

A continuación hay ideas de cosas sobre las que puede hablar con su hijo respecto de su incapacidad:

- Ayude a su hijo a aprender acerca de su incapacidad en términos que pueda entender.
- Sea abierto y honesto con ellos acerca de las incapacidades.
- Hable con su hijo y haga que su hijo sugiera las cosas que hace de modo distinto que los demás niños y las cosas que hace igual de modo que le pueda explicar esas cosas a sus compañeros.
- Ayude a su hijo a aprender acerca del establecimiento de límites. No tienen que contestar todas las preguntas que alguien les haga acerca de su incapacidad. Ciertas informaciones sobre su incapacidad deben darse si la persona necesita saberlo. Hable con ellos acerca de con quién es adecuado decir qué acerca de su incapacidad. Ayude a su hijo a entender que no dar información sobre su incapacidad no significa que esté mintiendo.
- Muchas personas con incapacidades encuentran útil tener cierto sentido del humor acerca de su incapacidad.

Burlas

Hable con su hijo acerca de las burlas y desarrolle con ellos cosas que puedan hacer cuando son blanco de burlas. A continuación hay algunas ideas de qué pueden hacer si son objeto de burlas.

- **Dar información**—En ocasiones, cuando la gente hace burla acerca de las incapacidades es porque no saben nada acerca de la incapacidad, se pueden sentir incómodas y no saben cómo actuar. Puede ser útil decirle al burlón algo acerca de la incapacidad.
- **Ignorar**—En ocasiones la gente se burla para intentar obtener una reacción y si actúa como si no le importa, pueden detenerse. Manténgase calmado, respirar hondo puede ayudar. Algunas cosas que puede hacer es encogerse de hombros, mirar a otro lado, adoptar actitud de aburrimiento o decir no me importa ya sea en voz alta o en su mente.
- **Disco rayado**—Decir realmente no me gusta o deseo que dejes de molestarme una y otra vez.
- **Podrías**—Después de cada cosa que diga la persona, responda diciendo “Podrías tener razón”.
- **Estar de acuerdo**—Si la persona se está burlando de algo que es verdad, puede funcionar estar de acuerdo con ellos, demostrándoles que no es para tanto.
- **Irse**—En ocasiones, la mejor solución es simplemente irse.
- **Humor**—Utilice el humor para hacer una broma a partir de la situación.
- **Pedir ayuda**—Pedir ayuda si aún hay un problema. Se puede decirle a un profesor, a uno de los padres o a otro adulto en el que haya confianza. Debe decirle al adulto lo que la persona que se burla hizo, lo que usted intentó y lo que la persona hizo después de ello.

Para obtener más información o servicios de defensa, comuníquese con Arc Greater Twin Cities al 952-920-0855 o visite www.arcgreatertwincities.org.

Este documento no es asesoría legal y no debe interpretarse como tal. Por ello, ninguna información contenida aquí debe sustituir el sano consejo de un abogado. Se puede comunicar con la línea de entrada del Minnesota Disability Law Center en el (612) 334-5970.