Compromiso personal en la prestación de apoyos #YOMECOMPROMETO

#YOMECOMPROMETO

#YOMECOMPROMETO a

1. No hacer daño.
2. Hacer el bien, respetando la autonomía, los valores, el modo de vivir y los deseos e intereses de la persona, normalizar las situaciones , y respetar y ampliar su red natural.
3. Ser justo y ser equitativo en el trato a las personas.
4. Respetar la autonomía y libertad de decisión de la persona.

#YOMECOMPROMETO a

cumplir con RESPONSABILIDAD

Valor que está en la conciencia de la persona, que le permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de sus actos, siempre en el plano de lo moral.

La persona responsable es aquella que actúa conscientemente siendo él o ella, la causa directa o indirecta de un hecho ocurrido.

Es el que cumple con sus compromisos y obligaciones.

Es el que pone cuidado y atención en lo que hace o decide.

Es el que mejora sin límites los rendimientos en el tiempo y los recursos propios del rol que ocupa.

Es el que informa de las anomalías que se generan de manera voluntaria o involuntaria.

Planea en tiempo y forma las diferentes acciones que conforman una actividad general.

Asume con prestancia las consecuencias que las omisiones, obras, expresiones y sentimientos generan en la persona, el entorno, la vida de los demás y los recursos asignados al cargo conferido. Promueve principios y prácticas saludables para producir, manejar y usar las herramientas y materiales que al cargo se le confiere.

#YOMECOMPROMETO

desarrollar la AMABILIDAD

Serie de gestos y palabras concretas que hacen posible una mejor gestión de los rituales cotidianos. La persona que hace suyas las normas de la cortesía, que pide con educación y agradece puntualmente el favor del otro, es buscada y estimada.

La persona amable es aquella que pide con cortesía los favores.
La que saluda al llegar y al irse.
La que agradece los actos de los demás y da las gracias.
La persona amable, evita utilizar el imperativo; órdenes y mandatos.
El que utiliza la sonrisa y el sentido del humor.

#YOMECOMPROMETO

con una ACTITUD POSITIVA

La alegría tiene un gran valor pues transmite anhelo de vivir e irradia fuerza positiva a través de las palabras y los gestos. Tener una actitud positiva nos permite ver el mundo de una mejor manera, incluso pareciera que los problemas no son tan graves como pueden parecer.

Confía y cree en los demás

Rodéate de gente positiva, las actitudes son contagiosas; huye de los cenizos.

Sé flexible y adáptate a los cambios intentando ver el lado positivo de las cosas.

Mantén una disposición optimista y entusiasta, no solo hacia la actividad laboral o de voluntariado, sino hacia todas las personas involucradas en él.

Aprende a manejar el conflicto. Siempre habrá diferencias de opinión, pero esto no tiene que convertirse en un conflicto; expón tus desacuerdos, sin agredir, ni herir a nadie.

#YOMECOMPROMETO a

guardar la Confidencialidad

Propiedad de la información, por la que se garantiza que está accesible únicamente a personal autorizado a acceder a dicha información. Actitud de respeto hacia el otro, al guardar con firmeza y seguridad la información que, confiadamente, nos ha revelado. Al prestar apoyos a otra persona en situación de dependencia, se entra en un mundo muy privado. Este hecho nos exige guardar silencio sobre todo lo visto y oído.

Guarda secreto de aquellos episodios familiares o personales que te cuenten.
Facilita que en tu presencia todos hagan lo mismo.
Ayuda a la persona con discapacidad a que haga lo mismo que tú, adviértele lo importante que es guardar el secreto de lo que te cuenten para que confíen en ti.

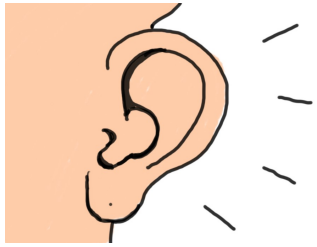
#YOMECOMPROMETO a

ejercer la PACIENCIA:

Capacidad que posee un sujeto para tolerar, atravesar o soportar una determinada situación sin experimentar nerviosismo ni perder la calma. Una persona paciente es aquella que no suele alterarse. Habilidad para captar el ritmo del otro y actuar conforme a sus necesidades y posibilidades.

Una persona paciente no actúa velozmente, ni hace correr a su destinatario; se pone a su nivel.
Es aquella que dedica tiempo a los otros, les acompaña sin prisa, sin angustiarlos, que no les impacienta con su presencia. Que escucha y espera, sin adelantarse en la respuesta.
La paciencia consiste en dar tiempo al otro, en compasarlo, en dejarle actuar a su ritmo.

#YOMECOMPROMETO a

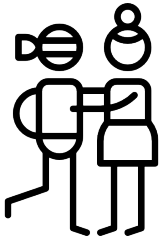


La ESCUCHA

La escucha es atención y disponibilidad y es la base de la comunicación. Es un acto intencional, libre y voluntario. Todas las personas se sienten dignamente tratadas cuando son escuchadas, cuando ven que lo que dicen interesa al otro. Es un acto que dignifica, que expresa respeto hacia el otro.

Una persona que escucha, deja lo que está haciendo y mira a su interlocutor.
Una persona que escucha activamente es aquel que comunica su atención a través de medios no verbales como contacto visual, postura erecta, asentimiento y lenguaje corporal positivo.
Es el que resiste la necesidad de interrumpir y hace preguntas adecuadas.

#YOMECOMPROMETO a

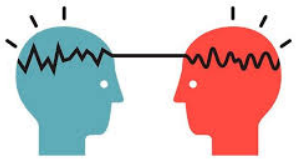


generar CONFIANZA

La confianza es la creencia en que una persona o grupo será capaz y deseará actuar de manera adecuada en una determinada situación y pensamientos. Confiar significa, de entrada, tener fe en alguien, pero no una fe ciega, irracional y arbitraria, sino fundada en unos criterios previos y que se comprueba en la práctica. La confianza no se regala; se gana a pulso y genera satisfacción. Cuando falla, se introduce la sospecha.

Demostraré con hechos coherencia entre lo que pienso, digo y hago.
Me comprometo a no mentir ni engañar.
Expresaré lo que quiero con claridad y transparencia.

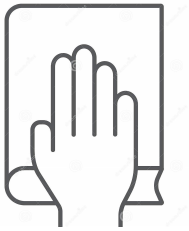
#YOMECOMPROMETO a



desarrollar la EMPATÍA

Consiste en la capacidad de ponerse en la piel del otro, de compartir e inferir su estado anímico, reconociendo al otro como similar. La empatía es virtud y sentimiento, pero un sentimiento que mueve a la acción transformadora.

Me comprometo a intentar comprender las razones de los otros, en lugar de intentar imponer mi punto de vista.
Desarrollaré mi capacidad de observación , intentando descubrir al otro sus mecanismos de pensar, vivir y resolver problemas. No todos pensamos y actuamos de la misma manera.
Me interesaré por cómo se siente la otra persona, cuáles son sus temores y sueños, por qué actúa de esa manera y cuáles son sus motivaciones e intenciones.
Trataré al otro como yo quiero ser tratado.



practicar la VERDAD

La verdad es un valor vinculado a la honestidad, que implica la actitud de mantener en todo momento la veracidad en las palabras y acciones. Ser sincero es decir siempre la verdad. Consiste en buscar, pensar, decir y practicar la verdad, sea en la vida pública o en la vida privada. Tenemos el deber de comunicar la verdad a nuestros destinatarios, con cuidado y atención a su sensibilidad. La práctica de la mentira introduce una grave barrera en el proceso de apoyar.

#YOMECOMPROMETO a

"Prudencia"

Ejercer la PRUDENCIA

Capacidad de pensar ante ciertos acontecimientos o actividades, sobre los riesgos posibles que estos conllevan y adecuar o modificar la conducta para no recibir o producir perjuicios innecesarios. Se manifiesta en la articulación del lenguaje, en el modo de hablar y de callar; también en el modo de informar y de situarse en el entorno. Solo a través de la observación de cómo actúa una persona, podremos valorar si goza o carece de esta virtud. En la práctica de apoyar, la prudencia es fundamental y se relaciona con virtudes tan elementales como la discreción y la confidencialidad.

Seré prudente, no excediéndome en el habla, diciendo lo que corresponde y , además , en el momento oportuno, ni antes, ni después.
No me precipitaré en tomar decisiones, antes valoraré pros y contras.
Respetaré la intimidad de los demás.

#YOMECOMPROMETO a

La tolerancia

Significa «cualidad de quien puede aceptar» (tolerantia)
Exige respeto hacia el otro, hacia sus ideas, formas de pensamiento o comportamiento, y el reconocimiento del otro por encima de cualquier otra consideración. No está reñida con la exigencia; hemos de ser tolerantes con la persona apoyada, pero no ser permisivo.

Defenderé la libertad, la diversidad y la individualidad.
Reconoceré que no tengo la verdad absoluta y necesito adquirir nuevos conocimientos del mundo y de las cosas; para así convertirme en persona más sabia, progresista y tolerante.
Aunque no comparten las ideas de otras personas, no los criticaré ni rebajaré por ello; trataré de observar su punto de vista, y encontrar similitudes con su propia forma de pensar.