

# El Diario Internacional para los Profesionales de Apoyo Directo

## Reflexiones desde el otro lado de la jubilación

Escrito por: **Susan Stewart**  
**Belinda Burston**

### Introducción de los editores:

Queríamos comenzar el año preguntándole a dos mujeres recién jubiladas sobre su carrera en el trabajo con personas con discapacidades intelectuales: lo que aprendieron de su trabajo y los talentos que adquirieron y pudieron llevarse consigo mismas para su jubilación, y para el resto de sus vidas. Pensamos que, como es Año Nuevo, nos gustaría celebrar explorando de nuevo la forma en que crecemos como personas, no solo como profesionales del trabajo que hacemos. Bienvenido a Belinda y Susan.

**Susan:** Disfruté de una carrera relativamente corta de 15 años en el sector de los Servicios de Desarrollo. Antes de eso, era ama de casa, regrese a la escuela e ingrese a la fuerza de trabajo alrededor de los cuarenta años. Esto me ha dado la oportunidad única de poder comparar entre quién era antes y cómo cambié "después" de mi trabajo con personas con discapacidades. Aunque ingresé a la fuerza laboral bastante tarde en la vida, tomé mi trabajo muy en serio y decidí hacer la mayor diferencia posible en los 15 o más años de carrera, antes de jubilarme. Permanezco activa en el campo, no como profesional, sino como amiga y defensora de varias personas con discapacidades intelectuales. Para cuando se publique este boletín, yo estaré también trabajando de manera más formal como voluntaria y ayudando con algunos trabajos administrativos en un hogar de grupo.

Aunque con una duración limitada, estoy más que agradecida por un trabajo que amé, el cual me atrajo porque yo quería, al final del día, decir: "Hice la diferencia en la vida de alguien". Sin embargo, no tenía idea de que la mayor diferencia que se iba a hacer era en mí. Algunos de los talentos que obtuve durante este camino son indefinibles e indescriptibles: actitudes y perspectivas, formas de "ser". Hay algunos que solo puedo intentar expresar aquí.

Editores: **Dave Hingsburger, M.Ed.**  
**Angie Nethercott, M.A., RP**



**Hands | Mains**

TheFamilyHelpNetwork.ca  
LeReseaudaideauxfamilles.ca



**Belinda:** Comencé mi aprendizaje en el campo de los servicios de desarrollo, como un “Approved Home Parent” (Guardian de Hogar Autorizado) en 1974, a mis 24 años de edad. El Hogar Autorizado fue pensado como un trampolín entre la institución y la vida comunitaria para personas con Discapacidades Intelectuales. Era un lugar para aprender habilidades y avanzar hacia una mayor independencia. Mi esposo, Paul y yo, con nuestros dos hijos de preescolar, nos mudamos a una granja que finalmente alojó a 12 hombres de Pine Ridge, una institución local, donde Paul también trabajó como gerente con la intención de hacer grandes cambios en el sistema. Doce personas con discapacidades viviendo juntas no parece ser aceptable hoy en día, pero vivir junto con personas con discapacidades durante lo que resultó ser nueve años, formó mi propia y sólida filosofía de apoyo. Simplemente, aprendí que todas las personas tienen necesidades comunes en la vida y una mezcla de fortalezas y debilidades humanas, independientemente de su capacidad intelectual.

A medida que la vida en comunidad en entornos más pequeños se convirtió en un punto de referencia, comencé lo que sería una carrera profesional de 32 años trabajando para una agencia llamada “Christian Horizons”. Mi primera posición fue como directora del hogar en el que habíamos vivido, solo que para ese momento con un equipo de profesionales que nos acompañaba. Me retiré en el año 2015 como Gerente de Área.

### **Los talentos de Susan:**

**Talento #1:** Tal vez el mejor regalo que me llevé para mi nueva etapa como retirada es la riqueza y la profundidad de las relaciones que tengo con mis nietos. Las relaciones que desarrollé en el trabajo me dieron habilidades y conocimientos que antes no podría haber entendido. Habilidades simples pero efectivas. De hecho, al prepararme para escribir este artículo, le pregunté a mi hija (quien también trabaja en este campo profesional): “¿Puedes ver una diferencia entre la forma en que me relaciono con mis nietos y la forma cómo me relacionaba con ustedes de niños?”

Ella respondió enfáticamente. “Absolutamente. Incluso cambiaste en tu rol de madre una vez que comenzaste a trabajar en el medio”.

Una de las cosas que obtuve y aprendí fue simplemente el hecho de 'respetar' a los demás, de cómo ejemplificarlo y de modelarlo para que supieran que eran respetados. Aprendí que hay un gran poder en eso. Parece que mis nietos tienden a venir a mí con sus problemas, porque saben que, aunque pueda estar en desacuerdo con ellos, serán respetados, escuchados y valorados como personas enteras. He aprendido lo importante que es para ellos que los vea de una forma igualitaria; nunca les hablo mal, no los menosprecio o juzgo y, si hago bastantes preguntas, comparto algo de mi propia experiencia, resultando este ejercicio generalmente como la mejor manera y ayuda para encontrar las respuestas a las preguntas que nos compartimos. No necesito darles una cátedra. Ellos saben que cuando vienen a mí, no serán nunca irrespetados. Y a su vez, ellos me respetan. Ese es un regalo increíble para tener: su respeto. No porque se los ordene, sino simplemente porque ellos devuelven lo que se les ofrece.

Cuando tuve a mis hijos, acepté la idea errónea de que cada uno era una página en blanco y podría formarlos en lo que pensé que deberían ser. Como se puede imaginar, aprendí (¡lo que me enseñaron!) que esta teoría no iba a funcionar tan bien, ni para ellos ni para mí. Pero todavía los trato de una manera que lamento ahora. Realmente no sabía nada mejor.

Afortunadamente, son personas maravillosas que resultaron teniendo vidas increíbles a pesar de los esfuerzos equivocados de su madre. Pero me siento muy agradecida de haber tenido una segunda oportunidad: la oportunidad de ser una influencia en un conjunto completamente nuevo de personas más jóvenes. Estas fueron lecciones que aprendí tanto en el aula, pero aún más importante, de las personas con las que trabajé y apoyé. El respeto genera respeto. Es lo correcto para hacer, y es maravilloso ser un receptor de esto.

**Talento #2:** Otro talento adquirido es ver que todas y cada una de las personas tengan un valor inherente - que todos tengan una contribución que aportar a la comunidad, y de saber que, si alguien falta en la comunidad, todos pierden. Recuerdo tener miedo a la diferencia. En algún momento me sentí incómoda al estar rodeado de personas con discapacidades. Tenía miedo de decir o hacer lo incorrecto y ofender inadvertidamente. Ahora estoy sorprendido de mi propia ignorancia, recuerdo haber dicho a comienzos de mi carrera que creía que necesitábamos algún tipo de manual porque, en su momento "no sabía lo básico, ¿cómo los llamamos 'ellos'?".

La respuesta que recibí fue, "Gente". Usted los llama "Personas".

Me detuvo en seco. El simple hecho de entender que somos mucho más iguales de lo que somos diferentes fue un componente fundamental para que me volviera más "humano" y una persona más cálida y acogedora para los demás. Ya no temo la "diferencia", de hecho, la celebro y la acojo. Me refiero al hablar con personas con discapacidades a la cuales me encuentro, porque sé que, muy a menudo, son tratados como invisibles, y se teme su diferencia.

**Talento #3:** Otro talento adquirido y muy valioso fue la capacidad que obtuve para ayudar a mi propio padre y, finalmente (en mis cincuenta), sentir que me había ganado su respeto. Siempre tuvimos una relación difícil. En comparación con mis hermanos, siempre me quedé corta. Me había resignado a mi posición, en el escalón más bajo de mi escala familiar, y la menos valiosa en su estimación. Esta fue una fuente, comprensiblemente, de un dolor personal de por vida, de sentir que nunca podría 'estar a la altura'.

La discapacidad de mi padre vino como resultado de su servicio en la Segunda Guerra Mundial. Estuvo paralizado durante seis meses cuando tenía poco más de veinte años, y aunque se había recuperado parcialmente, nunca recuperó la función completa de la mitad inferior de su cuerpo. A medida que envejecía, empeoró para él, hasta que, en sus 80 años, se coordinó con su servicio de salud para que fuera transferido de "una estadía breve en el hospital" directamente a un asilo de ancianos. Me llamó al trabajo para darme la noticia de que él nunca volvería a casa, y el tono de su voz era terriblemente triste. Le pregunté si esto era lo que ÉL quería hacer. Él dijo: "No, yo no lo hice", pero se había resignado inusualmente a lo inevitable. Su médico, el trabajador social del hospital y otro miembro de la familia coincidieron en que este era el final de su independencia y, al no conocer otras posibilidades, se estaba reconciliando con su nueva realidad.

Aunque yo no estaba trabajando directamente con personas con discapacidades físicas, había aprendido lo suficiente de mi trabajo, en el sector de los servicios de desarrollo, para saber que se podían hacer muchas cosas para ayudar a las personas a vivir en casa el mayor tiempo posible, incluso a esos que se les acercaba el final de su vida y con algún tipo de discapacidad extensas. Más importante aún, me enteré de que no era mi opinión la que contaba, ni la de otro miembro de la familia, ni la de un trabajador social, ni la de nadie más. Era solo la opinión de mi

padre la que importaba. Le pregunté si podía abogar por él y tratar de averiguar si podría haber una solución que hiciera posible su preferencia por volver a su hogar. Estaba segura de que se podía hacer algo para, al menos, retrasar un paso, la atención a largo plazo, si no evitarlo por completo. Él se mostraba reacio, solo porque no podía ver qué bien haría, pero me dio permiso. Nunca olvidaré mi alegría durante el comité de conferencia del caso unos días después. La expresión de su rostro cambió de desesperación a esperanza, ya que se hizo evidente para él que los apoyos que necesitaba para regresar a casa podían ser gestionados, y con bastante facilidad, de hecho. Como ya había aprendido de qué se trataba el apoyo centrado para la persona y para defender los derechos de los demás, mi padre pudo pasar sus últimos 18 meses en casa y nunca tuvo que recurrir a la atención a largo plazo. Si yo no hubiera trabajado en servicios de desarrollo, no habría tenido las habilidades y el conocimiento para apoyarlo en su decisión. Por primera vez en mi vida, sentí el respeto de mi padre. Yo era la único de mis hermanos que podía ayudarlo en esta área. Fue un regalo y talento adquirido: invaluable.

### **Los talentos de Belinda:**

**Talento #4:** Un regalo por el cual yo estaba extremadamente agradecida era aprender a desglosar la necesidad de apoyo de una persona en pequeños pasos de enseñanza llamados análisis de tareas. Cuando mi madre quedó incapacitada por un derrame cerebral en 2003, fui a Inglaterra después de sus primeros meses de recuperación para ayudarla a salir del hospital y recuperar su vida. Su comunicación se vio comprometida, pero estaba desesperada por ser vista como una persona, con habilidades, no solo discapacidades. Yo no quería que ella perdiera la capacidad que tenía debido a que alguien le hiciera las cosas que ella podría hacer por sí misma. Quería que ella pudiera retener sus rutinas diarias y expresar sus preferencias únicas a través de ellas.

Pasé horas escribiendo su vida con minucioso detalle, para que quienes viniera a su casa apoyarla, la conocerían. Me proporcionó un gran consuelo para allanar el camino para su regreso a casa. Al hacer esto, y otras cosas tan simples como, conectarla con un peluquero que vendría a su casa y sabía cómo le gustaba mantener su cabello era muy valioso para su proceso de recuperación.

Todo esto fue más fácil debido a los regalos y habilidades adquiridas en mi trabajo. A menudo he reflexionado sobre la importancia de hacer bien este trabajo para aquellos que son tan vulnerables como mi madre, y el hecho de que todos podemos ser tan vulnerables como persona a medida que envejecemos. Era difícil ver que las necesidades más privadas de mi madre fueran atendidas por una corriente de diferentes personas entrando a su casa, y mientras había algunos ayudantes que fueron descuidados o distraídos con mi madre mientras brindaban apoyo, eventualmente hubo un grupo de profesionales maravillosos que la conocía y la amaba.

**Talento #5:** Otro regalo o talento adquirido fue aprender el poder de las pequeñas cosas y el arte de la relación. Una tarjeta de Navidad o cumpleaños para alguien que de otra manera no obtendría nada. Nunca hay suficientes recursos, pero el recurso más preciado es el tiempo, compartir tiempo con alguien. Mi oficina solía estar en el sótano de una residencia comunitaria, y a veces la puerta del sótano se abriría repentinamente; una persona que vivía allí, solía bajar a mi oficina y golpearía rápidamente la puerta. Hablando en voz alta, caminaba de un lado a otro con el rostro enrojecido y los ojos muy abiertos. Yo le hablaba de cómo una taza de té siempre me hacía sentir mejor y de esta manera siempre le ofrecía una taza. Finalmente, el

comenzó a bajar para pedir un té de hierbas cada vez que se sentía estresado. Lo llamé "tea pmn," esto siempre funcionó. Yo le pregunté si él quería aprender a hacerse el té, pero no estaba interesado en eso, y yo no lo forcé ya que es muy importante saber en que momento enseñar y cuándo simplemente acercarse a alguien. La gente piensa que la atención de calidad se trata de dinero, pero el tiempo es la mercancía más preciosa que tenemos, solo el hecho de compartir con alguien.

Esto fue reforzado por otra experiencia: 3:00 p.m. se estaba convirtiendo en un tiempo tenso a la misma hora cada día – las personas planeaban su tarde- quién iba a ir a dónde y con quién. Cuando las negociaciones escalaron a un nivel con gritos y pisoteos, eventualmente un día, cuando una ventana estaba siendo pateada, les pregunte a las personas involucradas en esta situación si les gustaría formar un grupo de manejo de la ira y ellos dijeron 'sí'. Yo no disponía de mucho tiempo, así que nos reuníamos una vez al mes, los viernes por la tarde, y con un excelente plan trabajamos el manejo de la ira durante 12 meses. Cada persona tenía una carpeta en la que mantenían su trabajo, y no solo aprendimos – juntos - respecto a el manejo de la ira juntos, nos divertimos demasiado haciendo este ejercicio. Incluso teníamos un pez que cantaba "no te preocupes, sé feliz." Todavía me preguntan, "¿Cuándo vamos a realizar el próximo taller para el manejo de la ira?" cada vez que me encuentro con ciertas personas del grupo. Ellos no necesitan tomar un taller nuevamente como "repaso", estoy seguro que lo que ellos extrañan es el tiempo que pasamos juntos los viernes por la tarde, ese tiempo el cual hizo una gran diferencia, y la camaradería de aprender algo juntos. Como una de nuestras nietas que amaba tanto la mantequilla que siempre nosotros decíamos que el pan era solo el medio para llevársela a la boca, creo a menudo que este es el caso de los programas con los cuales trabajamos. Es la atención que se presta a las personas que participan de estos programas el regalo que hace la diferencia.

**Talento #6:** Aprendí, también, que el trabajo que hacemos nunca termina. Cuando ingresé a este campo profesional en el año 1974, Paul, mi esposo, estaba luchando por hacer cambios dentro de la institución que resultaran en un cuidado y apoyo más humano en ese entorno. Estos cambios fueron tan básicos como obtener permiso para batas de baño para que las personas las pudieran utilizar mientras esperaban en la fila para ingresar a las duchas. Es bastante impactante pensar que esto no fue un hecho, pero en ese momento, no fue así. A lo largo de los años, cada vez que pensábamos que estábamos consiguiendo 'Allí', ese destino mítico donde las cosas se hacen de manera ética, profesional y sencilla y 'Correcta', he aprendido que no somos nosotros los que sabemos cuándo es el momento 'correcto', sino la persona del extremo receptor. "Si quieres saber si el zapato le queda bien a alguien, pregúntale a la persona que lo lleva puesto". Yo recuerdo el nacimiento del movimiento "People First" – La Gente Primero. Su trabajo y sus palabras nos hicieron darnos cuenta de nuestra complacencia al pensar que estábamos haciendo un buen trabajo, pero siendo nosotros los que decidíamos el resultado final. Aprender que, no importa cuánto creamos que sabemos, nunca deberíamos pensar que hemos llegado a culminar nuestro trabajo; este es un gran regalo para llevar a la jubilación. Es el don del aprendizaje continuo y la capacidad de permanecer curioso y abierto. Este es un elemento crítico para mantenerse relevante en un entorno cambiante. Los apoyos del pasado no son necesariamente apoyar las necesidades de las personas de hoy. A medida que las personas se integran a las comunidades a las cuales pertenecen, sus necesidades de apoyo serán diferentes.

**Para concluir:** el título de trabajo de “Direct Support Professionals” – Trabajador de Apoyo Directo - cuando comencé en este campo fue “Residential Counselor” – Consejero Residencial, y el papel se interpretó a menudo de manera paternal: hemos llegado lejos desde ese entonces. El título actual denota práctica ética y segura, y eso es lo que veo reflejado en muchos de los profesionales hoy día.

Pero recuerde: el trabajo nunca termina, siempre hay más que aprender cuando las personas que apoyamos nos enseñan cómo hacerlo de una mejor manera. Y a medida que encomendamos el trabajo que amamos a una nueva generación de ojos frescos, ¡creemos que está en buenas manos! Esperamos que sigas “poniendo primero a la gente antes del papel”, que te tomes el tiempo para escuchar y hablar con la gente, y que seas lo suficiente valiente para desafiar al sistema, ya que tú puedes ser uno de los que pueden cambiarlo desde su interior, desde adentro, para bien, y luego prepárate, para recibir los muchos, muchos regalos que enriquecerán tu propia vida.

## A Preguntas y Respuestas Frecuentes (FAQ) sobre este diario

1. Este periódico está destinado a ser ampliamente distribuido; usted no necesita permiso para compartirlo. Si por el contrario usted necesitara permiso para publicarlo en un boletín de noticias o revista u otro medio.
2. Para suscribirse a este diario, usted se puede enviar un correo electrónico a la siguiente dirección: [dhingsburger@vitacls.org](mailto:dhingsburger@vitacls.org) \*Suscripción gratuita
3. Estamos actualmente aceptando contribuciones para ser publicadas en este diario. Envíe sus propuestas por correo electrónico a [DRingsburger@vitacls.org](mailto:DRingsburger@vitacls.org) o [ANethercott@handstfhn.ca](mailto:ANethercott@handstfhn.ca)
4. Cualquier comentario o sugerencia sobre los artículos publicados en este diario será bienvenido.

