



# Transición a la Adulthood para Jóvenes con Conductas Desafiantes: Consejos de Transición para los Padres

(Transition to Adulthood for Youth with Challenging Behaviors: Transition Planning Tips for Parents - Spanish version)

Una transición a la adultez con éxito para un joven que tiene problemas de salud mental, emocional o conducta desafiante, puede ser abordada a través Programa de Educación Individualizado (Individualized Educational Program-IEP). La ley en Minnesota requiere que la planeación de transición empiece a más tardar en el noveno grado para estudiantes con discapacidades que reciben educación especial. Los servicios que deben ser tratados para prepararlos para la vida después de la preparatoria (High School) incluyen: empleo, educación post-secundaria, vida independiente, la cual puede incluir recreación y esparcimiento, participación en la comunidad, y vida en el hogar.

Mientras que los padres esperan que el IEP aborde las áreas de necesidad académica, pueden no haber considerado que existen otras destrezas de transición necesarias para un empleo exitoso, educación post-secundaria y vida independiente.

Las siguientes preguntas y listas de chequeo pudieran ayudarle a usted y a su adolescente a identificar mejor las metas de transición, acomodaciones y servicios relacionados, para prepararle para una transición exitosa a la adultez.

## Empleo

Las entrevistas para conseguir empleo e ir a trabajar todos los días pudieran parecer como metas lejanas, pero el IEP de transición puede ayudar a su adolescente con necesidades de salud mental, emocionales o de conducta, a planear para empleo futuro. Las siguientes preguntas pudieran ayudar a su hijo cómo sus intereses, sueños, destrezas y necesidades se relacionan con las posibilidades de empleo y ayuda al equipo del IEP a crear metas hacia un empleo exitoso.

1. ¿Cuáles son mis intereses y pasatiempos?
2. ¿Qué puedo hacer bien?
3. ¿Qué dicen los demás que puedo hacer bien?
4. ¿Qué es un reto para mí?
5. ¿Qué trabajos ya he tenido? (con paga, voluntario)
6. ¿Qué es lo que me gusta acerca de mis experiencias de trabajo? (con paga, voluntario)

## Lista de otras cosas a considerar al escoger empleo:

Sí	No	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Me gusta trabajar con la gente
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Me gusta tratar cosas nuevas

- Me gusta estar activo
- Siempre soy puntual
- Soy organizado
- Puedo completar tareas en forma independiente
- Sé cómo pedir ayuda cuando la necesito
- Yo puedo aceptar crítica de mi trabajo
- Yo puedo ser flexible
- Yo sé qué hacer cuando siento síntomas de mi discapacidad (ansiedad, depresión, coraje, temor, etc.)

*Las declaraciones checadas con “no” pueden ser áreas para abordar en el IEP.*

### **Educación Postsecundaria y Entrenamiento**

Los estudiantes con necesidades de salud mental, emocional o de conducta que están preparándose para educación postsecundaria y entrenamiento necesitan identificar ciertos factores antes de decidir en un programa que les ayude a lograr sus metas. Estas preguntas pudieran ayudarle a usted y a su adolescente a encontrar las opciones educativas o entrenamientos apropiados, y pueden ser incluidos como metas en el IEP de transición.

1. ¿Cuáles son mis fortalezas académicas? (lectura, escritura, matemáticas)
2. ¿Cuáles son mis retos académicos? (lectura, escritura, matemáticas)
3. ¿Qué apoyos funcionan para que yo tenga éxito en la escuela (descansos, amigos, adultos confiables, tareas modificadas, acomodaciones para pruebas, clases de alto interés, tecnología, etc.)?
4. ¿Sé qué clases necesito tomar en Preparatoria (High School) para prepararme para mis metas futuras?
5. ¿Sé qué educación postsecundaria o programas de entrenamiento mis maestros y consejeros recomiendan para mis áreas de interés?
6. ¿Estoy al corriente en mis créditos para graduarme a tiempo?
7. ¿Sé qué clase de escuela (colegio, escuela técnica, escuela vocacional) yo quiero asistir después de mi graduación?

### **Lista de chequeo de otras cosas para considerar:**

- | Sí                       | No                       |  |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Puedo llegar puntual a clases  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Soy organizado   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Me puedo comunicar en forma efectiva con mis maestros  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Puedo cumplir con los horarios   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Puedo pedir ayuda cuando la necesito   |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Conozco las acomodaciones necesito que me ayudan a aprender (tiempo extendido para mis tareas, proyectos, pruebas, tecnología de asistencia, etc.) |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Sé cómo manejar mis necesidades emocionales (ansiedad, depresión, incertidumbre, enojo, temor, etc.)   |

---

## Vida Independiente

---

La mayoría de los adultos quieren vivir en forma independiente. Para un adolescente con necesidades de salud mental, emocionales o de conducta, vivir independientemente es más que solamente encontrar un lugar para vivir. También significa entendimiento de cómo crear y sostener un estilo de vida saludable, cómo manejar y apoyar servicios y cómo conectar con actividades positivas en la comunidad. Estas preguntas le pueden ayudar a usted y a su adolescente a determinar cuáles tipos de ayuda necesitan ellos para poder vivir tan independientemente como sea posible e incluirlos como metas transicionales en el IEP.

1. ¿Cuáles son las opciones de vivienda que me interesan para cuando termine yo la preparatoria?  
¿Conozco lo que está disponible? (Por ejemplo, vivir en casa con mis padres, rentar un departamento, vivir a solas con algunos servicios de apoyo, vivir en una vivienda subsidiada por el gobierno, etc.)
2. ¿Qué clase de ayuda me gustaría tener si yo viviera solo? ¿Sé cómo cuidarme? (Por ejemplo, pagar mis deudas, cocinar, hacer la limpieza en casa, cuidar mi ropa, mantenerme seguro, solucionar mis necesidades de transportación).
3. ¿Necesito ayuda para estar saludable? ¿Conozco los servicios del Condado que podría yo tener a mi disponibilidad? (Servicios y apoyos de salud mental para adultos y de rehabilitación vocacional).
4. ¿Sé cómo participar dentro de mi comunidad? ¿Cuáles son los recursos que existen en mi comunidad que me interesan? (Por ejemplo, el teatro, la música, los programas de educación en la comunidad, los clubes y pasatiempos. ¿Cómo puedo conectarme con ellos?)

### Lista de chequeo de cosas para considerar:

Sí	No	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Me llevo muy bien con otras personas (los compañeros y otros adultos)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Puedo hacer amistades fácilmente.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Puedo mantener las amistades
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	¿Me enojo de repente y se me dificulta calmarme después?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	¿Soy impulsivo?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	¿Sé cómo pedir ayuda y a quién pedírsela cuando es necesario?
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	¿Puedo estar al pendiente de mis necesidades médicas / de salud?

## Conclusión

---

La transición a la vida de adulto puede ser una etapa difícil para los jóvenes, ¡además de ser muy alarmante para sus padres! El IEP de transición puede ser de mucha ayuda para que su hijo o hija alcance sus metas hacia la adultez. PACER Center tiene otra información de recursos y apoyos para ayudarte durante este tiempo emocionante. Visita a [PACER.org/Transition](http://PACER.org/Transition) y [PACER.org/cmh](http://PACER.org/cmh).

## Recursos Adicionales

---

Sednet - The Multiagency Network for Students with Emotional/Behavioral Disorders

[paec.org/wp\\_paec/wp-content/uploads/2013/08/Transition-and-Childrens-Menatl-Health.pdf](http://paec.org/wp_paec/wp-content/uploads/2013/08/Transition-and-Childrens-Menatl-Health.pdf)

National Collaborative on Workforce and Disability (NCWD)

[ncwd-youth.info/wp-content/uploads/2016/11/infobrief\\_issue24.pdf](http://ncwd-youth.info/wp-content/uploads/2016/11/infobrief_issue24.pdf)

National Public Radio

[npr.org/sections/ed/2015/09/12/422870122/for-students-with-mental-health-issues-the-transition-to-college-is-complicated](http://npr.org/sections/ed/2015/09/12/422870122/for-students-with-mental-health-issues-the-transition-to-college-is-complicated)