

## ¡Consejos de TD!

# Planificación Centrada y Auténtica en la Persona y la Familia



### ¿Qué puedo hacer?

1. Crea una lista de 5-10 cosas que te interesen. Por ejemplo, libros o programas de televisión, pasatiempos, clases, actividades extracurriculares u otras cosas.
2. Pregúntele a alguien de confianza cuáles son sus esperanzas y sueños para ti en el futuro.
3. Piensa en tus propias esperanzas y sueños para el futuro. ¿Cómo sus esperanzas y sueños que ellos tiene para ti coinciden con tus propias esperanzas y sueños?
4. Lleve una lista de tus intereses a tu maestro o equipo de transición y pídeles que te ayuden a pensar en opciones para carreras futuras, educación y pasatiempos que coincidan con tus intereses.

### ¡Consejo Profesional!

Si te sientes atorado, pide a familiares de confianza que hagan un tablero de visión con cosas que son importantes para ellos. Marca los valores que son importantes para ti también, y luego agrega tus propios intereses y valores al tablero.

### ¿Qué tal un desafío definitivo?

Trae contigo tus listas o tablero de visión a tu próxima reunión del Plan Educativo Individualizado (IEP) y explica cuáles son tus intereses y valores, incluye los de tu familia también. Luego, trabaja con tu equipo para asegurarte de incluir las metas en tu IEP para ayudar a establecer el camino hacia un futuro centrado en ti.

