



Enfocado en la **EDAD ESCOLAR**

Guía rápida para Life Experiences Series (Series Experiencia de Vida)

La edad escolar son los años desde el jardín de niños hasta la escuela secundaria media.

Ahora que tu hijo o hija está en edad escolar pasará mucho tiempo con personas diferentes a sus padres o familia. Durante esta etapa de la vida, está creciendo y cambiando rápidamente. Mientras transita a convertirse en un adulto joven, él o ella necesita muchas oportunidades de tener experiencias de vida que le ayuden a aprender y sobresalir en el hogar, la escuela y la comunidad.

Desarrollado por Charting Charting the LifeCourse Nexus - LifeCourseTools.com

©2021 Curador de la Universidad de Missouri (Curator of the University of Missouri) / UMKC IHD, UCEDD



ENFOCADOS EN LA EDAD ESCOLAR



VIDA COTIDIANA Y EMPLEO

Lo que una persona hace como parte de sus actividades diarias: escuela, empleo, voluntariado, comunicación, rutinas y habilidades de vida.

Es importante pensar acerca de con quién tu hijo está pasando tiempo y compartiendo experiencias de vida que lo o la van a preparar su vida futura como adulto. ¿Tienes la expectativa de que tu hijo va a estar empleado cuando sea un adulto? y ¿qué está haciendo él en la escuela, la casa o la comunidad para aprender habilidades que lo preparen para la cotidianidad de la vida adulta y el trabajo?

- ¿Estoy en el ambiente menos restrictivo posible en la escuela o vecindario? ¿Recibo mi educación en un ambiente lo más inclusivo posible y sin ser separado innecesariamente de otros niños?
- ¿Cómo estoy aprendiendo habilidades sociales, de la vida diaria y académicas en mi experiencia escolar?
- ¿Cuál es tu visión para mi futuro mientras aprendo y crezco? ¿Estás preguntándome qué quiero ser en el futuro?
- ¿Qué tipo de quehaceres o responsabilidades tengo en casa? Tales como limpiar mi cuarto u ordenar mis juguetes.
- ¿Cómo puedes organizar mejor mis actividades diarias para que se adapten a mí? ¿Qué rutinas o estrategias pueden ayudarnos a ambos a lo largo de día?



VIDA EN LA COMUNIDAD

Dónde y cómo vive alguien: vivienda y opciones de vida, acceso a la comunidad, transporte, adaptaciones y modificaciones a la vivienda.

La vida en comunidad no solo se trata de dónde vivimos, sino de cómo estamos accediendo e involucrándonos en nuestras comunidades. Observar y aprender sobre diferentes opciones de vida ayudará a nuestros hijos a tener una mejor idea sobre cuáles serán sus opciones cuando sean adultos. Ir a los mismos lugares donde van pares de su edad y estar involucrados en actividades del vecindario y la comunidad ayudarán a que tus hijos continúen creciendo y aprendiendo.

- ¿Está nuestra casa en un distrito escolar que promueve la educación inclusiva, de tal manera que pueda aprender y crecer con mis hermanos y otros niños del vecindario?
- ¿Cómo me estás ayudando a aprender acerca de diferentes opciones de vivienda? Por ejemplo: apartamentos, casas, compañeros de apartamento o dormitorios.
- ¿A qué lugares, actividades y eventos comunitarios me llevas?
- ¿Qué adaptaciones para nuestra vivienda, que satisfagan mejor mis necesidades, has explorado?
- ¿Qué opciones para ir y volver de la escuela diferentes a transporte especial has explorado? Por ejemplo: bus escolar regular, vehículos compartidos o caminar hasta la escuela con otros niños del vecindario.



SEGURIDAD

Mantenerse seguro: emergencias, bienestar, opciones de tutela, derechos y asuntos legales.

Ahora que tus hijos están en la escuela y estando más activos en la comunidad, no puedes estar con ellos todo el tiempo para mantenerlos seguros. Ayudarlos a aprender habilidades para mantenerse seguros es importante ahora y va a ser importante para su seguridad como adultos. Tú puedes ayudarlos a aprender a interactuar apropiadamente con “auxiliadores” como la policía, bomberos y personal de emergencia. Adicionalmente, nunca es demasiado pronto para aprender acerca del dinero.

- ¿A quién le cuento que no me siento seguro o si estoy siendo acosado o victimizado?
- ¿Cómo me estás ayudando a aprender acerca de personas desconocidas peligrosas y en quien puedo confiar?
- ¿Cómo mantienes actualizados al personal local de emergencia a medida que mis necesidades cambian?
- ¿Cómo estás ayudándome a saber qué hacer en una emergencia? ¿Practicamos simulacros y tenemos un plan de atención de desastres que tengan en cuenta mis necesidades?
- ¿Cómo estás aprendiendo acerca de mis derechos y los de nuestra familia relacionados con educación? ¿Cómo me estás ayudando a entenderlos?
- ¿Cómo me estás dando oportunidades de decidir cómo gastar el dinero?





ENFOCADOS EN LA EDAD ESCOLAR



VIDA SOCIAL Y ESPIRITUAL

Forjar amistades y relaciones, realizar actividades de ocio, tejer redes personales o pertenecer a una comunidad religiosa.

En los años escolares los niños aprenden cómo llevarse bien con otros, y más importante, cómo hacer nuevos amigos y ser un buen amigo para los demás. Ellos necesitan mucho tiempo y oportunidades para practicar estas importantes habilidades sociales en una variedad de escenarios, así como oportunidades de descubrir qué les gusta hacer por diversión y recreación. Este también es un tiempo de explorar si quieren involucrarse en una comunidad religiosa.

- ¿Cómo estoy aprendiendo acerca de hacer amigos y mantener relaciones personales?
- ¿Cómo me estás motivando a probar diferentes actividades de tal forma que pueda descubrir que me gusta hacer en mi tiempo libre?
- En la escuela, parques u otras actividades comunitarias ¿cómo puedo involucrarme y ser incluido en actividades extracurriculares o de recreación donde pueda conocer y hacer nuevos amigos?
- ¿Cómo me estás ayudando a explorar mi espiritualidad y encontrar una comunidad religiosa acogedora?
- ¿Estoy aprendiendo los valores espirituales y culturales de nuestra familia y participando de los rituales y ritos de nuestra fe?



VIDA SALUDABLE

Administrar la asistencia médica, acceder a ella y permanecer saludable: salud médica, mental, conductual, del desarrollo, nutricional y bienestar.

Tus hijos no siempre van a estar rodeados de opciones saludables, por eso, es importante ayudarles a aprender las habilidades necesarias para conocer la comida más adecuada para comer, cómo estar físicamente activo y en forma, así como a decir no a las cosas que les puedan hacer daño. Los niños en edad escolar pueden empezar a tomar un rol más activo en el cuidado de su salud, así como empezar a entender su estado de salud e información específica acerca de su propio diagnóstico o discapacidad.

- ¿Cómo me estás ayudando a aprender a pedir ayuda o a decirle a alguien cuando estoy enfermo o simplemente no me siento bien?
- ¿Qué estás haciendo para enseñarme cómo dirigirme e interactuar con doctores y otros profesionales médicos?
- ¿Cómo estás ayudándome a entender mi discapacidad o mis necesidades médicas? y ¿cómo estas me afectan a medida que cambio y crezco?
- ¿Cómo me estás ayudando a saber qué es bueno (comida saludable, dormir o ejercitarse) o malo (drogas o fumar) para mi cuerpo?
- ¿Cómo estoy aprendiendo acerca de comidas saludables, nutrición y preparar refrigerios saludables?



CIUDADANÍA Y REPRESENTACIÓN

Desarrollar roles importantes, tomar decisiones, establecer metas, asumir responsabilidades y determinar cómo vivir tu propia vida.

Tu eres el mejor representante y profesor de tus hijos. Este es un tiempo en el que puedes ayudarles a aprender a empezar a representarse a sí mismos en reuniones de planeación, la escuela y la comunidad. Tomar decisiones, expresar su opinión acerca de lo que quieren y retribuir a su comunidad ayudan a los niños a prepararse para ser buenos ciudadanos y representantes cuando sean adultos.

- ¿Estás interesado en ayudar a otros padres o involucrarte en cambios de política o sistema?
- ¿Cómo estoy siendo apoyado para aprender habilidades de liderazgo y para tomar roles de liderazgo en casa, la escuela o la comunidad?
- ¿Cómo me estás ayudando a aprender a ser parte y a empezar a liderar reuniones de planeación de la escuela o centradas en la persona?
- ¿Te presentas a ti mismo cómo un experto acerca de mí y de mis necesidades? ¿Cómo estás ayudándome a aprender a ser un experto acerca de mí mismo y de mis necesidades?
- ¿Cómo estoy aprendiendo la importancia de seguir las reglas en casa, la escuela y otros lugares?
- ¿Cómo me estás ayudando a encontrar roles valiosos y oportunidades de retribuir a la comunidad?





ENFOCADOS EN LA EDAD ESCOLAR



SERVICIOS Y APOYOS

Recursos y estrategias para promover el desarrollo, educación, intereses y bienestar personal, y que mejoren el funcionamiento personal y familiar.

Todos usamos una variedad de recursos para sobrellevar nuestra vida diaria, incluyendo nuestros propios bienes y capacidades. La mayoría de nosotros tenemos personas en nuestras vidas que hacen cosas por nosotros y viceversa. Aprovechamos la tecnología, así como negocios, organizaciones y recursos en la comunidad. Aunque puedas necesitar servicios pagos, recuerda también considerar otro tipo de servicios.

- ¿Qué bienes y fortalezas tiene disponibles nuestra familia?
- ¿Con quién más podemos contar para estar ahí cuando necesitemos una mano que nos ayude?
- ¿Estás buscando recursos comunitarios que puedan beneficiarme a mí y a nuestra familia?
- ¿Hay tecnología a la que tengas acceso y que pudiera ser de ayuda para cuidar de mí?
- ¿Tienes conocimiento básico de los beneficios públicos a los cuales yo o nuestra familia pueda aplicar? Tales como, Seguridad de Ingreso Suplementario (siglas en inglés SSI), Seguro Social por Incapacidad (siglas en inglés SSDI), Medicaid (seguro de salud del gobierno), cupones de comida u otros recursos locales o del estado basados en elegibilidad.



NÚCLEO FAMILIAR

Lo que el núcleo familiar necesita para apoyar y para ser una parte exitosa de la vida del miembro de su familia. Las ayudas que están dirigidas a la familia, en última instancia, benefician al individuo.


Hacerse cargo de un niño pequeño puede ser una de las experiencias más gratificantes y satisfactorias de nuestras vidas, por otro lado, también puede ser una experiencia agotadora y desafiante. Es importante encontrar tiempo para hacerte cargo de ti mismo, pasar tiempo de calidad con otros miembros de la familia y hacer cosas en familia.

- ¿Dónde puedes conectarte con otros padres o familias de forma individual, en grupos, a través de internet o en persona?
- ¿Qué estás haciendo para tomar un respiro o un descanso corto del estrés de la vida?
- ¿Qué haces por ti mismo y por mis hermanos para encontrar balance con mis necesidades?
- ¿Cómo me estás enseñando acerca de la cultura, tradiciones y valores de nuestra familia?
- ¿Qué estás haciendo para planear financieramente mi futuro y el de nuestra familia? Por ejemplo: ahorros para la universidad, abrir una cuenta ABLE (siglas para "Achieving a Better Life Experience" /Logrando una mejor experiencia de vida), u organizado un fideicomiso de necesidades especiales (en inglés Special Needs Trust).
- ¿Qué amigo u otro padre de familia puedes llevar contigo a mis reuniones de IEP (Individualized Education Program/ Programa de Educación Individualizado)?

PARA MÁS INFORMACIÓN CONTACTA:




charting the
**LIFECOURSE
NEXUS**

 UMKC Institute for Human Development, UCEDD
215 W. Pershing, 5th Floor
Kansas City, MO 64108

 lifecoursetools.com

 info@lifecoursetools.com

 800-779-8652

Desarrollado por Charting the LifeCourse Nexus - LifeCourseTools.com

©2021 Curador de la Universidad de Missouri (Curator of the University of Missouri) / UMKC IHD, UCEDD

Febrero • 2021