

ACEPTACIÓN DE LA DISCAPACIDAD



- La persona con discapacidad es mucho más que su discapacidad. Tiene muchas capacidades
- A las personas con discapacidad no hay que tratarlas peor que a las demás personas.
- Hay que tratar a las personas con discapacidad con bien, como a los demás.
- A veces, aceptar la discapacidad es difícil y se pasa por unos cuantos pasos:
 - La persona no se cree que tenga una discapacidad.
 - Intenta entender por qué tiene una discapacidad y buscar soluciones.
 - Se siente enfadada.
 - Se siente triste.
 - Va aceptando poco a poco la realidad.
 - Ve su discapacidad como algo que le puede ayudar para mejorar y crecer.

Si necesitas ayuda para aceptar tu discapacidad o conoces a alguien que necesite ayuda, **llámanos**.

Preguntas frecuentes

1. Qué es la terapia de aceptación de la discapacidad

- Terapia para ayudar a entender la discapacidad y aceptarla
- Ayuda a las personas con discapacidad a aceptarse
- Ayuda a las personas con discapacidad a sentirse mejor

2. Beneficios de la terapia para aceptar la discapacidad:

- Ayuda a las personas a entender y a aceptar su discapacidad.
- Reduce el estrés y la ansiedad.
- Ayuda a superar dificultades.
- Ayuda a las personas a descubrir todas sus capacidades.
- Mejora la autoestima.
- Ayuda a las personas a disfrutar de la vida y ser más felices.
- Ayuda a las personas con discapacidad a descubrir nuevas oportunidades.
- Ayuda a las personas con discapacidad a participar en la sociedad.