



## Herramientas de participación comunitaria para comunidades y colaboradores

# Concientización de la competencia cultural

## Autoevaluación



### Información general

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (NCDHHS) administra la prestación de servicios de salud y servicios humanos para todos los habitantes de Carolina del Norte, especialmente nuestros habitantes más vulnerables: niños, ancianos, discapacitados y familias de bajos ingresos. Nuestra misión es trabajar en colaboración con socios para mejorar la salud, la seguridad y el bienestar de todos los habitantes de Carolina del Norte.

Mejorar los resultados de salud requiere comunidad, asociación, compromiso, colaboración y otros factores. Un componente clave para los compromisos y asociaciones exitosos de la comunidad incluye la participación de personas culturalmente competentes y que muestren humildad cultural.

### Definiciones principales:

1. **Competencia cultural:** La competencia cultural se puede definir como la capacidad de un individuo para comprender y respetar los valores, actitudes y creencias de diferentes culturas y comprender cómo abordar las diferencias de manera adecuada en las políticas, programas, prácticas y calidad de los servicios. La competencia cultural incluye adquirir las habilidades que permiten servicios efectivos y equitativos para diversas poblaciones.<sup>1</sup> La competencia cultural es un proceso continuo de curiosidad intelectual, aprendizaje intencional y pensamiento crítico.<sup>2</sup>
2. **Participación de la comunidad y los colaboradores:** La participación de la comunidad y los colaboradores se puede definir como un intercambio mutuo y útil de experiencias vividas, habilidades adquiridas y confianza genuina entre los

socios y las comunidades que trabajan juntos para lograr un objetivo común (Guía de participación de la comunidad y los socios de NCDHHS, página 5).

**Propósito:** La competencia cultural es un proceso continuo de curiosidad intelectual, aprendizaje intencional y pensamiento crítico.<sup>3</sup> Esta autoevaluación es una herramienta que mide un área de competencia cultural: la concientización. Esto no es una prueba, sino más bien una herramienta para ayudar a las organizaciones comunitarias a identificar fortalezas y oportunidades para su desarrollo individual y profesional.

**Tiempo:** Se recomienda una autoevaluación trimestral. Las personas pueden usar esto como una actividad para medir su nivel de competencia cultural.

**Objetivo:** Este documento ayudará a las personas a considerar sus habilidades, conocimientos y autoconciencia al trabajar con otros.

**Instrucciones:** Lee cada declaración y coloca una "X" en la columna que se alinee contigo. Recuerda, la competencia cultural es un proceso, y el aprendizaje se produce de forma continua y durante toda la vida. A medida que completes esta evaluación, mantente en contacto con tus emociones y recuerda que el aprendizaje es un viaje.

<sup>3</sup> <https://www.cvims.org/community/cultural-competency/>

## Autoreflexión para el conocimiento sobre la competencia cultural (en la página siguiente)



### Recursos de competencia cultural:

1. [CLAS, competencia cultural y humildad cultural](#)
2. [Habilidades efectivas de comunicación intercultural \(hhs.gov\)](#)
3. [Cómo entender mejor las diferentes identidades sociales \(hhs.gov\)](#)
4. [Evalúa la preparación de tu organización para implementar y promover la equidad en salud. Consejo Nacional para el Bienestar Mental](#)



## Autoreflexión para Concientización sobre Competencia Cultural

Comportamientos	Declaración	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Apoyar la diversidad	Yo veo todas las diferencias culturales como positivas y una razón para celebrar.				
Compromiso con el aprendizaje	Entiendo que ser culturalmente competente y tener humildad cultural implica un compromiso con el aprendizaje durante toda la vida. Yo muestro regularmente mi compromiso con el aprendizaje continuo.				
Presuposiciones	Soy consciente de las suposiciones que sostengo sobre personas de diferentes culturas de la mía propia.				
Curiosidad	A menudo me pongo en lugares donde puedo aprender sobre diferencias culturales y establecer nuevos vínculos.				
Evaluando comportamiento	Soy consciente de que todos tienen una "cultura" y mi "cultura" no debe considerarse como el punto de referencia singular o mejor para evaluar qué comportamientos son apropiados o inapropiados.				
Comunicación	Soy consciente de mi nivel de escucha activa y trabajo para escuchar, entender y aprender.				
Concientización	Soy consciente de cómo los demás se ven a sí mismos, cómo pueden verme y cómo me veo a mí mismo y a los demás.				
Autoconcientización	Soy consciente de mis comportamientos, lenguaje corporal y acciones, y trabajo activamente para alinearlos para generar confianza y respeto.				
Humildad	Promuevo con éxito la humildad cultural al trabajar con otros.				
	Soy consciente de cómo soy privilegiado y dónde puedo ser marginado.				
	Sostengo con éxito empatía y compasión al trabajar con los demás.				

## Reflexión

- Una vez que termines la evaluación anterior, suma el número de X en cada columna (Nunca, A veces, A menudo, Siempre).
- Luego, para cada columna, multiplica el número de X por los números a continuación:

*Ejemplo: Si tienes 5 X en "Nunca", multiplicarás 5 x 1 para recibir 5 puntos.*

- Nunca - 1
- A veces - 2
- A menudo - 3
- Siempre - 4

Después de multiplicar, suma para tu puntaje final. Cuantos más puntos tengas, más competente culturalmente serás. Los elementos a los que respondiste "Nunca" y "A veces" son áreas en las que puedes mejorar tu competencia cultural.

### Próximos pasos para considerar:

- Configuración general:** En función de los resultados de tu autoevaluación, establece tres objetivos para ayudarte a ser más competente culturalmente.
  - Objetivo 1: Define una meta que a corto plazo puedas completar de inmediato.
  - Objetivo 2: Define una meta de medio plazo que puedas completar en unos pocos meses.
  - Objetivo 3: Define una meta que a largo plazo puedas completar durante el próximo año.
- Oportunidades para aprender:** Encuentra oportunidades de aprendizaje a través de libros, artículos de revistas profesionales, talleres y sesiones de capacitación.
- Charlas entre amigos:** Conversa sobre los resultados de tu autoevaluación con colegas y compañeros si te sientes cómodo compartiendo lo que aprendiste a través de la autoevaluación.
- Planes de autoevaluación:** Define un plan basado en los resultados de tu autoevaluación. Describe los pasos que puedes seguir para mejorar la competencia cultural.
- Participación:** Interactúa con diversas comunidades, ofrécete como voluntario o participa en eventos culturales, y continúa buscando conocimiento sobre diversas culturas en Carolina del Norte.
- Reflexión:** Participa en la evaluación continua y la autocrítica.

## Para más información, visita los sitios web:

1. [Oficina de Equidad en Salud de NCDHHS](#)
2. Participación de la comunidad y los [colaboradores de NCDHHS](#)

