

**Mancomunidad de Virginia:
Herramienta de descubrimiento para la toma de decisiones con apoyo**

¿Quién quiero que me brinde apoyo? Los acuerdos de toma de decisiones con apoyo están conformados por las personas de apoyo y los responsables de tomar decisiones. Usted es el responsable de tomar decisiones y las personas que elige para que lo ayuden son las personas de apoyo. Puede elegir a quien quiera para que sea su persona de apoyo y puede elegir tener muchas personas de apoyo. Algunas personas de apoyo pueden ayudarle en un ámbito de la vida y otros pueden ayudarle en varios ámbitos. La decisión depende de usted.

Cuando piense en quién quiere que sea su persona de apoyo, piense en personas en quienes confíe y hable con ellas para ver si aceptan ser su persona de apoyo.

Puede utilizar este formulario para reflexionar sobre las diferentes personas que ya lo ayudan en su vida. Su nombre va en el círculo central. Escriba los nombres de las personas que lo ayudan en la categoría que mejor les corresponda. Las personas a las que se sienta más cercano irán en el círculo más cercano a su nombre. Las personas a las que no se siente tan cercano o a las que no recurre en busca de ayuda tan a menudo pueden ir en un círculo exterior.

Mapa de relaciones de _____

