

THE USE OF **SELF DETERMINATION** WITH SUPPORTED DECISION- MAKING

WHAT IS SELF-DETERMINATION?

It is being able to ask for help when you need it. Benefits include: more independence, employment, and community integration.

WHAT IS SUPPORTED DECISION-MAKING?

It is making decisions while getting help from people you trust when you need it. It's a way to think through the issue and clear things up. They give you support, so you can decide.

HOW TO ASK FOR HELP?

Use "I" statements, speak for yourself. Work with people you trust, take action, and follow through. Be confident while doing it!

PUT IT INTO ACTION

Ask your school to start working on self-determination. Work with your IEP team and review self-determination goals. You have a right to review any educational needs for your benefit.

TRANSITION SERVICES

Start no later than 16 years old. Start preparing for life after you leave school.



Disability Rights Idaho

Where Can I Get Services?

Statewide Toll-Free Number
1-866-262-3462

Boise Office
9542 W. Bethel Ct.
Boise, ID 83709
(208) 336-5353
(208) 336-5396 (fax)

Pocatello Office
1246 Yellowstone Ave., Suite A-3
Pocatello, ID 83201-4374
(208) 336-5353
(208) 336-5396 (fax)

Website:
www.disabilityrightsidaho.org

Email:
info@disabilityrightsidaho.org



EL USO DE LA **AUTODETERMINACIÓN** CON LA TOMA DE DECISIONES CON APOYO

¿QUÉ ES LA AUTODETERMINACIÓN?

Es poder pedir ayuda cuando lo necesita.
Los beneficios incluyen: más independencia,
empleo e integración comunitaria.

¿QUÉ ES LA TOMA DE DECISIONES CON APOYO?

Es tomar decisiones mientras obtiene ayuda de
personas en las que confía y cuando lo necesita. Es
una manera de pensar en los problemas y aclarar
las cosas. Le dan apoyo, para que pueda decidir.

¿CÓMO PEDIR AYUDA?

Utilice declaraciones empezando con "yo",
hable por sí mismo(a). Trabaje con personas
en las que confíe, tome medidas y sigue
adelante. ¡Tenga confianza mientras lo hace!

PÓNGALO EN PRÁCTICA

Pídale a su escuela que comience a trabajar en
la autodeterminación. Trabaje con su equipo del
IEP y revise las metas de autodeterminación.
Tiene derecho a revisar cualquier necesidad
educativa para su beneficio.

SERVICIOS DE TRANSICIÓN

Comience a más tardar a los 16 años.
Comienza a prepararse para la vida después
de la secundaria.



Disability Rights Idaho

¿Dónde puedo obtener servicios?

Número de teléfono gratuito en todo el
estado

1-866-262-3462

Oficina de Boise
9542 W. Bethel Ct.
Boise, ID 83709
(208) 336-5353
(208) 336-5396 (fax)

Oficina de Pocatello
1246 Yellowstone Ave., Suite A-3
Pocatello, ID 83201-4374
(208) 336-5353
(208) 336-5396 (fax)

Sitio web:
www.disabilityrightsidaho.org

Correo electrónico:
info@disabilityrightsidaho.org

