

# Ep. 11 Richard Chapman y Jessica Shuttler

## PALABRAS CLAVE

trabajo, autodeterminación, gente, podcast, Richard, Jessica, artículo, discapacidad, persona, pandemia, diario, escribiendo, pensando, terapeuta, autores, terapia, contexto, aprender, aplicar, discapacidad del desarrollo.

## PARTICIPANTES

Richard Chapman, Matthew Wappett, Jessica Shuttler

### **Matthew Wappett** 00:15

Hola a todos. Bienvenidos al podcast Developmental Disabilities Network journal author insights Podcast. Soy el Dr. Matthew Wappett, anfitrión de este podcast y es un placer acompañarlos el día de hoy. Este podcast, y lo menciono cada vez que puedo es una de mis cosas favoritas, porque he podido aprender tanto al hablar con estos autores que han sido publicados en el Developmental Disabilities Network Journal. A su vez es divertido porque me permite aprender. Me ayuda a saber que está sucediendo en el campo/ Y es mi deseo compartir esto con ustedes y así ganar una mejor perspectiva del trabajo que se está llevando a cabo allá afuera. A manera de introducción, y el motivo detrás de este podcast, es fundamental mencionar que este podcast forma parte de nuestro continuo compromiso de incrementar la accesibilidad a la información que compartimos mediante el Developmental Disabilities Network Journal. No todas las personas tienen el tiempo de sentarse a leer un libro o un artículo. De hecho, cada vez más las personas obtienen su información a través de fuentes de audio, podcasts, audiolibros, y aún videos. Conforme avanzamos en esta cultura, compartiendo información a través de medios de multimedia, intentamos estar a la vanguardia, y esa es la razón por la cual comenzamos este podcast y permitirles acceder a la misma información del diario, quizás de una manera más divertida por medio de las grabaciones de estos podcasts. Dicho esto, por favor asegúrense de suscribirse a este podcast. Esta es una serie continua de entrevistas. Por lo tanto, intentamos entrevistar a cuantos autores podamos del artículo anterior y compilar varios al año. Esta es una labor de amor, y aunque no siempre podemos ser tan constantes como quisiéramos, lo estamos haciendo. De cualquier moda, si desean escuchar este podcast se pueden suscribir al podcast autor insights en la mayoría de las plataformas. Apple, Spotify, Stitcher, overcast PodBean, donde quiera que sea. Y si ya están ahí, por favor deja tu valoración y un comentario comparte este podcast con tus amigos y colegas. Esto nos ayuda a aumentar la visibilidad de este trabajo y el de los autores que participan. Así que dicho esto, estamos emocionados de tener una entrevista con Richard Chapman y Jessica Shuttler, autores del más reciente ejemplar del Developmental Disabilities Network Journal llamado "Aplicando el modelo de instrucción de aprendizaje autodeterminado al contexto psicoterapéutico para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo ". Ahora bien, sé que es un título demasiado académico, sin embargo, sé que encontrarán que esta entrevista no es tan académica como su título. Richard ha sido mi amigo por algunos años. Y encuentro su visita muy

entretenida al igual que es grandioso tener a Jessica, su colega con nosotros y creo que lo encontrarán como una exploración más relajada de lo que es la autodeterminación y cómo apoyamos a las personas para que vivan una vida autodeterminada. A manera de introducción, el Dr. Richard Chapman es director asociado para el Liderazgo de Discapacidad en la Asociación para las Personas con Discapacidades de la Universidad Virginia Commonwealth, uno de los Centros Universitarios para la Excelencia en Educación, Investigación y Servicio para Discapacidades del Desarrollo (UCEDD por sus siglas en inglés). Realizó una beca postdoctoral de investigación en la Universidad de Kansas en Lawrence, Kansas, donde estudió autodeterminación y evaluación. Y mucho de ese trabajo en Kansas. Las fuentes de información para este artículo provienen del trabajo de Richard como académico de estudios sobre la discapacidad. El lleva a cabo investigaciones en el área de autodeterminación. A su vez, es consejero en salud mental con licencia y consejero en rehabilitación certificado. Obtuvo un título universitario, una maestría y un doctorado de la Universidad del Sur de Florida, actualmente Richard vive en Richmond, Virginia. Ahora bien, su colega Jessica Shuttler, es psicóloga infantil y profesora asistente en el Centro Médico de la Universidad de Kansas en la División de Pediatría del Desarrollo y la Conducta. También es directora de capacitación del programa LEND de Kansas, o programa de Educación para el Liderazgo y Discapacidades del Neurodesarrollo. Trabaja con niños, jóvenes y adultos jóvenes para brindar terapia y evaluaciones interdisciplinarias del desarrollo. Su rol en el programa LEND incluye la enseñanza y coordinación de experiencias de capacitación para líderes emergentes de más de 10 disciplinas diferentes, con el fin de fomentar un trabajo más interdisciplinario en el apoyo a niños con discapacidades que ingresan a nuestros sistemas. De todos modos, espero que esta conversación les resulte informativa y útil. Realmente fue un placer hablar con Richard y Jessica. Así que, sin más preámbulos, saltemos a esta conversación divertida e informativa. Estoy emocionado de estar aquí hoy para hablar con Richard y Jess sobre su artículo en la edición más reciente de la Revista de la Red de Discapacidades del Desarrollo, que trata sobre la aplicación del modelo de instrucción de aprendizaje autodeterminado al contexto psicoterapéutico para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo. Ahora bien, eso es bastante extenso. Entonces, Richard, comencemos contigo. Cuéntanos un poco sobre tu experiencia y ¿cómo llegaste al trabajo del que hablas en este artículo del DDNJ?

### **Richard Chapman 06:10**

Matt, gracias por invitarnos a Jess y a mí a hacer este podcast. Mi experiencia está en consejería de salud mental. Comencé, supongo, en 2010 trabajando con personas sin hogar y también en violencia doméstica. Pero en 2015 o 2016, cometí una locura. Volví a la universidad y obtuve mi doctorado en Educación y Supervisión de Consejería. Y cuando volví para hacer el doctorado, pensé que no me enfocaría en temas de discapacidad. Como nota al margen, me identifico como una persona con experiencia vivida de parálisis cerebral. Así que entré y no quería que me encasillaran, pero ya sabes, las cosas pasan. Hice mi tesis en el área de la autodefensa y estudiantes universitarios con jóvenes desfavorecidos. Tuve la gran suerte de ir a la Universidad de Kansas para hacer un fellowship postdoctoral en evaluación e intervención de autodeterminación bajo la dirección de la Dra. Kelly Chopen. Y ahí conocí a Jessica. Esto fue durante la época de COVID. Así que fue muy difícil para todos nosotros, solo un par de estudiantes haciendo un trabajo divertido e innovador en el área de la

autodeterminación. Me uní a su equipo y comenzamos a conceptualizar esto. No sé si Jessica quieres agregar algo, pero eso es más o menos lo que hay que destacar.

**Matthew Wappett** 08:56

No, está genial. Gracias, Richard. Entonces Jessica, tú estabas en Kansas cuando Richard llegó para su beca postdoctoral. Hablanos un poco sobre tu experiencia y ¿cómo te involucraste en este proyecto?

**Jessica Shuttler** 09:07

Claro. He ejercido como psicóloga en nuestra división de pediatría del desarrollo. Estoy en el Centro Médico de la Universidad de Kansas desde aproximadamente el 2016. En cuanto a mi carrera en psicología, se podría decir que nací y crecí en KU. Hice mis estudios de posgrado allí y tuve la oportunidad de ser becaria LEND y becaria pre y postdoctoral en KU, también en su división de pediatría del desarrollo. Así que llevo trabajando allí varios años y también tuve la oportunidad en 2017 de asumir el cargo de directora de capacitación de nuestro Programa LEND de Kansas. Hemos tenido muchas colaboraciones sólidas en nuestro programa LEND con nuestro UCEDD, el Centro de la Universidad de Kansas para Discapacidades del Desarrollo, durante varios años. Pero a medida que iba creciendo y aprendiendo en mi rol de directora de capacitación y en mi rol de psicóloga, pensaba cada vez más en estos conceptos de autodeterminación de los que hablábamos mucho en contextos educativos y en contextos laborales comunitarios. Sin embargo, como persona cuyo contexto de trabajo principal era la terapia y el trabajo con niños y jóvenes con autismo y otras discapacidades del desarrollo, me preguntaba cómo podía unir estas cosas. Así que me puse en contacto con Carrie Sjogren, quien nos guió a Richard y a mí en varios aspectos, pero especialmente en relación con este artículo, para hablar más sobre estas ideas, y ella dijo: "Bueno, realmente necesitas conocer a Richard". Ella nos reunió y luego tuvimos la oportunidad de comenzar a colaborar virtualmente, creo que probablemente fue como, no sé, Richard, unos seis meses, tal vez antes de que nos viéramos en persona en la vida real. Pero me divertí mucho.

**Richard Chapman** 09:09

Me parece que fue más tiempo, quizás como en Noviembre o Agosto. Algo como 8 o 9 meses? No lo se.

**Jessica Shuttler** 11:24

Entonces, este artículo es como el resultado, ¿supongo de algunas de esas primeras conversaciones de colaboración y de pensar juntos?

**Matthew Wappett** 11:33

Esto no es una pregunta que yo haya incluido, pero ambos lo mencionaron. Parece que comenzaron este trabajo al inicio de la pandemia de COVID. ¿Es correcto?

**Richard Chapman** 11:43

Empezamos este programa justo en medio de la pandemia de COVID. Yo me mudé para hacer un postdoctorado en medio del COVID, lo que probablemente fue una de las cosas más difíciles que he hecho en lo personal, debido al aislamiento. Siendo soltero en una ciudad nueva. Así que estaba buscando desesperadamente esta colaboración.

**Matthew Wappett** 12:21

Eso es una de las cosas interesantes que estamos encontrando ahora con los artículos que se están publicando. La investigación, la escritura y todo se realizó durante el COVID. ¿Crees que la pandemia afectó su enfoque y cómo implementaron y recopilaron datos y escribieron todo? Y si es así, ¿de qué manera? ¿Cuáles fueron algunos de esos efectos de la pandemia? Podemos recurrir a ti, Jessica, para responder a eso.

**Jessica Shuttler** 12:50

Esa es una buena pregunta. Estaba esperando un poco a ver qué decía Richard, porque yo, como llevo un tiempo trabajando como clínica y profesora, no he estado escribiendo tantos manuscritos ni propuestas. Pero de alguna manera, creo que con el tiempo libre que tuvimos, o la falta de otras exigencias... Quiero decir, teníamos exigencias diferentes, tal vez no diría falta, sino un tipo diferente de cosas con las que estábamos lidiando. Teníamos una relación diferente con el tiempo. Así que tal vez hubo más oportunidades para reflexionar un poco sobre todo eso. Utilizar Zoom para pensar en ideas y compartirlas era algo distinto a estar en una sala de lluvia de ideas o escribir en una pizarra juntos, cosas así. Pero, además, Richard es una persona muy agradable para trabajar. Siempre nos reíamos y disfrutábamos del proceso. Así que eso fue un gran plus, creo.

**Richard Chapman** 14:03

Y yo simplemente tuve que cambiar mi forma de trabajar durante la pandemia. Voy a confesar algo: trabajaba desde casa, con mascarilla durante la pandemia, e incluso lo hacía en tiendas de comestibles y cafeterías. Tal vez Kelly no lo sepa, o tal vez sí. Así es como trabajaba. Realmente estaba tratando de encontrar tiempo dedicado para escribir.

**Matthew Wappett** 14:46

También encuentro que me es más fácil escribir en público. Ya sabes, cuando estoy en casa, me distraigo demasiado, así que a veces estar en una cafetería o algo así me ayuda a estar un poco más concentrado. No sé qué es. Tú eres la psicóloga, probablemente podrías decirme por qué es así.

**Jessica Shuttler** 15:02

Es curioso porque me di cuenta de lo mucho que apreciaba la tranquilidad y el espacio para trabajar desde casa. Hice gran parte del trabajo desde aquí mismo, donde estoy hablando contigo ahora. No sé si esto se aplica exactamente a la escritura de este artículo, pero creo que todos descubrimos diferentes cosas sobre nosotros mismos. Cómo trabajamos mejor, qué necesitamos para superar el estrés o trabajar (bueno, trabajar o cuidar nuestro estrés en lugar de trabajar), ya sabes, encontrar ese

equilibrio, creo, es algo en lo que todos seguimos trabajando. Gracias por la pregunta. Realmente no había pensado en eso en términos de este tipo de trabajo antes.

**Matthew Wappett** 15:45

Ha sido muy interesante para nosotros, al menos porque el COVID tuvo un impacto significativo, especialmente en la investigación con sujetos humanos y en lo que se podía hacer y lo que no. Y cambió mucho la dinámica. Por eso, el trabajo que se hizo durante la pandemia apenas está empezando a salir a la luz. Así que es interesante ver cómo la gente se adaptó a esas exigencias particulares. De todos modos, gracias por compartirlo, lo agradezco. No era una pregunta planeada, pero ahí está. Así que vamos a pasar a tu artículo rápidamente. Tu artículo habla sobre el modelo de instrucción de aprendizaje autodeterminado y luego su aplicación en el contexto psicoterapéutico. Ya explicaste un poco cómo llegaste a este tema, pero tal vez puedas profundizar un poco más en qué es el modelo de instrucción de aprendizaje autodeterminado y por qué es tan importante. Richard, ¿por qué no empezamos contigo?

**Richard Chapman** 16:42

Definitivamente. Antes de adentrarnos en el modelo de instrucción del aprendizaje autodeterminado, ¿podemos dar un paso atrás y definir qué entendemos por autodeterminación? Porque creo que, si la gente no entiende lo que es la autodeterminación, no va a captar la idea del modelo de instrucción del aprendizaje autodeterminado. Escuchamos mucho sobre autodefensa, autodeterminación, se usan indistintamente a veces, pero la autodeterminación es realmente la idea de causar o hacer que las cosas sucedan en tu propia vida. Cuando definimos la autodeterminación, la definimos como la teoría de la agencia causal de la LIN. Entonces, el SDLMI (por sus siglas en inglés) o Modelo de Aprendizaje Autodeterminado de Instrucción es una forma de integrar la autodeterminación en una variedad de poblaciones. Se basa en gran medida en el trabajo de Michael Wehmeyer, quien desarrolló el SDLMI, y más recientemente, Kelly Shogren ha hecho un gran trabajo en el SDLMI y en la teoría de la agencia causal en general. Básicamente, la autodeterminación... ¿Jessica, crees que olvido algo?

**Jessica Shuttler** 19:11

Estoy de acuerdo contigo, y también lo pienso como una especie de marco que se puede aplicar a diferentes contextos. Se ha utilizado en entornos como las aulas para apoyar a estudiantes de todas las capacidades, permitiéndoles definir una meta, decidir un plan para alcanzarla, y luego reflexionar y examinar el progreso hacia esa meta, lo que han aprendido sobre sí mismos y, promover ese tipo de habilidades y capacidades. También se ha aplicado en otros contextos. Pero la idea principal es que hay un conjunto de preguntas centradas en la persona. También hay objetivos para el facilitador, pero todos nos guiamos por las preguntas sobre la persona. Éstas son las preguntas que se le hacen a la persona en quien nos centramos, ya sea un estudiante o un cliente en terapia en nuestro caso. Los facilitadores hacen preguntas o nos piden que ayudemos a responderlas, en torno a lo que la persona quiere que suceda en su vida, cuáles podrían ser sus planes para llegar allí y qué apoyos u otro tipo de acciones necesitaría para lograrlos. Creo que otro aspecto muy útil de ese marco, y que creo que compartimos en el artículo, son los apoyos educativos que están integrados en él. De alguna manera, ofrece a las personas, como en nuestro caso a los terapeutas, algunas herramientas y estrategias para pensar en cómo usarlas dentro de esas interacciones. Y a medida que conversan sobre esas preguntas

con un cliente, esto puede ayudar a garantizar la comprensión, la accesibilidad y que realmente estemos escuchando la voz y las perspectivas de la persona en quien nos centramos, nuestro cliente.

**Matthew Wappett** 20:58

Tienes razón, suena como una herramienta, ¿cierto? Se puede aplicar en varios contextos, no se limita estrictamente a la interacción terapéutica en el consultorio de un terapeuta, o lo que sea. Se podría usar en un aula o en un entorno comunitario.

**Richard Chapman** 21:16

Está en uso permanente en las aulas y la comunidad. Por lo tanto, efectivamente, no se había utilizado realmente en el contexto terapéutico, y nuestro equipo fue el que propuso esta aplicación.

**Matthew Wappett** 21:36

Aquí es donde me parece interesante, porque, como sabes, la salud mental de las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo es un tema importante que está recibiendo cada vez más atención en los últimos años. Y la SDLMI es otra herramienta, ¿cierto?, que se podría utilizar para apoyar la salud mental. Entonces, en base a tus hallazgos, ¿sabes?, en el contexto de la terapia, ¿verdad? ¿Cómo se puede utilizar la SDLMI para apoyar la salud mental de alguien con una discapacidad intelectual o del desarrollo?

**Richard Chapman** 22:09

Digamos que estamos trabajando con una persona, y voy a usar "persona" en lugar de "cliente" o "paciente". Esta persona viene a mí para terapia. El objetivo es trabajar en... ¿Me das una situación hipotética, Jessica?

**Jessica Shuttler** 22:38

Bueno, en nuestro artículo hablamos de Olivia y Maggie, quienes trabajan juntas.

**Richard Chapman** 22:44

Sí, en el manejo personal del estado de ánimo podemos ayudarles a establecer una meta. Quizás, la meta sea trabajar en el control del estado de ánimo o la depresión. Luego, la persona trabajaría en los pasos para resolver o lograr esa meta, incluyendo cómo definirla con claridad.

**Matthew Wappett** 23:18

La SDMI funciona más como un complemento a terapias como la terapia cognitivo-conductual o la terapia de aceptación y compromiso.

**Richard Chapman** 23:29

Posiblemente, si. Es SDLMI

**Matthew Wappett** 23:35

SDLMI. Lo siento.

**Richard Chapman** 23:36

Si.

**Jessica Shuttler** 23:40

Creo que la forma en que lo hemos planteado para este artículo también coincide con la idea de que existe una gran alineación. Me viene a la mente esa palabra cuando piensas en las etapas que comúnmente acompañan a la terapia cognitivo-conductual (TCC), que era el tipo de modelo terapéutico en el que estábamos pensando (aunque hay muchos otros modelos a los que se podría aplicar esto, ¿cierto?). La TCC tiene etapas que se alinean con las fases del modelo ESDI (SDMI). Lo que intentamos argumentar o proponer con estas etapas y fases dentro del ESDI son conversaciones similares a las que se tienen en terapia: ¿Cuál es el propósito del trabajo que vamos a realizar juntos? ¿Cómo vamos a hacer este trabajo juntos? ¿Cómo acordamos ser socios en este proceso? Luego, pensamos conjuntamente en cuál es la meta de la persona. Podemos apoyar a la persona a pensar en algunos de esos tipos de apoyos educativos y en esas preguntas personales. Pero también pensamos en si lo que la persona quiere aprender y desarrollar está relacionado con el manejo de las emociones o el autocontrol. En ese caso, quizás existan algunas estrategias de tipo cognitivo-conductual que también podrían ser apoyos y herramientas que podríamos presentar u ofrecer a medida que la persona los desee o necesite. Finalmente, evaluamos juntos cuáles son los próximos pasos para brindar apoyo y crecimiento en las formas que la persona desea. ¿Cómo están funcionando esas cosas?

**Richard Chapman** 25:12

Funciona muy bien con la terapia cognitivo-conductual (TCC) o cualquier otro enfoque que se centre en la definición de tus objetivos, pero especialmente con la TCC porque está respaldada por evidencia científica.

**Matthew Wappett** 25:30

Da la impresión de ser una herramienta muy útil para personas en terapia. Puede ayudarlas a empoderarse de su vida, ya sean sus emociones, metas personales específicas o aspectos que desean mejorar. Proporciona una estructura para que reflexionen sobre lo que significa tomar las riendas de su propio bienestar. ¿Te parece una descripción precisa?

**Jessica Shuttler** 25:56

Sí. Y como terapeuta, diría que me obliga a rendir cuentas al asegurarme de **escuchar real y activamente** cuáles son las metas de mi cliente o de esta persona a través de este tipo de enfoque estructurado y preguntas. Pienso que, tal vez históricamente en terapia, hemos atendido más a decir qué hacer y quizás menos a escuchar y apoyar de verdad, y a seguir los objetivos de la persona. Por eso me gusta este marco, ya que me permite, como terapeuta, responsabilizarme de mantener a esa persona en el centro y reflexionar realmente sobre sus fortalezas y metas.

**Matthew Wappett 26:28**

Creo que eso es algo que a menudo falta. Pienso que a veces se da por sentado que las personas tomarán las riendas por sí mismas. Y de vez en cuando, es bueno tener un enfoque más estructurado para facilitar eso. Ya tocamos esto antes, mencionaste que hiciste gran parte de este trabajo durante la pandemia. Pero una de las cosas que tratamos de hacer en el podcast aquí es darle a la gente una idea de lo que sucede detrás de escena, ¿verdad? Cuando escribes un artículo y trabajas en un proyecto de investigación. Siempre hay historias divertidas, eventos, interacciones incómodas, lo que sea que ocurra, estás trabajando en un proyecto.

Así que quiero que cada uno de ustedes piense si hubo algún aspecto memorable al escribir su artículo. Pueden ser eventos divertidos, descubrimientos emocionantes, nuevas colaboraciones. ¿Hay algo memorable de este proyecto que realmente se destaque y que digan, "vaya, eso fue increíble"?

**Richard Chapman 27:28**

Jessica, tú primero.

**Jessica Shuttler 27:32**

Bueno, estoy en la Universidad de Kansas (KU), en Kansas City. Y hablando de Kansas City, pues siempre hay mucho movimiento por aquí. Pero en 2020, tuvimos la victoria del Super Bowl en febrero, justo antes de que todo se complicara en Estados Unidos. Una de las cosas más divertidas que recuerdo al escribir este artículo fue el intercambio amistoso que solía tener con un compañero fanático de los Bucaneros de Tampa Bay. Teníamos reuniones periódicas para escribir y hacer lluvias de ideas juntos. Nunca sabías cómo serían las cosas según los resultados del fin de semana. Si a los Bucaneros les iba bien, de repente aparecía un fondo de pantalla sutil del equipo, ya sabes, durante las reuniones. Era todo muy divertido y amigable. Admito que no prestaba mucha atención a la NFL antes de que los Chiefs empezaran a ganar, pero sin duda fue divertido poder darnos un poco de guerra durante el proceso de escritura y tener otro tema de conversación además del trabajo.

**Matthew Wappett 28:43**

¡Ah! ¿Richard, eres el fanático de los Bucaneros,? ¿Supongo que eres tú?

**Richard Chapman 28:49**

Sí, lo soy. En realidad, no tengo una anécdota memorable en sí, pero hacíamos mucha escritura colaborativa por Zoom para desarrollar las ideas. Esa es la forma en que realmente disfrutaba escribir.

**Matthew Wappett 29:05**

De hecho, me parece poco común escribir de forma simultánea. Ya sabes, a mucha gente le gusta hacer un borrador, enviárselo a la siguiente persona y que ésta lo revise. Así que eso es interesante.

**Richard Chapman 29:20**

Y también hicimos algo de eso [escritura por turnos], pero no sería justo no reconocer a nuestro equipo. Creo que tenemos un equipo increíble detrás de nosotros, no solo Jessica y yo. Estoy tratando de integrarlo todo.

**Matthew Wappett** 29:45

Y hay como cinco autores en este artículo. Hoy solo tenemos a ti y a Jessica. Pero sí, parecía que había un gran grupo involucrado en hacer que esto sucediera.

**Jessica Shuttler** 29:57

Por supuesto. Definitivamente queremos agradecer a por su guía, la conceptualización y la experiencia en torno al modelo SDLMI También estamos muy agradecidos a Shader Rayleigh por sus valiosas contribuciones y comentarios.

Además, durante este proceso contamos con la colaboración de unos excelentes asistentes de investigación. Como suele suceder, siguieron adelante con otras capacitaciones y trabajos. Pero estamos muy, muy agradecidos por el trabajo de Hannah Adams, quien ahora es estudiante de posgrado en la Universidad George Mason, y de Sidney Walls, quien actualmente trabaja como coordinadora de investigación en la Universidad de Stanford. Realmente hicieron un trabajo fantástico y se lo agradecemos mucho.

**Matthew Wappett** 30:41

¡Qué bueno! Siempre es divertido ver el camino que toman las personas después de vivir estas experiencias, ¿verdad? Volviendo al artículo, ¿cuál es el mensaje principal que te gustaría que los lectores se llevaran? Si tuvieras que resumirlo en un par de frases, ¿qué deberían recordar las personas?

**Richard Chapman** 31:01

La autodeterminación es fundamental para las intervenciones de psicología positiva. En realidad, es una forma diferente de brindar tratamiento a las personas, en lugar de usar una lente basada en el déficit, se centra en un recurso, utilizando una lente basada en los recursos.

**Matthew Wappett** 31:32

Grandioso, muchas gracias. Jessica, ¿te gustaría añadir algo?

**Jessica Shuttler** 31:37

Pensé que eso estaba muy bien dicho. Nuevamente, me estoy poniendo el sombrero de terapeuta. Pero creo que, como alguien que ha trabajado en esta área durante algunos años, he escuchado demasiadas veces a familias o personas que intentaron buscar terapia en otros lugares de su comunidad y les dijeron: "Oh, tienes una discapacidad del desarrollo, no sé cómo hacer eso". Entonces, supongo que un mensaje que tendría para los terapeutas y consejeros que tal vez no hayan trabajado con personas con discapacidades intelectuales del desarrollo anteriormente, es que sí pueden hacerlo. Hay mucha alineación entre esto y muchas de las herramientas o prácticas de las que hablamos, y tal vez algunos espacios de discapacidad se pueden aplicar muy bien en los espacios de salud mental. Como dijo Richard, la autodeterminación es importante para todos. Por lo tanto, este tipo de prácticas fortalecerán todas las terapias, las harán más útiles y, con suerte, tendrán un mayor impacto. Y cuando

podamos pensar en formas accesibles para hacer esto para más personas también, es realmente importante.

**Matthew Wappett** 32:44

Sí, la salud mental es un interés personal y trabajo en varios proyectos relacionados con ella. Una de las cosas más comunes que escuchamos de los terapeutas es: "No he recibido capacitación para trabajar con esta población, no sé cómo atender sus necesidades". ¿A dónde puede acudir un terapeuta o cualquier otro profesional de la salud mental para aprender más sobre el modelo ESDI (SDMLI)?

**Richard Chapman** 33:07

En este momento, estamos desarrollando sitios web como selfdetermination.org. El siguiente paso será crear un nuevo manual de intervención basado en este trabajo. Ya contamos con algunas propuestas de financiación para este proyecto.

**Jessica Shuttler** 33:36

Lo siento, Richard, no sé si escuché bien. Pero el sitio web selfdetermination.ku.edu es un excelente recurso, especialmente para la autodeterminación, el inventario de autodeterminación y el modelo de instrucción basado en la autodeterminación (SDLMI). Al igual que la guía para docentes del SDLMI, que mencionamos mucho en el artículo, está disponible para descargar de forma gratuita para aprender más. Y con suerte, gracias a algunas propuestas de financiación que tenemos en curso, pronto tendremos un manual para guiar a las personas en este proceso.

**Matthew Wappett** 34:09

Muy interesante. Bueno, nos aseguraremos de incluir un enlace a todos esos recursos en las notas del episodio para que la gente pueda acceder a ellos directamente. Ya sabes, esa es la consulta más habitual cuando las personas buscan herramientas. Creo que este modelo [el SDIMI] es muy interesante para difundir y dar a conocer. Además, por lo que comentas, parece ser relativamente accesible, ¿cierto? Una vez que te familiarizas con él y entiendes el contexto, se implementa con bastante facilidad en un entorno clínico.

**Jessica Shuttler** 34:41

Existen oportunidades de capacitación ofrecidas a través de la Universidad de Kansas (KU) si te interesa realizarlas allí. Creo que hay una capacitación más intensiva, de dos o tres días, dirigida a organizaciones. Digamos, por ejemplo, a un consultorio completo o una agencia entera que quiera incorporar esta práctica de manera integral. Pienso que hay muchas herramientas geniales y que incluso las guías con preguntas orientadoras son un excelente punto de partida. Puedes pensar en cómo integrar algunas de esas preguntas de facilitador en el trabajo que realizas. Tengo otro recurso que los chicos pueden decidir si quieren compartir o no. He comenzado un sitio web de Padlet donde he recopilado recursos, todos basados en evidencia. Son más bien recursos de mi propia práctica personal y experiencias trabajando con personas. Con gusto lo compartiría también. La dirección es

tinyurl.com\SDMPower. He intentado incluir enlaces al sitio web de autodeterminación del SDLMI, por ejemplo, así como a otros currículos y tratamientos modulares basados en evidencia actuales para la ansiedad o la depresión, ya sea adaptados o desarrollados para niños y jóvenes con autismo u otras discapacidades del desarrollo. No es exhaustivo, pero lo he compartido con personas que me dicen: "No sé realmente a dónde acudir ni cómo empezar".

**Matthew Wappett 36:08**

Pondremos un enlace en las notas del episodio. Para finalizar, como siempre, me gusta terminar el programa con dos preguntas que hacemos a todos. Una vez más, el objetivo es hacer que los autores que escriben en la revista se sientan un poco más humanos y ayudarnos a entender quiénes son como personas. La primera pregunta que les hago, y les daré la oportunidad a cada uno de responder, es la siguiente: todos terminamos haciendo trabajo sobre discapacidad y salud mental, ¿por el enorme sueldo? ¡Oh, espera, no, eso está mal! Todos tenemos una razón que nos motivó a entrar y hacer este trabajo. Esa es mi pregunta. ¿Qué los motiva a hacer este trabajo? ¿Por qué hacen lo que hacen? ¿Por qué no comenzamos contigo, Richard?

**Richard Chapman 37:00**

Ha tenido grandes mentores a lo largo de este camino. Dos cosas me han motivado: mi experiencia como clínico trabajando con personas con discapacidades y, además, el hecho de ser una persona con experiencia vivida de la discapacidad.

**Matthew Wappett 37:21**

Tiene mucho sentido. La mayoría de la gente tiene una conexión personal. Y ya que estamos en eso, Jess, ¿qué hay de ti?

**Jessica Shuttler 37:29**

¡Caramba, Richard! Es muy difícil seguirte. Bueno, en mi caso, tengo conexiones familiares con personas que tienen diversos tipos de discapacidades del desarrollo. Creo que lo que me motiva cada vez que voy a la clínica, trabajo con estudiantes o tengo la oportunidad de colaborar contigo en un proyecto o artículo, es ver a la gente crecer. Me alegra mucho apoyar a las personas en su crecimiento, ¿sabes? Es ese momento en el que no creían que pudieran hacer algo, y luego lo logran. Y entonces lo celebran. Esa celebración es como... tal vez sea como una droga. Te da un subidón de adrenalina, como decir: "¡Sí, lo logramos! Lo lograste. Lo hicimos juntos, ¿sabes?". Quizás lo de la droga no sea lo más acertado para decir en un podcast, pero es como esa retroalimentación positiva. Esa adrenalina de sentir que realmente estás teniendo un impacto individual en alguien. Además, me parece muy poderoso y emocionante sentir que estás rodeado de personas con las que puedes trabajar para lograr un impacto colectivo de alguna manera. La idea de que podemos seguir creciendo y mejorando es importante. Tenemos mucho trabajo por delante, así que esos pequeños pasos son enormes.

**Matthew Wappett 39:05**

Tienes razón. Técnicamente, sí lo es, ¿no? Es solo una respuesta hormonal, la dopamina, la serotonina, la oxitocina, todas esas cosas que nos hacen sentirnos genial, conectados y con la sensación de que la vida es buena.

**Jessica Shuttler** 39:19

Sí, pero esa oportunidad de tener una relación personal, de conectar con alguien y ser parte de su camino de crecimiento, es simplemente increíble.

**Matthew Wappett** 39:30

Estoy de acuerdo. La última pregunta aquí, y es uno de los focos de la revista en el que seguimos trabajando, es tratar de hacer que esta investigación sea más accesible e inclusiva. Un gran ejemplo es que tratamos de que haya personas con experiencia vivida como revisores e intentamos incluir las voces de los auto defensores. También nos esforzamos por asegurarnos de que la revista esté disponible en una variedad de formatos para que sea, nuevamente, más accesible. Entonces, ¿qué cosas han estado haciendo cada uno para que su trabajo sea más inclusivo y accesible? Empecemos por Jessica esta vez, para que no tengas que seguirte a ti, Richard.

**Jessica Shuttler** 40:10

Estoy tratando de escuchar tanto como pueda, responder y colaborar con las voces de las personas con experiencia vivida. Como alguien que no necesariamente se identifica con tener una discapacidad del desarrollo, discapacidad intelectual o autismo, es muy importante que el trabajo que hago esté lo más informado posible. Todavía estoy aprendiendo, creciendo y manteniéndome abierta a esa retroalimentación. Aprecio muchísimas oportunidades de colaboración con colegas, estudiantes y clientes que me han brindado comentarios de los que he tratado de aprender y crecer, y por los que estoy muy agradecida. Incluso les agradezco a ustedes que nos hayan encargado escribir un resumen en lenguaje claro. Estaba pensando en nuestro título y cómo tal vez también podría necesitarse un poco de trabajo para que sea de lenguaje claro. Por lo tanto, creo que recibir comentarios de los sistemas con los que estamos interactuando para establecer esas expectativas también es muy importante.

**Matthew Wappett** 41:14

Es un gran desafío hacer que la investigación y los escritos académicos sean realmente accesibles para la población en general. Y luego, hacerlos accesibles para las personas con discapacidad intelectual o de otro tipo, es mucho más difícil de lo que parece a simple vista.

**Richard Chapman** 41:34

Me concentro en hacer que mi investigación sea más accesible. Al realizarla, como tengo experiencia vivida, y también me identifico como investigadora, me aseguro de incluir a una persona con experiencia vivida en mis proyectos. Esta doble posición que tengo es muy interesante.

**Matthew Wappett** 42:12

Absolutamente lo es. Y sin embargo, creo que es increíblemente valioso, y estoy muy agradecido por la oportunidad de haber trabajado con ustedes, Richard y Jessica, y de publicar su trabajo. He disfrutado mucho leyendo, aprendiendo y simplemente hablando con ustedes hoy. Creo que hay muy buena información en el artículo. Animo a todos a que lo consulten. Incluiremos un enlace en las notas del

episodio. Con suerte, podremos lograr que más personas se interesen en aprender sobre el SDIMI. ¡Lo dije bien! Genial. Muy bien. Bueno, eso es todo por nuestra conversación con Richard y Jessica hoy. Me gustaría agradecerles a todos por escuchar hasta aquí. Espero que hayan aprendido algo a través de esta conversación. En este punto, me gustaría agradecer a la editora gerente de DDNJ y productora del podcast Perspectivas de Autores, Alex Schiwal. Por su arduo trabajo para sacar adelante este podcast. Alex hace la mayor parte del trabajo visible al público de DDNJ. Por lo tanto, ella es un miembro invaluable de nuestro equipo. También queremos agradecer al Instituto de Investigación, Política y Práctica de la Discapacidad de USU por su apoyo financiero y en especie para este podcast y la revista. Y también queremos agradecer a las Bibliotecas y el Archivo Digital de la Universidad Estatal de Utah, que también apoyan la revista Developmental Disabilities Network. Como mencioné anteriormente, no olviden suscribirse al podcast. Por favor, déjenos una calificación y una reseña. Compártanlo con sus colegas. Ayuden a difundir esta información. Pueden aprender más sobre la revista Developmental Disabilities Network en nuestro sitio web, que es [digitalcommons.usu.edu/DDNJ](https://digitalcommons.usu.edu/DDNJ). Y pueden descargar las transcripciones del podcast en inglés y español, y aprender más sobre nuestros invitados y nuestra página del podcast, que se encuentra en el enlace de las notas del episodio. Les agradezco a todos por habernos escuchado. Gracias por el buen trabajo que hacen. Están marcando la diferencia. Queremos que sepan que lo que hacen importa y estén atentos a nuestro próximo episodio. Gracias a todos. Que tengan un excelente resto del día.