

# Competencias transversales: Respeto, a la autonomía y la autodeterminación, flexibilidad y confidencialidad

1

## EL RESPETO A LA AUTONOMÍA Y LA AUTODETERMINACIÓN

### La promoción de la autonomía

Se es autónomo cuando se pueden hacer actividades según las propias **necesidades** y **capacidades**, se regula la actitud y se adapta a la situación en la que se vive.

La autonomía no solo se refiere a actividades básicas como higiene y alimentación, sino también a las tareas que hacen que la persona esté en **comunidad** y desarrolle su **proyecto de vida**.

Otros conceptos clave son:

- 1 **Actividades Básicas de la Vida Diaria:** aquellas que se realicen con **mínima autonomía**, p.e, cuidado personal, movilidad básica, actividades domésticas básicas...
- 2 **Apoyo en las necesidades de autonomía personal:** en las que la cogestora demanda **apoyo** para conseguir un nivel satisfactorio de autonomía en la comunidad.

### Origen

Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU --> importancia de asegurar los **Derechos Humanos** y **libertades** del colectivo.

La carta adoptada por los países participantes en la convención es un instrumento legal que reafirma los derechos de las personas con discapacidad, el **derecho a la autonomía personal** y **vida independiente**, concretamente en el artículo 19.

## PROMOCIÓN AUTONOMÍA PERSONAL

¿Por qué es la promoción de la autonomía tan importante?

Para la mejora de la **autoestima** y valoración de uno mismo. Es el camino a la **independencia, bienestar y calidad de vida**.

La autonomía es importante porque...

- 1 **Facilita el aprendizaje:** enfrentarse a diferentes situaciones, analizarlas, encontrar soluciones e intentarlas resolver con la mínima ayuda es una fuente de experimentación que permite el aprendizaje y desarrollo de capacidades.
- 2 **Aumenta la autoestima:** permite a uno aceptarse tal y como es y tener la iniciativa de relacionarse mejor con el resto.
- 3 **Evitar ansiedad:** la dependencia a otras personas, implican que en determinadas circunstancias se sienta ansiedad si no se sabe cómo responder autónomamente. En cambio, si se es autónomo habrá más calma y bienestar para encontrar soluciones.

5 **La persona está mejor preparada para hacer frente a situaciones del día a día:** si la persona sabe cómo responder a las rutinas cotidianas por sí misma, sentirá más seguridad. Además, si se es autónomo hay más preparación para aceptar los cambios a los que nos enfrentemos.

6 **Responder mejor a las necesidades sociales:** una necesidad de todas las personas es participar en situaciones sociales, por ello, mediante la autonomía es más fácil responder ante estas situaciones sin necesidad de un mediador, adquiriendo autoestima y el respeto de los otros.

7 **Es una garantía para el futuro**

8 **Aumenta la dignidad** de la que todo el mundo tiene derecho.

## Pautas básicas para la promoción de la autonomía

- Ser paciente con el tiempo que la cogestora necesita para realizar las tareas por sí misma
- Solo ofrecer apoyo en las actividades donde la persona lo necesite
- Apoyar a la cogestora en el uso de los servicios ofrecidos por la comunidad.
- Apoyar a la cogestora en su integración social, manteniéndose en segundo plano cuando no necesita apoyo

● Promover las habilidades de la persona cogestora para llevar una vida independiente.

● Evitar focalizar la atención en su discapacidad y evitar utilizar el término "persona dependiente"

● No tomar decisiones por la persona cogestora respecto a su vida cotidiana

## RESPETO A LA AUTODETERMINACIÓN Y LA TOMA DE DECISIONES

El trabajo del/la AP irá dirigido a que la persona para quien trabajamos...

- Tenga un **proyecto de vida autodeterminado**  
Tenga **sueños**
- Tenga **poder de decidir** y **participar** en las **decisiones** que le conciernen
- Tenga una **historia**
- Sea **reconocido** y **reconozca** a los **otros**
- Sea **igual de derechos** y se **respete** su **dignidad**

## RESPETO Y AUTODETERMINACIÓN

● **Respeto:** valoración de la persona por sí misma y como singular, con los mismos derechos que cualquier otra.

● **Autodeterminación:** principio fundamental de los derechos humanos. Derecho individual y/o colectivo a "**decidir libremente**".

## ACTITUDES PARA EL RESPETO A LA AUTODETERMINACIÓN

- 1 Dejar que asuma **riesgos**
- 2 La persona es **protagonista** de su propia vida
- 3 **No cuestionar ni censurar** las **acciones** ni el **proyecto de vida**
- 4 Poder **diferenciar** entre **gustos, formas de hacer propias** con las de la persona para evitar la interferencia.
- 5 Tener claro la **esfera del trabajo** y el **rol** para no influir en la autodeterminación de la persona.
- 6 El **trabajo fundamental del AP** es considerar los **deseos** de la **cogestora** y realizar las tareas según le sugiera.
- 7 **Respeto** por la **intimidad** (establecer límites, contrato relacional claro).

Capacidad de adaptar el propio comportamiento con agilidad a las **circunstancias** de cada persona o situación, sin abandonar los **criterios de actuación personal**.

2

## LA FLEXIBILIDAD

Un/a AP destaca por su **flexibilidad**, como puede asistir a varias cogestoras y cada persona es única, con sus preferencias, debilidades, fortalezas... importa la flexibilidad.

Aunque el/la AP tenga formación reglada, experiencia en el cuidado y asistencia, al comenzar a asistir a una nueva persona cogestora lo tiene que hacer con la intención de aprender cómo la persona desea ser atendida. Ya que mientras ambas partes cumplan pautas básicas de seguridad, será el/la cogestor/a, quien determine la forma y el momento de realización de tareas.

### ADAPTACIÓN A LA PERSONA COGESTORA

Pese a los conocimientos que tenga el AP, no debe olvidar que cada persona es única y que las condiciones en las que trabajará no siempre serán como en la teoría. El AP ajustará su forma de proceder (movilizaciones, transferencias, tareas de casa, apoyos en general), conforme necesite la cogestora, que es quien debe ejercer control en su propia vida.

El AP debe hacer las tareas de la vida diaria como la cogestora haría si no tuviese discapacidad.

También debe ser **flexible** con la **rutina** y los **horarios de trabajo** y ajustarse a los cambios.

### ADAPTACIÓN A DIFERENTES CONTEXTOS

El trabajo del AP se lleva a cabo en la vida de la cogestora, es decir, en **muchos contextos** (casa, trabajo, colegio, calle...), de manera que el AP tendrá que saber cómo **adaptarse** a esos **cambios**.

Importante diferenciar situaciones en las que el AP puede tener una **relación más distendida** con la **cogestora** (p.e, casa), y cuando **más profesional** (p.e, trabajo), así, la cogestora se desarrollará en su entorno con normalidad sin que el AP influya mucho.

El AP debe ser cordial y amable con los seres queridos de la cogestora, recordar que no son sus amigos y respetar la privacidad de la cogestora en sus conversaciones.

## RESPECTO A LA INTIMIDAD PERSONAL

3

Es muy importante que el/la AP se mantenga en **segundo plano** porque la cogestora y su entorno no deben sentir su privacidad limitada por la presencia del/la AP.

Se debe encontrar **equilibrio** entre la **proactividad** y su **presencia** en la **vida de la persona** y el **respeto** por su **privacidad**. Una fórmula sería p.e, mantenerse en distancia de seguridad, mientras la cogestora habla con otra persona.

## RESPECTO A LA INTIMIDAD PERSONAL

## CONFIDENCIALIDAD

4

**Respetar** la **privacidad** y **confidencialidad** de la **cogestora** son esenciales para este trabajo. El AP estará en momentos muy íntimos de la cogestora (positivos y negativos), pero siempre manteniendo el **secreto profesional**.

Familia, amigos, pareja y profesionales no deberán recibir información sobre la cogestora por parte del/la AP ya que dar esa información no es su función. La mayoría de veces se firma un **contrato de confidencialidad**.

Excepto si la integridad de la persona o terceros está implicada y antes de ejercer en contra de la protección de datos e información relevante de la persona se tendrán que buscar mecanismos a través de terceros para tomar decisiones que impliquen informar e incumplir el secreto profesional.