



¿Qué es el Pensamiento Centrado en la Persona?

El Pensamiento Centrado en la Persona (Person Centered Thinking, o PCT) es la filosofía detrás de todo lo que hacemos en el Centro Regional de los Tres Condados (Tri-Counties Regional Center, o TCRC). En su esencia, el PCT es una idea sencilla: poner a los individuos en primer lugar, escuchar cuidadosamente y aprender quiénes son y qué quieren de la vida, luego trabajar en conjunto para fijar metas, crear planes personalizados y ponerlos en práctica. Estar centrados en la persona también significa tratar a los demás con dignidad y respeto. PCT reconoce el derecho del individuo de tomar decisiones informadas y tomar responsabilidad por esas decisiones y los riesgos asociadas con las mismas. Cuando usamos PCT, intentamos desarrollar los puntos fuertes, dones, talentos, destrezas y contribuciones de cada individuo.

¿Por qué TCRC usa el Pensamiento Centrado en la Persona?

TCRC usa el Pensamiento Centrado en la Persona en todo lo que hacemos porque creemos que el PCT ofrece la mejor manera de aprender sobre las personas y respetar sus sueños, capacidades e incluso sus temores. El PCT guía todas nuestras actividades y proporciona un hilo conductor entre todas las mismas. Creemos que usar prácticas centradas en las personas en todo TCRC asegura que estar centrados en las personas será nuestro enfoque natural para la resolución de problemas, las relaciones con otras personas y nuestro trabajo con los individuos y las familias que apoyamos, proveedores de servicio, colegas y nuestros socios en la comunidad.

En TCRC, ponemos en práctica el PCT por medio de una variedad de prácticas centradas en la persona, pero la más importante es la Planificación Centrada en la Persona. La Planificación Centrada en la Persona es un proceso guiado para aprender de qué manera un individuo quiere vivir en su hogar, en el trabajo y en la comunidad, y para desarrollar un plan para lograr lo que desee.

El Pensamiento Centrado en la Persona asegura que el enfoque de nuestro trabajo y de la planificación siga siendo la perspectiva de los individuos afectados por la planificación. El PCT lo puede hacer porque nos ayuda a conocer lo que les parece **IMPORTANTE** a y lo que **NECESITAN** las personas a quienes prestamos servicios. Las cosas que les parecen **IMPORTANTES** a los individuos son sus principales prioridades y lo que les hace felices. Las cosas que **NECESITAN** los individuos son las cosas esenciales para estar sanos y seguros y valorados como miembros de su comunidad. Usted y su equipo de planificación trabajarán en conjunto para encontrar las mejores maneras de apoyarlo para que pueda obtener las cosas que le parecen **IMPORTANTES** a usted y las que **NECESITA**.

¿Quién participa en la Planificación Centrada en la Persona?

Su equipo de planificación está compuesto por usted, su coordinador de servicios u otros miembros del personal de TCRC, proveedores de servicio, personal de apoyo y cualquier familiar, amigo u otra persona que usted quiera que participe.

¿De qué manera el Pensamiento Centrado en la Persona guía mis interacciones con el centro regional?

Todas las personas que trabajan en TCRC han sido capacitadas en el PCT y han aprendido maneras creativas para recopilar información significativa y hablar sobre cómo establecer objetivos, resolver problemas y elaborar planes de acción. Su Coordinador de Servicios guiará a su equipo de planificación para que use prácticas centradas en la persona durante todas sus reuniones y a medida que ponen práctica sus planes.

Puede esperar lo siguiente de su Coordinador de Servicios:

- Escuchará con atención lo que usted diga y hará su mejor esfuerzo por conocerlo bien. Si no puede hablar por sí mismo, escuchará a las personas

que mejor lo conocen y encontrará maneras de comunicarse con usted.

- Se concentrará en lo positivo y lo posible en lugar de en los obstáculos.
- Apoyará las diversas maneras que las personas eligen vivir sin juzgar las decisiones de otras personas.
- Usará lenguaje que pone primero a la persona, antes de las discapacidades.
- Verificará que entiende su perspectiva antes de actuar o responder.
- Solicitará el aporte de las personas afectadas por cada decisión.
- Estará bien informado sobre los servicios disponibles como opciones para incluir en su plan.

El personal de TCRC en general:

- Honrará y pedirá diferentes perspectivas antes de tomar decisiones.
- Aportará ideas razonadas acerca de las decisiones y ayudará a evaluar los resultados.
- Será honesto en sus opiniones y evaluaciones.
- Tomará iniciativa para actuar cuando se enteran de una necesidad u oportunidad.
- Cumplirá con lo que dice que va a hacer.

Para que el proceso funcione mejor, se recomienda que todas las personas involucradas:

- Mantengan una actitud positiva.
- Escuchen las opiniones e ideas de otras personas con una mente abierta.
- Sean reflexivos y honestos sobre lo que pueden y no pueden hacer.
- Cumplan con lo que dicen que van a hacer.

¿Cómo puedo prepararme para participar plenamente en la Planificación Centrada en la Persona?

Antes de reunirse con un Coordinador de Servicios con su equipo de planificación, tómese el tiempo de pensar en el tipo de cosas que tienen que saber sobre usted para entenderlo como persona. Escriba o grabe una lista de cosas que admira de sí mismo, o sus creencias y valores, sus objetivos ahora mismo y las cosas que sueña con hacer. Luego piense sobre y escriba o grabe cualquier preocupación que tenga sobre lograr

sus objetivos y sueños. Finalmente, piense sobre y escriba o grabe alguna vez en el pasado cuando las personas le ayudaron a superar obstáculos o lo apoyaron de maneras que hicieron una diferencia en su vida.

¿Dónde puedo obtener más información sobre el Pensamiento Centrado en la Persona?

Se les recomienda a usted y a todos los miembros de su equipo de planificación que asistan a una de las sesiones de capacitación de TCRC sobre el Pensamiento Centrado en la Persona. Durante estas sesiones, TCRC reúne a miembros del personal del centro regional, proveedores de servicios, los individuos a quienes prestamos servicios y sus familias y amigos para aprender los puntos básicos del PCT. Aprenderá maneras creativas de reunir y compartir información significativa, resolver problemas y crear objetivos y planes de acción.

Si disfruta la sesión de capacitación del PCT y le gusta lo que aprendió puede participar en nuestras Comunidades de práctica. Las Comunidades de práctica se reúnen cada dos meses en cada oficina de TCRC para profundizar temas presentados en la capacitación del PCT y ayudarlo a desarrollar sus destrezas de pensamiento centrado en la persona. Durante las reuniones, el personal de TCRC, los individuos a quienes prestamos servicio y los proveedores de servicio colaboran para determinar cómo podemos usar el PCT para mejorar todas nuestras relaciones profesionales y las vidas de las personas con discapacidades intelectuales.

Puede encontrar las fechas y horarios de las próximas sesiones de capacitación del Pensamiento Centrado en la Persona y de las reuniones de las Comunidades de práctica en línea en www.tri-counties.org.

Si desea obtener información más detallada sobre el Pensamiento Centrado en la Persona, dos lugares que se la pueden brindar son:

- La Comunidad Internacional de Aprendizaje de Prácticas Centradas en las Personas (The International Learning Community for Person Centered Practices) en www.learningcommunity.us. Además, TCRC colabora con la Comunidad de Aprendizaje y otras organizaciones regionales para organizar la Reunión sobre las Prácticas Centradas en las Personas de California anual, un evento de aprendizaje colectivo enfocado en compartir conocimientos y avanzar los

esfuerzos para promover el cambio a un sistema centrado en la persona. Esté atento a los anuncios sobre la Reunión de California en los sitios web de la Comunidad de Aprendizaje y de TCRC.

- Helen Sanderson Associates, un equipo internacional basado en el Reino Unido que trabaja en relaciones de colaboración para integrar las prácticas centradas en las personas al corazón de equipos y organizaciones, en www.helensandersonassociates.co.uk/about. Puede leer blogs, investigaciones publicadas y noticias de interés en su Sala de lectura en www.helensandersonassociates.co.uk/reading-room/.

“Un enfoque centrado en la persona se intenta mantener al individuo y sus puntos fuertes, capacidades y necesidades como el núcleo de la planificación y la toma de decisiones.”

*~ Tina Calderaro-Mendoza,
Coordinadora Del Pensamiento
Centrado en la Persona*

“En general, terminé con una sensación muy positiva sobre la capacitación [de pensamiento centrado en la persona] y sentí mucho más que era un miembro activo del equipo. Espero tratar de utilizar el proceso cuando piense en el futuro de Alex...me resultó útil definir y concentrar en los asuntos más importantes para que Alex logre el éxito.”

~ Un padre

“El cambio empieza con aprender a planificar con la persona que recibe servicios y apoyos en lugar de planificar en nombre de la persona.”

~ Mian Wang, PhD., UCSB

Mision

TCRC provee planeamiento
**concentrado a la persona
y a la familia**
con servicios y apoyos
para las personas con
discapacidades en el desarrollo
para maximizar
**las oportunidades
y las opciones**
para vivir, trabajar,
aprender y recrearse
en la **comunidad**

Condado de San Luis Obispo

Atascadero

7305 Morro Rd., Suite 101
Atascadero, CA 93422
(805) 461-7402 *teléfono*
(805) 461-9479 *fax*

Parents Helping Parents FRC
(805) 461-7415 *teléfono*

San Luis Obispo

3450 Broad St., Suite 111
San Luis Obispo, CA 93401
(800) 456-4153 *teléfono gratuito*
(805) 543-2833 *teléfono*
(805) 543-8725 *fax*

Parents Helping Parents FRC
(805) 543-3277 *teléfono*

Condado de Santa Barbara

Santa Barbara

520 East Montecito St.
Santa Barbara, CA 93103
(800) 322-6994 *teléfono gratuito*
(805) 962-7881 *teléfono*
(805) 884-7229 *fax*

Alpha Resource Center
(805) 683-2145 *teléfono*

Santa Maria

1234 Fairway Dr., Suite A
Santa Maria, CA 93455
(800) 266-9071 *teléfono gratuito*
(805) 922-4640 *teléfono*
(805) 922-4350 *fax*

Alpha Resource Center
(805) 347-2775 *teléfono*

Condado de Ventura

Oxnard

2401 E. Gonzales Rd., Ste 100
Oxnard, CA 93036
(800) 664-3177 *teléfono gratuito*
(805) 485-3177 *teléfono*
(805) 988-9521 *fax*

Rainbow Connection FRC
(805) 485-9643 *teléfono*

Simi Valley

2635 Park Center Dr., Ste A
Simi Valley, CA 93065
(800) 517-2524 *teléfono gratuito*
(805) 522-8030 *teléfono*
(805) 522-8142 *fax*

Rainbow Connection FRC
(805) 823-2325 *teléfono*



**Tri-Counties
Regional Center**

Enfocados en el individuo en todo lo que hacemos

Misión: TCRC provee planeamiento concentrado en la persona y en la familia con servicios y soportes para las personas con discapacidades de desarrollo para maximizar las oportunidades y las alternativas para vivir, trabajar, aprender y recrearse en la comunidad.