



# SMARTS

(Supporting Me About Rights to Sexuality)

*Toma de Decisiones con Apoyo en el ámbito de la sexualidad (TDA)*

Curso de formación

**Documentación de apoyo**



**Cofinanciado por la Unión Europea**

AGREEMENT NUMBER  
2020-1-ES01-KA204-082783

Entidades socias:





## María parte 1

María es una joven que tiene Síndrome de Down. ahora vive en una casa de 3 dormitorios que comparte con otras dos mujeres con discapacidad. Las dos compañeras son un poco más mayores que María y han vivido de forma independiente durante más de cinco años. Tienen necesidades de apoyo similares a las de María. En la casa hay personal de apoyo que viene a apoyar a las tres mujeres en su vida diaria y sus finanzas.

María siempre ha gestionado su propio cuidado personal siguiendo las rutinas que su madre le enseñó a medida que crecía. La madre de María siempre ha hecho las compras de todos sus artículos de aseo personal y toda su ropa. Una de las cosas que María anhela es elegir todas estas cosas por sí misma. Cuando empezó a vivir en la casa, quedó asombrada con la ropa que usaban sus compañeras y que una de ellas se maquillaba. A María nunca se le permitió usar maquillaje, su madre dijo: "¡No es correcto para chicas como tú!" María nunca había preguntado por qué, ya que no quería molestar a su madre.

María salió un día con sus compañeras a hacer algunas compras y compró ropa nueva. Esta era la ropa que cualquier mujer promedio de su edad usaría. María estaba muy emocionada. Sin embargo, mientras se probaban la ropa, María se molestó mucho por los comentarios de sus compañeras sobre su ropa interior. Mientras estaban de compras, quedó claro que María nunca había usado sujetador, ya que su madre siempre decía: "¡Las chicas como tú no necesitan sostén!". Una vez más, María nunca había preguntado por qué.

Sus compañeras estaban atónitas y comentaron inocentemente: "¡Eres una mujer, no una niña!"

Esto realmente hizo que María pensara en ser una mujer y no una niña. Una parte de ella quería vestirse como mujer y expresar su feminidad, pero luego se asustaba porque siempre ha sido vista y tratada como una niña por su familia, especialmente por sus padres. Uno de los miembros del personal de Apoyo de la casa sugiere que María visite el Servicio de ATD y Sexualidad para ayudarla a tomar decisiones al respecto.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con María esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de María?**
- » **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta María?**





## Nicolás. Parte 1

Nicolás es un hombre con una discapacidad de aprendizaje. Tiene poco más de veinte años y ha vivido en un complejo de viviendas con apoyo, en su propio apartamento durante los últimos dos años (antes de eso, había vivido en una unidad residencial desde su nacimiento y nunca ha tenido contacto con su familia). El complejo dispone de 7 apartamentos junto con algunas zonas comunes y cada persona tiene un paquete de apoyo individual. Nicolás tiene una persona de apoyo que lo ayuda con sus compras y sus finanzas. Nicolás trabaja a tiempo parcial en un supermercado local, ordenando los carritos, 3 días a la semana. Nicolás disfruta viendo películas y jugando juegos en la consola de su computadora. Le gusta ser lo más independiente posible y sale solo para reunirse con un grupo en la "tienda de juegos" de la ciudad. Se reúnen para discutir los últimos juegos y películas.

Durante las últimas semanas, una nueva persona, John, ha comenzado a asistir a la reunión de la 'tienda de juegos'. Es un poco más mayor que Nicolás y se llevan muy bien. Nicolás nunca ha conocido a nadie como él antes. John es muy extrovertido y usa ropa diferente a la de Nicolás... una que a Nicolás le gustaría usar pero nunca se atrevería. Es genial hablar con él y hace que Nicolás se sienta muy bien y feliz con la vida. A Nicolás le gusta mucho su nuevo amigo y se sorprende cuando le invita a ir a tomar algo a un bar después de la noche de juegos. Nicolás solo ha estado en un bar una vez antes, pero él y John pasan una gran noche muy agradable riendo y divirtiéndose. Nicolás nunca se lo había pasado tan bien.

Un par de días después, Nicolás está hablando con Juan, uno de los otros residentes, sobre su velada y le explica que conoce a John. Luego, Juan, nervioso le pregunta a Nicolás si su encuentro en el bar con John fue una cita, lo que siguió con un "Sabes que John es 'gay', ¿no?".

Nicolás está un poco sorprendido por la pregunta ya que no consideraba su encuentro en el bar como una cita. De hecho, Nicolás nunca ha tenido una cita en su vida. Nunca había pensado en tener citas. Cuando vivía en un centro de atención residencial, el personal prohibía cualquier conversación sobre citas, novios, novias, etc. Simplemente se les dijo que no pensarán en cosas como esa, así que no lo hicieron o si lo hicieron se mantuvo en secreto. Si el personal alguna vez descubría que los hombres se tocaban, les decían que eran repugnantes y que lo que estaban haciendo no estaba bien". Algunos miembros del personal se burlaron de ellos e hicieron comentarios negativos sobre ser 'pervertidos'.

Algunos de sus amigos hablaban de cosas sexuales cuando el personal no estaba presente. Les gustaba mirar a las chicas y hablaban de tener una relación y de sexo. Pero a Nicolás no le interesaban las mujeres ni sus cuerpos: nunca entendió de qué estaban hablando.

Después de la noche en el bar, Nicolás tuvo algunos sueños extraños. En todos sus sueños aparecía John. Nicolás se despertó un par de veces sintiéndose excitado sexualmente después de haber estado soñando con John. Esto lo dejó sintiendo que había hecho algo mal. Pensaba que era una mala persona o un perverso. John no entendía por qué estaba excitado cuando nunca se había sentido así con las mujeres. Se sentía preocupado y no sabía qué hacer.

Nicolás no fue a la próxima reunión de la 'tienda de juegos'. Nicolás estaba muy confundido y avergonzado, pero una parte estaba desesperado por volver a ver a John. ¡No podía dejar de pensar en cosas, no podía dejar de pensar en John!

Una parte de él quería tener una cita con John, pero eso le preocupaba y le hacía sentirse mal. ¿Qué pensaría Juan? ¿Qué pensaría la gente? ¿Se iba a meter en problemas? ¿Qué significaba todo esto?

Cuando regresaba de encontrarse con Juan, vio un cartel de su Servicio de ATD y Sexualidad, desesperado, anotó el número y llamó.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con Nicolás esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de Nicolás?**
- » **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta Nicolás?**

## María parte 2

Después de que María usó el ATD y el Servicio de Sexualidad, implementó un plan con la ayuda del facilitador, la persona de apoyo y sus compañeras de piso. María ahora es una mujer joven mucho más segura que compra toda su ropa y artículos de tocador, incluido algo de maquillaje. Se ha peinado con un estilo más moderno y está considerando cambiarlo de color.

Sin embargo, ha sido un viaje tenso con sus padres, su madre en particular, a quien le resulta difícil ver a María como la mujer joven que es en lugar de una niña.

María y sus compañeras de piso van regularmente a un bar local un par de veces a la semana. Ha hecho muchos nuevos amigos allí y se ha mezclado con un pequeño grupo de hombres de una edad similar. Le encanta hablar de ellos con sus compañeras de piso.

Una de sus compañeras de piso, Mandy, no deja de mencionar que uno de los chicos le gusta María. María no ha tenido ninguna experiencia real con el sexo opuesto y está nerviosa por lo que dice Mandy y lo que significa. El joven, Mark, que tiene una discapacidad intelectual leve, es muy agradable y a María le gusta mucho estar en su compañía. Se ríen mucho y tienen muchos intereses comunes en la música, los juegos y las películas. La semana pasada él le envió un mensaje y le preguntó si quería quedar con él, sólo ellos dos.

María está muy emocionada pero también preocupada y un poco asustada. Su madre le dijo cuando era adolescente que nunca debería hablar con niños u hombres, ya que son peligrosos. Había escuchado a dos miembros del personal del bar hablar sobre Mark diciendo que se preguntaban por qué saldría con una chica 'deprimida', lo que realmente la molestó.

María habla con su persona de apoyo sobre sus preocupaciones y la dificultad para decidir qué haría. La persona de apoyo la envía de vuelta a su Servicio de ATD y Sexualidad.

María te ha pedido que vuelvas a apoyarla después del éxito en su toma de decisiones anterior.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con María esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de María?**
- » **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta María?**





## Nicolás. Parte 2

Después de usar el ATD y el Servicio de Sexualidad durante las siguientes semanas, Nicolás comenzó a aceptar el desarrollo de su sexualidad y lo que significaba para él. Todavía estaba muy nervioso y preocupado por lo que pensarían los demás, pero sabía que sus sentimientos eran reales y no iban a cambiar. La persona de apoyo en el servicio de ATD le aseguró que no le pasaba nada, que no era una mala persona, que el personal de la residencia estaba equivocado.

Durante las semanas que estuvo trabajando con la persona de apoyo del servicio de ATD, se perdió muchas de las reuniones de la 'tienda de juegos', pero sintió que era lo mejor que podía hacer hasta que tuviera más clara su sexualidad y lo que significaba para él.

A medida que la confianza en sí mismo comenzó a crecer un poco, volvió a las reuniones de la 'tienda de juegos'. La primera vez estaba muy nervioso, aterrizado de que John estuviera allí pero también desesperado por que él estuviera allí. John no fue ese día a la reunión, una parte de él estaba aliviado, pero por otra parte estaba muy decepcionado. Los amigos en la reunión le dijeron que John había estado preguntando por él cada vez que había venido, incluso había preguntado si alguien tenía sus datos de contacto. Pero nadie en la reunión le dio los detalles de contacto sin su permiso.

A la semana siguiente Nicolás fue de nuevo a la reunión, cuando llegó no había ni rastro de John, su corazón se hundió, pero disfrutó de pasar el rato con sus otros amigos. Estaba charlando con Roger cuando escuchó una voz familiar, era John. Cuando se giró, sus ojos se encontraron, Nicolás sonrió de oreja a oreja, John también parecía complacido. Ambos se sentaron en silencio diciendo lo contentos que estaban de verse. Estuvieron de acuerdo en que querían hablar y decidieron ir a otro bar después de la reunión.

Hablaron y hablaron en el bar, Nicolás fue valiente y le contó a John lo que le estaba pasando. John fue un gran apoyo y dijo que lo entendía. John dijo que le gustaría conocer poco a poco a Nicolás, si éste quería y cuando se sintiese listo.

Durante los meses siguientes se hicieron más amigos, una noche, John le preguntó a Nicolás si realmente quería tener una cita con él y le propuso ir a un bar que es frecuentado principalmente por personas homosexuales. Nicolás entró en pánico, todo esto todavía se sentía nuevo y, aunque emocionante, también le daba miedo. No estaba seguro de poder hacer frente a ser abierto sobre su sexualidad. ¿Qué dirían las personas en el trabajo si se enteraran? ¿Qué dirían sus amigos?

Decidió que este era un gran paso para él y una decisión que no podía tomar fácilmente. Así que volvió al Servicio de ATD y Sexualidad en busca de apoyo.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con Nicolás esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de Nicolás?**

» **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta Nicolás?**

## Respondiendo al abuso

### Caso 1. Sally

Quién es quién

Sally: Persona apoyada

James: vecino de arriba

Jane: Trabajadora de apoyo

Jane trabaja como trabajadora de apoyo en un servicio que apoya a 6 adultos con discapacidad que viven en una casa compartida. La casa es grande y tiene una cocina compartida y sala de estar en el primer piso, dormitorios para las mujeres en el segundo piso y dormitorios para los hombres en el último piso.

Jane nota que después del té, Sally está muy callada. Esto es fuera de lo común, ya que suele estar feliz, sonriendo y disfrutando de la vida con sus amigos. Jane le preguntó a otro miembro del personal que dijo que también había notado que Sally "no estaba bien".

Sally estuvo sentada lejos de todo el mayor parte de la noche y parecía muy nerviosa. Sally estaba sentada viendo la televisión y parecía reacia a subir las escaleras, parecía querer estar con un miembro del personal.

Entonces, cuando todos los demás se fueron a dormir, Jane se sentó junto a Sally y le preguntó si estaba bien. Sally empezó a llorar pero no dijo nada. Jane trató de calmarla y le pidió que le explicara lo que le pasaba. Luego, James, uno de los otros residentes, entró al salón. Tan pronto como entró en la habitación, Sally rápidamente se dio la vuelta y se secó los ojos, luego se acercó a Jane, tomándola del brazo con fuerza y mostrándose asustada e incómoda. Jane le pidió a James que volviera arriba mientras conversaba con Sally. James parecía preocupado por Sally. Pero Sally estaba claramente muy conmovida por la intrusión de James. Jane trató de hablar con Sally, pero nuevamente se negó diciendo que quería irse a la cama.

- » **Con esta información limitada, ¿qué te preocuparía?**
- » **¿Qué tan bien crees que Jane ha manejado la situación?**
- » **¿Hay algo que le harías diferente a Jane? ¿si es así, qué y por qué?**
- » **¿Estas informado/a sobre las Políticas y Procedimientos de tu Servicio sobre qué hacer en estas circunstancias?**



## Caso 2. Roberto

Who is who:

Robert: Persona apoyada

John: Persona apoyada

Tom: Trabajador de apoyo en el centro de día

Sue: Trabajadora de apoyo en el centro de día

Brian: Gerente de la casa residencial donde viven Robert y John

Hoy hace frío en el centro de día. Algunas personas llegaron tarde al trabajo y algunas personas con discapacidades no llegaron hoy porque el clima es muy malo. Robert y John vienen al centro de día 5 días a la semana, siempre les ha encantado y como vienen desde hace mucho tiempo, son amigos desde hace muchos años. Robert y John siempre han disfrutado trabajando en los jardines e invernaderos en la parte trasera del centro de día. Hoy, Robert todavía está ansioso por ir a trabajar a pesar de que afuera hace frío. Sin embargo, John es menos entusiasta y sigue poniendo excusas.

Tom y Sue son los trabajadores de apoyo que cubren las áreas de jardinería y quieren que todos salgan afuera, aunque haga frío. Sienten que es importante que las personas apoyadas entiendan que la jardinería no es solo para los días cálidos y soleados.

Tom y Sue comienzan a reunir a los jardineros, pero debido al clima, hoy solo hay 3 personas en el grupo: Robert, John y uno más.

John todavía está poniendo excusas; tiene frío, necesita ir al baño, quiere un trago y finalmente dice que no se encuentra bien. Entonces, Tom lleva a los demás afuera mientras Sue lleva a John a tomar una taza de té. Decide que intentará averiguar qué le pasa a John. Cuando habla con John, él le dice de repente; "Hoy es un día muy malo, estoy muy mal, muy mal". Sue intenta tranquilizarlo sobre el mal tiempo y le dice que no pasa nada si no sale fuera ya que ha asumido que ese es el problema.

John repite la frase y se agita bastante, se mece un poco y se retuerce las manos con fuerza. Ella piensa que Robert puede saber lo que le pasa a John, así que lo deja con otro miembro del personal por unos minutos. Ella le pregunta a Robert si sabe por qué John está tan molesto. Robert dice que no lo sabe, pero que escuchó a Brian (el administrador de la casa donde viven) hablando con John en su habitación esta mañana. Robert oyó al administrador decirle a John: "No digas nada o estarás en problemas". Robert le preguntó a John de camino al centro qué estaba pasando con Brian y John no dijo por qué estaba asustado.

- » **Con esta información limitada, ¿qué te preocuparía?**
- » **Si fueras Sue, ¿qué harías y por qué?**
- » **¿Estás informado/a sobre las políticas y procedimientos de tu servicio sobre qué hacer en estas circunstancias?**

### María parte 3

Después de varias reuniones con la persona de apoyo del servicio de ATD, María tomó la decisión de reunirse con Mark y ver cómo iban las cosas. A través de sus conversaciones con su persona de apoyo, había establecido estrategias para manejar la reacción de sus padres y la de cualquier otra persona que pudiera hacer algún comentario. Ella había hablado con Mark al respecto y él sabía que algunas personas tienen ideas diferentes, pero no le importaba lo que pensarán los demás, ya que a él realmente le gustaba María.

Su relación ha ido viento en popa. Les encanta pasar tiempo juntos. Después de más de ocho meses de reunirse en el bar y salir en citas, las cosas están progresando en su relación. Mark y María pasan las tardes juntos en las casas del otro (Mark vive en casa con sus padres). Ambos se han dicho que están enamorados. Mark y María se dan de la mano y se dan besos, algo con lo que María se ha sentido cómoda y le gusta bastante. Ahora Mark ha dicho que quiere que su relación vaya más allá y quiere hacer algo más que besarse. María no tiene experiencia ni idea real sobre esto. Sabe de reproducción, pero nadie le ha hablado nunca de relaciones íntimas. Se siente confundida, preocupada y no sabe si seguirle la corriente a Mark o no, si no lo hace le preocupa que él deje de amarla.

María ha tenido tan buen apoyo del servicio de ATD y sexualidad que contacta a su anterior persona de apoyo y vuelve a pedirle ayuda.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con María esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de María?**
- » **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta María?**

### Nicolás parte 3

Después de trabajar con su persona de apoyo del servicio de ATD, Nicolás se sentía mucho más tranquilo y lentamente aceptaba sus sentimientos y deseos.

Nicolás había encontrado mucha información para ayudarlo a comprender su sexualidad. Entendió mucho más acerca de lo que le estaba sucediendo. También logró encontrar un par de organizaciones que apoyan a los hombres homosexuales en el área donde vive.

Él y John habían seguido siendo amigos y John lo había apoyado y pronto comenzaron a salir regularmente. Todo iba muy bien; Nicolás estaba más feliz de lo que había estado en mucho tiempo.

Sin embargo, un día John le dijo que quería dar el siguiente paso en su relación, que era que Nicolás pasara la noche en su apartamento. Nicolás nunca había pasado la noche en otro lugar que no fuera la residencia y su propio apartamento.

No había tenido intimidad con nadie antes, excepto recientemente cuando John lo besó, lo que sintió fue algo importante. Aunque realmente le gustaba, todavía sentía que estaba haciendo algo mal. Estaba nervioso y no estaba seguro de estar listo para pasar la noche en casa de John. Todavía estaba preocupado por lo que pensarían los demás y por ser malo, etc.

Decidió ponerse en contacto con el Servicio de ATD y Sexualidad nuevamente porque sintió que esta era una gran decisión y estaba confundido.

**Se te ha asignado como la persona de Apoyo y te reunirás con Nicolás esta tarde para completar su Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual.**

- » **¿Qué conceptos incluirías en el Acuerdo ATD y el plan de Apoyo Individual de Nicolás?**
- » **¿Qué temas crees que ha de tener en cuenta Nicolás?**





# SMARTS

[www.smarts-project.com](http://www.smarts-project.com)

