gente le gustan de usted y le admiran son...



Lo que no es esta sección

Una lista de logros o premios; más bien es un resumen de sus características positivas.



Lo que es esta sección

¿Cuáles son una cosa buena de usted? ¿Cuáles son los aspectos que otras personas valoran en usted? ¿Cuáles son las aportaciones positivas que usted hace?

¿Qué le importa a usted...



Lo que no es esta sección

Solo una lista de cosas que le gustan; es más bien un resumen de lo que realmente le importa a usted.



Lo que es esta sección

Un resumen de lo que le importa a usted. Esto le dice a la gente qué le importa a usted. Cuáles son sus pasatiempos, intereses y cosas que le apasionan. Quién es importante para usted y que hace que un día sea 'bueno' para usted.

De qué manera se le puede apoyar mejor...



Lo que no es esta sección

Una lista de sugerencias muy generales; más bien es la información específica que sería útil para que otras personas sepan cómo asegurarse que usted sienta que tiene apoyo.



Lo que es esta sección

La información específica que sería útil para que otras personas sepan y hagan si es que van a apoyarle de la mejor manera posible.



Guía para los perfiles de una página

Cosas en qué pensar en general al preparar perfiles de una página

¿Está el perfil escrito en lenguaje de todos los días, no en la forma de expresarse del 'acceso a la comunidad' o de otro servicio? ¿Usa lenguaje asertivo; "John debe tomarse una taza de chocolate caliente, en un tarro, todas las noches antes de meterse en la cama, usualmente como a las 10:45 p.m."?

¿Cómo se preparan?

Preparar un perfil de una página puede ser algo que usted haga con la familia, amigos, un administrador, otros miembros del equipo o personas que le apoyan. Quizá desee empezar a preparar su perfil de una página por su cuenta y pedirles a otras personas que participen más tarde.

Cómo se usará esta información

Preparar un perfil de una página no es solo otro ejercicio en papel, pero una manera de conocerle mejor para que podamos trabajar bien con usted.

Estas son algunas maneras en que usted puede usar los perfiles de una página:

- Para que sepamos qué es importante para usted y cómo apoyarle mejor.
- Como base de aprendizaje de lo que está funcionando o no para usted y crear acciones.
- Para revisiones centradas en la persona.
- Para encontrar la mejor compatibilidad cuando se identifique gente que le apoye. Es importante compartir intereses y pasatiempos personales relevantes para obtener la mejor compatibilidad entre lo que le importa a usted y la persona que brinda el apoyo.
- En las reuniones para asegurarse que todos le conocemos realmente bien y sabemos lo que necesitamos saber y hacer para apoyarle.
- Para valorar sus aportaciones únicas.

Su perfil de una página es fluido y puede evolucionar a medida que cambian sus intereses y pasatiempos.



Para crear un perfil de una página



Cómo crear un perfil en una página

Un perfil en una página capta la información básica pero importante sobre una persona. Se enfoca positivamente en las cualidades y habilidades centrales de una persona. Desarrolle el perfil en una página con su familia, amigos y otros que apoyen al individuo. Personalice el perfil en una página con imágenes, ilustraciones y colores que reflejen a la persona que describe. Llene el perfil en una página lo mejor que pueda, no hay una forma correcta o incorrecta de describir a la persona.

| | | |
|---|---|---|
| <p>NOMBRE Y FECHA</p> <p>Escriba el nombre de la persona a quien pertenezca el perfil en una página. ¡Actualice el perfil anualmente para ver los cambios y el crecimiento de la persona cada año!</p> | <p>IMAGEN</p> <p>Ponga una foto actual o use/dibuje un imagen que <u>represente</u> la personalidad de la persona.</p> <p>Mi perfil en una página</p> | <p>QUÉ LE GUSTA A Y ADMIRA LA GENTE DE MÍ</p> <p>Incluya información sobre las fortalezas, habilidades y talentos de la persona. Escriba lo que los demás valoran del individuo. ¡Concéntrese en las cualidades <u>positivas</u> y en qué es bueno el individuo!</p> |
| <p>QUÉ ES IMPORTANTE PARA MÍ</p> <p>Mencione todo lo que sea <u>importante</u> para la persona de su propia perspectiva. Cuáles son los pasatiempos o intereses que a la persona le gusta hacer y que la hacen feliz. Qué rutinas en específico son importantes a la persona. Cuáles son algunas cosas que evitar. Escriba lo que sea realmente importante a el individuo, aun si otros no están de acuerdo.</p> | <p>CUALIDADES DE QUIENES ME APOYAN MEJOR</p> <p>En esta sección, incluya <u>habilidades</u>, <u>personalidades</u> y <u>características</u> de quienes puedan apoyar mejor al individuo. Piense en las personas que lo hacen feliz, con quienes trabaja bien y quienes le ayudan a tener un buen día. ¿Cuáles son algunos adjetivos para describir esos apoyos al individuo?</p> | |

CÓMO APOYARME PARA QUE ME MANTENGA FELIZ

En esta sección, incluya cosas que son importante para el individuo. Pregúntese qué lo hace sentirse mejor cuando está estresado o triste. Piense en los rituales y rutinas en las diferentes áreas de la vida del individuo, entre ellas, vivienda, salud, conducta, escuela/ trabajo, comunidad y seguridad. Piense en lo que los demás deben tener en cuenta.

Para obtener ayuda para la creación de un perfil de una página Favor de comunicarse con su coordinador de servicios para realizar una referencia a una cita de Planeación Centrada en la Persona 1:1

Contactos
 Karen Sibrian: (626) 248-4927 o kasibrian@elarc.org
 Liz Rodgers: (626) 299-4657 o lrodgers@elarc.org

#18-706



Perfiles de una página

Mi perfil en una página

| | | |
|---|---|---|
| Nombre | | Imagen |
| Fecha | | |
| Qué es importante a mí | Qué le gusta y admira la gente de mí  | |
|  | Cualidades de quienes me apoyan mejor  | |
| | Cómo apoyarme para que me mantenga feliz | |
|  Hgar |  Salud | Cuidado personal |
| Educación/vocación |  Comunicación efectiva |  Comunidad/socialización |
|  | |  |

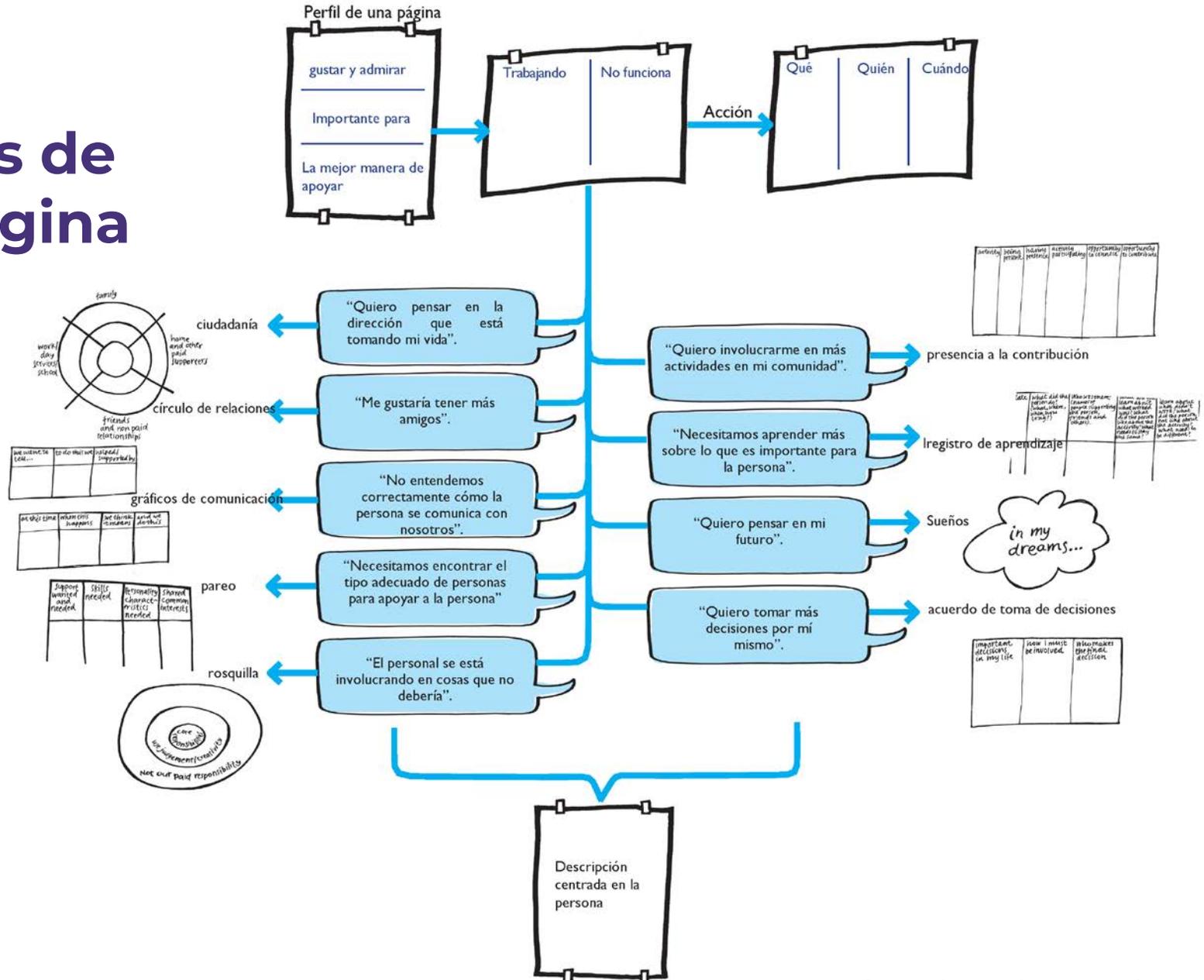
#18-706

ELARC: Perfil en una página AGO/2018



Perfil de una página a una descripción centrada en la persona

Perfiles de una página





Perfil de Sofia de una página



¡Todo acerca de Sofia!



Las cosas que a la gente la gusta y admiran sobre mi son...

- Soy buena amiga
- Soy creativa
- Soy buena nadadora
- Cuido bien de nuestro perro Rocky
- Soy una hermana cariñosa



Qué me hace feliz...

- Estar en la alberca
- Ver videos en YouTube
- Jugar con Rocky
- Diseñar imágenes en mi computadora
- Jugar con mis amigos
- Hacer mi trabajo artístico
- Ir al campamento de verano
- Hacer amigos nuevos
- Ser aceptada en la escuela
- Ser independiente



Cómo deseo que me apoyen...

- Coordinar los horarios conmigo para el transporte para que pueda pasar tiempo con mis amigos después de la escuela y los fines de semana. Ayudarme a encontrar campamentos de verano a donde ir.
- En la escuela, no acercarse y respetar mi espacio personal hasta que te diga que necesito ayuda. Venir ayudarme entonces.
- Necesito una computadora y un ratón especiales para hacer diseños en la computadora.
- Estar disponible para ir a clases de arte conmigo.
- Ayudarme a encontrar una silla de ruedas eléctrica y aprender a usarla.

16



Perfil de Jason de una página

Perfil de una Página de Jason



Las cosas que a la gente le gusta y admiran sobre mi son...

- Me encanta trabajar en el jardín y estar al aire libre
- Soy un buen cantante
- Me interesan muchas cosas como el senderismo, los videojuegos, viajar y cocinar
- ¡Sé mucho acerca de muchos tipos de música y me encanta la música!
- Soy amigable y buen amigo

Qué me hace feliz...

- Me encanta trabajar en el jardín en y quiero trabajar como jardinero
- Cantar; me gusta cantar
- La música; me encantan muchos tipos diferentes de música
- Vivir en mi propia casa, cerca de la casa de mi mamá, con el apoyo necesario
- Hacer cosas divertidas con mis amigos
- Estar sano

Cómo me gusta que me apoyen...

- Apoyo de transporte para tener acceso a mi comunidad y poder pasar el tiempo con mis amigos.
- Llámame por favor si vas a llegar tarde a recogerme, me pongo ansioso y me preocupo. Por favor no llegues tarde.
- Pasa tiempo conmigo para investigar posibles trabajos o capacitación en jardinería
- Enséñame a cocinar y a lavar la ropa
- Ayúdame a encontrar un departamento que sea apropiado para mí
- Ayúdame a encontrar maneras de tener más amigos que compartan mis mismos intereses; por ejemplo, hacer senderismo, viajar, jugar videojuegos, cantar, etc.
- Me gusta tener un amigo para hacer ejercicio, que venga conmigo al gimnasio
- Por favor no me ofrezcas comidas con alto contenido de azúcar, quiero perder peso y mantenerme sano.





Preparación para su plan centrado en la persona:

Consejos para tener la reunión de su plan centrado en la persona:

Su plan centrado en la persona debe ofrecerle a usted lo siguiente:

- Escoger dónde y cuándo reunirse
- Escoger a quién se invita
- Dejar que usted sea el líder de su reunión
- Ayudarle con lo que usted necesita y desea
- Darle el poder de escoger
- Hablar de las cosas que más le importan
- Hablar con usted, no acerca de usted
- Respetar su cultura y usar un idioma que usted entienda

Consejos para crear su plan centrado en la persona:

- Piense en la gente, lugares y cosas que le importan a usted, sus propios antecedentes culturales y preferencias de estilo de vida
- Piense en sus esperanzas, sueños y visión para el futuro
- Si está pidiendo ayuda, dígame a la gente que idioma o imágenes usted entiende
- Piense en cuáles podrían ser algunas metas significativas en su vida
- Elabore un plan de gastos que le ayude a trabajar en su visión en el futuro y sus metas en su plan centrado en la persona
- Indique claramente quién proveerá los servicios y apoyo para ayudarle a alcanzar sus metas
- Revise su plan y apruébelo cuando tenga la versión final

Se revisará y actualizará su plan cada 12 meses en la Autodeterminación, cuando su situación o necesidades cambien o cuando usted solicite un nuevo plan.



Selección de un facilitador de un plan centrado en la persona

¿Quién puede ser facilitador de un plan centrado en la persona?

- Una persona cualificada en la planificación centrada en la persona, un facilitador independiente o alguien que usted conozca y con quien se sienta cómodo y pueda ayudarle a planificar.
- Su Plan del Programa Individual (IPP) se debe preparar utilizando un proceso de planificación centrada en la persona.
- Aquí se puede encontrar una lista de planificadores y facilitadores independientes centrados en la persona que puedan ayudar con la planificación:
<https://www.elarc.org/home/showpublisheddocument/14956/637613404375300000>

¿Quién le paga al facilitador de mi plan centrado en la persona?

- Los participantes en la Autodeterminación pueden solicitar servicios de planificación centrada en la persona y utilizar su presupuesto para adquirir apoyos de planificación.
- Existen muchos recursos para crear un plan centrado en la persona. No tiene que ser un servicio pagado.
- Su facilitador independiente puede proveer esto como parte de su presupuesto.

Para información adicional, vaya a:
<https://www.dds.ca.gov/initiatives/sdp/frequently-asked-questions/self-determination-program-frequently-asked-questions/>



Preguntas posibles para la selección de un facilitador de un plan centrado en la persona:



¿Cuánto sabe del Programa de Autodeterminación de California?

¿Ha tenido alguna capacitación para ser facilitador de un plan centrado en la persona? Si así es, ¿dónde, cuándo y con quién recibió usted capacitación en la planificación centrada en la persona?

¿Qué método o métodos de la planificación centrada en la persona puede usted usar/facilitar?

¿Que experiencia ha tenido como facilitador de un plan centrado en la persona?

¿Tiene algún testimonio de personas o familias a quienes haya ayudado?

¿Los ha creado para mi grupo de edad y/o en mi idioma preferido?

¿Sabe hablar, leer y escribir el plan en mi idioma preferido?

¿Cómo me llegará a conocer y entender?

Tengo ciertas cosas que son realmente importantes para mí. ¿Está dispuesto a adaptar sus servicios para satisfacer mis necesidades y preferencias específicas?

¿Cómo me ayudará a reunir a las personas en mi vida a quienes les intereso y pueden apoyarme?

¿Cómo nos preparará a mí y a mi círculo de apoyo para mi plan centrado en la persona?

¿De qué manera se realizará mi reunión? ¿Qué papel tendré?

¿Cómo nos reuniremos, virtualmente o en persona?

¿Me ayudaría solo a crear mi plan o me ayudaría a encontrar servicios o actividades en mi área que pudieran interesarme?

¿Qué tan bien conoce a mi comunidad?

¿Puede abogar por mi en mi IPP?



¿Cuándo recibiría una copia de mi plan centrado en la persona y mi perfil/descripción de una página? ¿Cómo lo enviará? (por ej., correo, correo electrónico cifrado, etc.)

¿Qué pasa si deseo hacer cambios en mi plan o si el plan no refleja quién soy?

¿Cuánto tiempo se llevará por todo el proceso?

¿Está dispuesto a negociar un precio basado en mis necesidades específicas?

Considerando lo que sabe de lo que necesito, ¿cuánto cobraría? ¿Cómo se arregla el pago?

¿Qué acuerdos tendremos, entre ellos, una declaración de la ayuda que usted prestará, el período de tiempo, el programa de pagos y el derecho de terminar la relación laboral?



Métodos de planificación centrada en la persona

Descripción general

Las habilidades para las ideas centradas en la persona pueden dejar espacio para descubrir información y aprender más de una persona por medio de conversaciones facilitadas y pueden incluir, sin limitarse a ellas, las habilidades siguientes: Lo que le importa A la persona y lo que es importante PARA la persona, perfiles/descripciones de una página, cuadro de relaciones, cuadro de comunicaciones, apoyos correspondientes, ejercicio de 2 minutos, registro de aprendizaje 4+1, Dona y lo que funciona/no funciona.

El Centro Regional del Este de Los Angeles ofrece entrenamiento sobre las ideas centradas en la persona. Si desea información adicional, vaya a: [https://www.elarc.org/about-us/person-centered thinking](https://www.elarc.org/about-us/person-centered-thinking)

La planificación del estilo de vida esencial supone que hay gente con conocimientos y que conoce a la persona, pero no supone que existe un grupo de gente comprometida alrededor de la persona. Los planes de estilo de vida esencial se dividen en 4 secciones básicas:

La sección administrativa (a quién le pertenece el plan, quién participó en su producción)

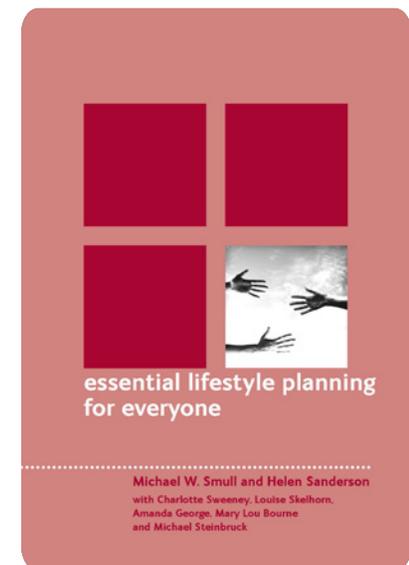
La sección de la persona (las cosas buenas acerca de mí, conocida también como reputación positiva, lo que le importa a la persona)

La sección de apoyo (describe qué apoyo requiere la persona y lo que la gente que conoce y quiere a la persona cree que es importante para que la persona esté sana y salva)

El plan de acción (refleja la discrepancia entre lo que se describe en el plan y lo que está ocurriendo en la vida de la persona en el momento; donde algo que le importa a la persona no está presente en su vida, se fija una acción para cambiar esto).

La planificación de estilo de vida esencial se diseñó para realizarse dentro y fuera de los sistemas.

Información adicional: <https://allenshea.com/wp-content/uploads/2017/02/Essential-Lifestyle-Planning-for-Everyone.pdf>





Métodos de planificación centrada en la persona

Una revisión centrada en la persona es un proceso de planificación centrada en/dirigida por la persona que reúne a la gente que es importante en la vida de una persona y usa herramientas para las ideas centradas en la persona para explorar lo que está pasando desde diferentes perspectivas que incluyen a la persona que reciben servicios, la gente importante para ella y otras personas con las que interactúan. El objetivo es llegar a un

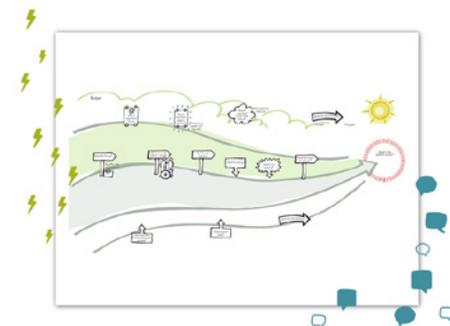
acuerdo sobre qué acciones se podría necesitar implementar para crear una vida mejor y combinar los mejores apoyos para ayudar a alcanzarlo.

- Se enfoca en lo que le importa a la persona, qué apoyo necesitan y lo que está y no está funcionando en su vida.
- Las preguntas que se formulan en este estilo de planificación son: Lo que le importa a la persona ahora y en el futuro (es decir, el futuro inmediato y a largo plazo. Puede incluir sus esperanzas, sueños y aspiraciones para el futuro). Que apoyos y ayuda necesita la persona para estar sana y salva basándose en lo que le importa a la persona; no debería incluir cosas que la persona puede hacer sin ayuda. Problemas que resolver y preguntas que contestar. Qué está funcionando bien/no está funcionando desde diferentes perspectivas de cada persona; se crea un plan de acción a partir de esto.



Planning Live es un enfoque inclusivo y de participación para la planificación centrada en la persona con el cual se reúne, en persona o a distancia, a la gente que es importante para el planificador para escuchar acerca de lo que le importa a la persona y hablar de diversos temas lo cual culmina en un conjunto de resultados esperados y una “semana perfecta” en el que se basa la planificación del apoyo y plan de gastos de la persona si está en la Autodeterminación.

- En situaciones en las que la gente vive junta y comparte un equipo de apoyo, Planning Live puede asumir la forma de un evento de dos días en el cual todos los participantes pasan juntos por el proceso y crean un plan de apoyo único para cada persona. Cuando la gente no se puede reunir, se puede facilitar Planning Live en línea con un planificador y sus huéspedes invitados mediante videoconferencias y tecnología interactiva.



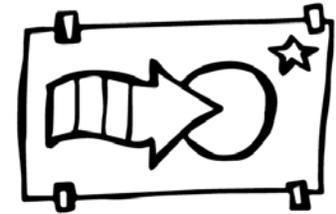
Información adicional: <https://helensandersonassociates.com>



Métodos de planificación centrada en la persona

PATH es el acrónimo en inglés de Planificando alternativas para mañana con esperanza. PATH es un proceso de grupo para descubrir una manera de avanzar hacia una meta positiva y posible, basada en el propósito de la vida, inscribiendo a otras personas, desarrollar la fuera y encontrar una estrategia práctica. Es una herramientas de planificación creativa que empieza con el final en mente.

- El trabajo se inicia con un proceso de visión que se enfoca en la persona con quien se realiza la planificación a fin de identificar sus sueños y definir la manera en que desea vivir en algún punto en el futuro. Luego el proceso de planificación se mueve de la “Estrella que nos guía” hacia atrás a un resultado de primeros pasos (iniciales) que son posibles y positivos.
- Este proceso de planificación se registra principalmente en gráficas que representan las ideas compartidas y recopiladas. Estas son las preguntas que se hacen en este estilo de planificación: ¿Qué es la “Estrella que nos guía”? (es decir, ideales, valores, pasiones, esperanzas, sueños) ¿Qué es positivo y posible alcanzar dentro de un marco de tiempo? ¿Qué está sucediendo ahora? ¿A quién inscribir? ¿Cómo crecer más fuerte? ¿Cuáles son nuestros siguientes pasos y estrategias?
- Dos facilitadores dirigen este proceso, uno para facilitar y el otro para registrar. La confianza y la confidencialidad son dos puntos clave que se deben abordar y reforzar durante todo este proceso.

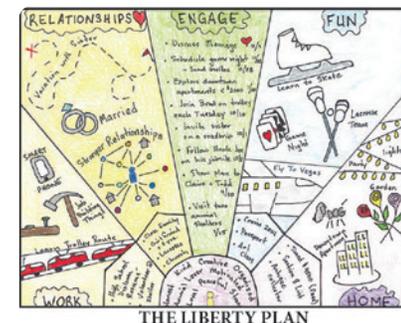


Información adicional: <https://inclusion.com/path-maps-and-person-centered-planning/>

Liberty Plan es un proceso hecho a la medida para desarrollar posibilidades en las categorías de la vida que más le importan a usted ahora. Es una oportunidad para celebrar a la persona, reflexionar en lo que desea alcanzar y estar atentos a que otros aspectos quiere explorar la persona. Ayuda a hacer que la persona actúe. Este proceso de planificación se registra principalmente en gráficas que representan las ideas compartidas y recopiladas.

- Las áreas que se abordan en este estilo de planificación son: Celebrar (presumir un poco acerca de usted mismo), Reflexionar (revisar los logros previos), Escuchar (invitar a que se realicen sueños, ideas y planes), Participar (traer el futuro al presente creando un plan de acción).

Información adicional: <https://www.lifeworks-sls.com/liberty-plan>





Recursos para las ideas centradas en la persona y planificación:

Videoclips sobre la planificación centrada en la persona:

Michael Smull sobre la evolución de las ideas centradas en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?v=pYtDrbkZCps>

Michael Smull sobre lo que se quiere decir con los enfoques, ideas y planificación centrados en la persona, incluida la planificación de PATH, MAPS y estilo de vida esencial:

<https://www.youtube.com/watch?v=tvANuym5VXY&t=70s>

Michael Smull dirige una reunión de planificación centrada en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?v=OQbs5JhKNXM>

Helen Sanderson describe el proceso de revisiones centradas en la persona:

<https://youtu.be/YpRz-YEwkP8>

Julie Malett facilita una revisión centrada en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?v=wxe-tB6wOz8>

Sesión de Michael Smull de planificación centrada en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?v=OQbs5JhKNXM>

Qué es la planificación centrada en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?v=ECcH5SR4KzM>

Cinco partes clave en la planificación centrada en la persona, una lectura fácil:

<https://www.youtube.com/watch?v=BSLRow7kkYs>

Beth Mount, Planificación centrada en la persona:

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=2REk6fYDZ0Y>

Beth Mount, Planificación centrada en la persona comparada con la centrada en el sistema:

<https://www.youtube.com/watch?v=y77y7XW8GtE>



Recursos para las ideas centradas en la persona y planificación:

Recursos para perfiles de una página:

Ejemplos de perfiles de una página:

<https://onepageprofiles.wordpress.com/>

Cómo empezar a crear perfiles de una página:

<https://www.youtube.com/watch?v=ekEtStwHdhY>

Modelos de perfiles de una página:

<http://www.sheffkids.co.uk/adultssite/pages/onepageprofilestemplates.html>

Recursos para planificación centrada en la persona:

Helen Sanderson Associates, Perfil de una página:

<https://helensandersonassociates.com/person-centered-approaches/planning-live/>

Planificación de futuros personales:

<http://tinyurl.com/jxe7s4l>

Sitio web de Allen y Shea con un cuaderno de trabajo “Personal Passport”:

<http://tinyurl.com/hvpsraj>

• **Planificación centrada en la persona: Senderos para tu futuro – Un manual para todos aquellos interesados en la planificación centrada en la persona, Sonoran University Center for Excellence in Disabilities, Departamento de Medicina Familiar y Comunitaria, Universidad de Arizona – una descripción general del proceso de planificación centrada en la persona con consejos para quienes estén en el círculo de apoyo de una persona:**

https://sonoranucedd.fcm.arizona.edu/sites/sonoranucedd.fcm.arizona.edu/files/publication/PCPToolkit_Final.pdf

Charting the LifeCourse:

<https://www.lifecoursetools.com/>

Individual Program Plan Resource Manual: A Person-Centered Approach (Manual de recursos del Plan del Programa Individual: Un enfoque centrado en la persona) del DDS:

<http://www.dds.ca.gov/RC/IPPPManual.cfm>



Mis notas y siguientes pasos

Apoyo Autoridad
Libertad Responsabilidad
CONFIRMATION
