

Divulgación de discapacidad

Una hoja informativa para jóvenes con discapacidades

Divulgar significa decirle a la gente que usted tiene una discapacidad, lo cual es personal y puede que no sea algo que le guste compartir. Es importante que piense detenidamente qué información puede necesitar o desear compartir con quién y por qué motivo. ¡Es SU ELECCIÓN qué hacer!

¿Cuándo revelar o no revelar? No es necesario que le cuente a todos todo sobre su discapacidad. Es mejor mantener cierta información en privado. Por lo tanto, debe pensar y tal vez hablar con su familia, amigos de confianza o asesores para decidir qué compartir y qué mantener en privado.



Aquí hay un par de preguntas para considerar y discutir con su círculo íntimo.
(Mire la segunda página para responder estas preguntas)



¿Cómo te hace sentir decir que tienes una discapacidad? No hay ninguna respuesta incorrecta. ¡Solo lo que es adecuado para ti!	¿Sería útil o no contarle a su empleador, universidad u otras personas sobre su discapacidad? ¿De qué maneras?	¿Hay ocasiones en las que eliges no contarle a la gente sobre tu discapacidad? ¿Por qué?	¿Sabe qué son las <i>adaptaciones razonables</i> y cuáles le ayudan a tener éxito?	¿Ha practicado contarle a otra persona sobre su discapacidad cuando necesitaba adaptaciones?
--	--	--	--	--

RECUERDE No es necesario que proporcione información personal específica sobre su discapacidad. Sólo lo más importante y útil es brindar información sobre:

 ¿Cómo afecta su discapacidad su aprendizaje y su capacidad para hacer su trabajo?	 ¿Qué tipo de lugar, apoyo y servicios necesitará para dar lo mejor de sí mismo?
---	---

Si bien NO es obligatorio que usted revele su discapacidad a nadie, la divulgación es necesaria en determinadas situaciones, como algunas de las siguientes:

<input type="checkbox"/> Nuevos amigos que le han invitado a un concierto porque necesita asientos accesibles cerca del escenario para verlo.	<input type="checkbox"/> A su asesor de beneficios si está solicitando beneficios del Seguro Social. Es fundamental que usted tenga su información personal (registros médicos y educativos) relacionados con su discapacidad en orden y lista para compartir.	<input type="checkbox"/> Si va a ir a la universidad, es una buena idea programar una cita con la oficina de servicios de apoyo de asesoramiento (o Servicios de apoyo para discapacitados) de su colegio o universidad para averiguar qué adaptaciones están disponibles para estudiantes con y sin discapacidades.
<input type="checkbox"/> Su entrenador de atletismo porque sus sesiones de tutoría de matemáticas chocan con la práctica de atletismo después de la escuela.		
<input type="checkbox"/> Un empleador potencial para recibir las adaptaciones laborales necesarias.		

Recuerde, la divulgación es **SU** decisión.
Pensar, discutir y prepararse es esencial a la hora de decidir si revelar su discapacidad.



La divulgación puede ser complicada, pero no tiene por qué serlo. Estas son algunas de las tareas que puede realizar para ayudarle a navegar este proceso y, a su vez, permitirle tener más confianza para defenderse a sí mismo en sus propios términos.

Responda las siguientes preguntas y discútalas con su círculo íntimo si es necesario.

¿Cómo le hace sentir decir que tiene una discapacidad?

¿Cuáles son sus metas? ¿Sería útil contarle a su empleador, universidad u otras personas sobre su discapacidad? ¿De qué maneras?

¿Hay ocasiones en las que elige no hablar sobre su discapacidad? ¿Por qué?

¿Sabe qué son las adaptaciones razonables y cuáles le ayudan a tener éxito?

¿Qué preguntas tiene todavía sobre la divulgación?

En caso de que necesite hacer una divulgación, siempre es mejor estar preparado. Entonces, **practica, practica**. Puede resultar útil escribirlo explicando su discapacidad y sus apoyos.

<p>Enliste sus acomodaciones aquí:</p>	<p>Explique su discapacidad y sus necesidades aquí:</p>
<p><i>(Incluye escuela, trabajo y actividades sociales)</i></p>	<p><i>(¿Cómo se lo explicarías a alguien fuera de tu círculo íntimo?)</i></p>

Fuente

➤ Adaptado de [Military Parent Technical Assistance Center](http://militaryparenttechnicalassistancecenter.org)