



puntos especiales de interes:

Hacer (y conservar) amigos...
págs. 1-7

Entendiendo la máscara del autismo...
págs. 8-11

Comunicación Social y....
Pgs. 12-15

Cómo puede afectar el autismo....
Págs. 16-19

También en este número:

Reseñas de libros **20**

Neurodiversidad **21**

Autismo **22**

Consultor

Contacto

mayo 2024

Volumen 12, Número 7

Agenda del autismo



Programa Regional de Autismo Linn Benton Lincoln ESD-Cascade

Hacer (y conservar) amigos: un modelo para la enseñanza de habilidades sociales

Por:Dr. Scott Bellini, director asociado

"No estoy pidiendo que mi hijo sea el alma de la fiesta ni un personaje social. Sólo quiero que ella sea feliz y tenga algunos amigos propios. Ella es una niña maravillosa y espero que algún día otros puedan ver eso.."

Déficits de habilidades sociales en los trastornos del espectro autista

De hecho, muchos padres de niños con trastornos del espectro autista (TEA) se hacen eco de este sentimiento con respecto al funcionamiento social de sus hijos. Saben que su hijo tiene muchas cualidades maravillosas que ofrecer a los demás, pero la naturaleza de su discapacidad, o más precisamente, sus escasas habilidades sociales, a menudo les impiden establecer relaciones sociales significativas. Esta frustración se amplifica cuando los padres saben que sus hijos desean desesperadamente tener amigos, pero fracasan estrepitosamente cuando intentan hacer amigos. A menudo, su fracaso es resultado directo de programas ineficaces y de recursos inadecuados que normalmente se ponen a disposición para la enseñanza de habilidades sociales. Para la mayoría de los niños, las habilidades sociales básicas (p. ej., tomar turnos, iniciar una conversación) se adquieren rápida y fácilmente. Para los niños con TEA, el proceso es mucho más difícil. Mientras que muchos niños aprenden estas habilidades básicas simplemente

Al exponerse a situaciones sociales, los niños con TEA a menudo necesitan que se les enseñen habilidades de manera explícita y lo más temprano posible. El presente artículo aborda los déficits de habilidades sociales en niños pequeños con TEA proporcionando un modelo sistemático de cinco pasos para la instrucción de habilidades sociales, con especial énfasis en una estrategia de intervención emergente, el automodelado en video (VSM).

Continúa en la página 2.



HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

Falta de "saber hacer" versus falta de interés social

El deterioro del funcionamiento social es una característica central del TEA. Los déficits típicos de habilidades sociales incluyen: iniciar interacciones, responder a las iniciaciones de otros, mantener contacto visual, compartir placer, leer las señales no verbales de los demás y adoptar la perspectiva de otra persona. La causa de estos déficits de habilidades varía, desde un deterioro neurológico inherente hasta la falta de oportunidades para adquirir habilidades (p. ej., aislamiento social). Lo más importante es que estos déficits de habilidades sociales dificultan que el individuo desarrolle y mantenga relaciones personales significativas y satisfactorias. Aunque los déficits de habilidades sociales son una característica central del TEA, pocos niños pequeños reciben una programación adecuada de habilidades sociales (Hume, Bellini y Pratt, 2005). Esta es una realidad preocupante, especialmente considerando que la presencia de un deterioro social puede conducir al desarrollo de resultados más perjudiciales, como bajo rendimiento académico, fracaso social y rechazo de los pares, ansiedad, depresión y otros resultados negativos (Bellini, 2006; Tantam, 2000; Welsh, Park, Widaman y O'Neil, 2001). Y la falta de programación de habilidades sociales es particularmente preocupante dado que muchas dificultades de habilidades sociales pueden mejorarse mediante una enseñanza eficaz de habilidades sociales.

La noción arraigada desde hace mucho tiempo de que los niños con trastornos del espectro autista carecen de interés en las interacciones sociales suele ser inexacta. Muchos niños con TEA realmente desean participar socialmente; sin embargo, estos niños generalmente carecen de las habilidades necesarias para interactuar de manera efectiva. Un joven con el que trabajé ilustra bastante bien este punto. Antes de mi visita, el personal de la escuela me informó de sus conductas inapropiadas y su aparente "falta de interés" en interactuar con otros.

Después de pasar la mañana en un salón de clases autónomo, a Zach se le dio la oportunidad de almorzar con la población escolar en general (un momento y lugar que producía muchos de los comportamientos problemáticos). Mientras almorzaba, un grupo de niños a su derecha comenzó una discusión sobre las ranas. Tan pronto como

Comenzó la conversación, inmediatamente se dio cuenta. Yo también. Mientras escuchaba a los otros niños, comenzó a quitarse los zapatos, seguido de los calcetines. Recuerdo haber pensado: "Oh, chico, aquí ¡nosotros vamos!" Tan pronto como el segundo calcetín cayó al suelo, Zach dejó caer los pies sobre la mesa, miró al grupo de niños y proclamó: "¡Miren, pies palmeados!". Los otros niños (incluyéndome a mí) nos miraron asombrados. En este caso, Zach estaba demostrando un deseo de ingresar y ser parte de una situación social, pero obviamente carecía de las habilidades necesarias para hacerlo de manera adecuada y efectiva.



Esta falta de "saber hacer" también podría provocar sentimientos de ansiedad social en algunos niños. Muchos padres y profesores informan que las situaciones sociales suelen provocar una gran ansiedad en sus hijos. Los niños con TEA suelen describir una ansiedad que se asemeja a la que muchos de nosotros sentimos cuando nos vemos obligados a hablar en público (aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, temblores notorios, dificultades para concentrarse, etc.). Hablar no sólo es estresante, sino que sólo pensarlo es suficiente para producir mariposas que roen el estómago. ¡Imagínese vivir una vida en la que cada interacción social que experimente le provoque tanta ansiedad como tener que pronunciar un discurso frente a un grupo grande! El mecanismo de afrontamiento típico para la mayoría de nosotros es reducir el estrés y la ansiedad evitando la situación estresante. Para los niños con TEA, esto a menudo resulta en la evitación de situaciones sociales y, posteriormente, el desarrollo de déficits de habilidades sociales. Cuando un niño evita continuamente los encuentros sociales, se niega a sí mismo la oportunidad de adquirir habilidades de interacción social. En algunos niños, estas habilidades sociales

Los déficits conducen a interacciones negativas con los pares, rechazo de los pares, aislamiento, ansiedad, depresión, abuso de sustancias e incluso ideas suicidas. Para otros, crea un patrón de absorción en actividades y pasatiempos solitarios; un patrón que a menudo es difícil de cambiar.

Continúa en la página 3.

HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

Un modelo de cinco pasos

1. Evaluar el funcionamiento social
2. Distinguir entre adquisición de habilidades y déficit de desempeño
3. Seleccionar estrategias de intervención
4. Implementar la intervención
5. Evaluar y monitorear el progreso



La siguiente sección resumirá mi modelo de cinco pasos para la enseñanza de habilidades sociales (Bellini, 2006). Antes de implementar la instrucción de habilidades sociales, es importante comenzar con una evaluación exhaustiva del nivel actual de funcionamiento de las habilidades sociales del individuo. Una vez completada la evaluación, el siguiente paso es discernir entre déficits de adquisición de habilidades y déficits de desempeño. A partir de esta información se realiza la selección de las estrategias de intervención. Una vez que se implementan las estrategias de intervención, es imperativo evaluar y modificar la intervención según sea necesario. Aunque utilizo el término "Pasos", es importante señalar que el modelo no es perfectamente lineal. Es decir, en aplicaciones de la vida real la instrucción de habilidades sociales no seguirá un enfoque de pasos fijos desde el paso uno al cinco. Por ejemplo, no es raro que identifique déficits adicionales de habilidades sociales (paso uno) mientras estoy en medio del proceso de implementación (paso cuatro). Además, evalúo y modifico continuamente la intervención a medida que se acumula información y datos adicionales.

Evaluar el funcionamiento social

El primer paso en cualquier programa de entrenamiento de habilidades sociales debe consistir en realizar una evaluación exhaustiva del nivel actual de funcionamiento social del niño. El propósito de la evaluación es responder una pregunta muy básica, aunque complicada: ¿Qué impide al niño establecer y mantener relaciones sociales? Para la mayoría de los niños, la respuesta toma la forma de déficits específicos de habilidades sociales. Para otros, la respuesta toma la forma de pares crueles y rechazadores. Y para otros niños, la respuesta es ambas.

La evaluación debe detallar tanto las fortalezas como las debilidades del individuo en relación con el funcionamiento social. La evaluación debe incluir una combinación de observación (tanto naturalista como estructurada), entrevista (p. ej., padres, maestros, supervisores del patio de juegos, el niño) y medidas estandarizadas (p. ej., listas de verificación de comportamiento, medidas de habilidades sociales). He desarrollado el Perfil de Habilidades Sociales del Autismo (ASSP) para ayudar a identificar los déficits típicos de habilidades sociales en niños con TEA y para medir el progreso que el niño está logrando en el programa. Kathleen Quill (2000) también proporciona una excelente lista de verificación de habilidades sociales para padres y profesionales en su libro *Do-Watch-Listen-Say*. Es importante que el equipo del niño determine el nivel actual de funcionamiento e intervenga eficazmente en el área de necesidad del niño. Por ejemplo, si la evaluación revela que el niño es incapaz de mantener interacciones individuales simples con otros, entonces la intervención debe comenzar en este nivel y no en un nivel de interacción grupal más avanzado. O, si la evaluación revela que el niño no sabe jugar simbólicamente o incluso funcionalmente con elementos de juego, entonces la intervención probablemente comenzará enseñándole habilidades de juego antes de enseñar habilidades de interacción específicas. Una vez completada una evaluación exhaustiva del funcionamiento social, el equipo debe determinar si los déficits de habilidades identificados son el resultado de déficits de adquisición de habilidades o de desempeño.

[Nota del autor: una descripción detallada de la evaluación de habilidades sociales está más allá del alcance de este artículo. Puede encontrar más información sobre este tema, incluida una copia del ASSP, en el libro del autor, *Construyendo Relaciones Sociales*.]

Continúa en la página 4.

HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

Distinguir entre adquisición de habilidades y déficit de desempeño

Después de una evaluación exhaustiva del funcionamiento social del niño y después de identificar las habilidades que le enseñaremos, es imperativo determinar si los déficits de habilidades son el resultado de déficits en la adquisición de habilidades o de déficits de desempeño (Elliott y Gresham, 1991). En pocas palabras, el éxito de su programa de habilidades sociales depende de su capacidad para distinguir entre déficits de adquisición de habilidades y déficits de desempeño.

Un déficit de adquisición de habilidades se refiere a la ausencia de una habilidad o comportamiento particular. Por ejemplo, es posible que un niño pequeño con TEA no sepa cómo participar eficazmente en actividades con sus compañeros; por lo tanto, a menudo no participará. Si queremos que este niño participe en actividades con sus compañeros, debemos enseñarle las habilidades necesarias para hacerlo.

Un déficit de desempeño se refiere a una habilidad o comportamiento que está presente, pero no demostrado o realizado. Para usar el mismo ejemplo, un niño puede tener la habilidad (o habilidad) para participar en una actividad, pero por alguna razón no lo hace. En este caso, si queremos que el niño participe no necesitaríamos enseñarle a hacerlo (dado que ya tiene la habilidad). En cambio, necesitaríamos abordar el factor que impide el desempeño de la habilidad, como la falta de motivación, la ansiedad o las sensibilidades sensoriales.



Una buena regla general para discernir entre un déficit en la adquisición de habilidades y un déficit en el desempeño es hacer la pregunta: "¿Puede el niño realizar la tarea con varias personas y en múltiples entornos?" Por ejemplo, si el niño sólo inicia interacciones con su madre en casa y no con sus compañeros en la escuela, entonces se debe abordar la dificultad de iniciación como un déficit en la adquisición de habilidades. Escucho mucho la afirmación del personal de la escuela: "El niño interactúa bien conmigo, así que debe ser un déficit de rendimiento, ¿verdad?" No exactamente. En mi experiencia, los niños con TEA tienden a interactuar mejor y más fácilmente con los adultos, porque los adultos normalmente se lo ponen fácil; los adultos hacen la mayor parte del "trabajo" conversacional para el niño. Para usar una analogía con el béisbol, sólo porque Tommy pueda hacer los lanzamientos suaves y por debajo de papá en casa, no significa que haya dominado la habilidad lo suficientemente bien como para batear los lanzamientos de sus compañeros en el campo de juego. A veces, las interacciones de adultos con niños con TEA son similares a lanzarle a un niño un lanzamiento suave y discreto. Aunque son positivas y bien intencionadas, no preparan adecuadamente al niño para interacciones más difíciles entre pares.

Con demasiada frecuencia, los déficits de habilidades sociales y los comportamientos inapropiados se conceptualizan incorrectamente como déficits de desempeño. Es decir, tendemos a asumir que cuando un niño no realiza una conducta es consecuencia de una negativa o falta de motivación. En otras palabras, asumimos que el niño que no inicia interacciones con sus compañeros tiene la capacidad de iniciarlas, pero no quiere iniciarlas (déficit de desempeño). En muchos casos, ésta es una suposición errónea. En mi experiencia, la gran mayoría de los déficits de habilidades sociales en niños pequeños con TEA se pueden atribuir a déficits en la adquisición de habilidades. Es decir, los niños con TEA no se desempeñan socialmente porque carecen de las habilidades necesarias para desempeñarse socialmente, no porque no quieran ser sociables o se nieguen a serlo. Si queremos que los niños pequeños tengan éxito social, ¡tenemos que ENSEÑARLES las habilidades para tener éxito! Por lo tanto, es esencial centrarse en el desarrollo de habilidades al implementar la instrucción de habilidades sociales.

El beneficio de utilizar un modelo de adquisición de habilidades/déficit de desempeño es que guía la selección de estrategias de intervención. La mayoría de las estrategias de intervención son más adecuadas para la adquisición de habilidades o para los déficits de desempeño. La intervención seleccionada debe coincidir con el tipo de déficit presente. Es decir, no se desearía realizar una intervención diseñada para un déficit de desempeño, si el niño estuviera experimentando principalmente un déficit en la adquisición de habilidades. Por ejemplo, en el ejemplo anterior, si Tommy no domina la habilidad de batear (déficit de adquisición de habilidades), todos los refuerzos del mundo (¡incluida la pizza!) no ayudarán a Tommy a golpear la pelota durante el juego. Si queremos que sea un bateador experto, debemos brindarle a Tommy instrucciones adicionales sobre la mecánica de golpear una pelota de béisbol. Lo mismo ocurre con las habilidades sociales. Si queremos que un niño tenga fluidez social, entonces debemos brindarle una instrucción eficaz en habilidades sociales. Por el contrario, si Tommy tiene suficientes habilidades de bateo, pero carece de la motivación para "hacer lo mejor que pueda", entonces la recompensa de queso y pepperoni puede ser todo lo que necesita para sobresalir en el campo de juego.

Continúa en la página 5.

HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

Una vez que se completa una evaluación exhaustiva de las habilidades sociales y el equipo puede atribuir las dificultades sociales a la adquisición de habilidades o a déficits de desempeño, la instrucción de habilidades sociales está lista para comenzar. Existe una variedad de estrategias que se pueden aplicar a niños pequeños con TEA. Lo más importante es que las estrategias que se ofrecen sean apropiadas para las necesidades únicas del niño y que se pueda proporcionar una justificación lógica para utilizar la intervención. Las siguientes estrategias proporcionan una muestra de técnicas que se pueden implementar para enseñar habilidades de interacción social exitosas a niños y adolescentes con TEA. Además de las intervenciones mediadas por pares (PMI), las estrategias que se enumeran a continuación están diseñadas para abordar los déficits de adquisición de habilidades. Sin embargo, algunas de las estrategias (en particular, el automodelado en vídeo y las historias sociales) funcionan igualmente bien para abordar los déficits de desempeño. Además, es imprescindible que el niño sea reforzado continuamente por su esfuerzo y participación en el programa.

Selección de estrategias de intervención Alojamiento y asimilación

Al seleccionar estrategias de intervención, es importante considerar la noción de acomodación versus asimilación.

La acomodación, en lo que se refiere a la instrucción de habilidades sociales, se refiere al acto de modificar el entorno físico o social del niño para promover interacciones sociales positivas. Ejemplos de esto incluyen: capacitar a compañeros mentores para que interactúen con el niño durante la jornada escolar, capacitación sobre concientización sobre el autismo para compañeros de clase y

inscribir a su hijo en diversas actividades grupales, como ligas menores o Boy o Girl Scouts. Mientras que la acomodación aborda los cambios en el entorno, la asimilación se centra en los cambios en el niño. La asimilación se refiere a la instrucción que facilita el desarrollo de habilidades que le permiten al niño tener más éxito en las interacciones sociales. La clave para un programa exitoso de entrenamiento en habilidades sociales es abordar tanto la acomodación como la asimilación. Centrarse en uno y no en el otro prepara al niño para el fracaso. Por ejemplo, una familia con la que trabajé hizo un trabajo maravilloso al estructurar grupos de juego para su hijo y mantenerlo activo en actividades sociales. Sin embargo, se sentían cada vez más frustrados por el hecho de que su hijo no hacía amigos y seguía teniendo interacciones negativas con sus compañeros. El problema era que estaban poniendo el carro delante del caballo. Le brindaron a su hijo amplias oportunidades para interactuar con otros, pero no le brindaron las habilidades necesarias para tener éxito en esas interacciones. De manera similar, proporcionar instrucción de habilidades (asimilación) sin modificar el entorno para que el niño con autismo acepte mejor al niño también lo prepara para el fracaso. Esto sucede en el momento en que un niño ansioso con autismo prueba una habilidad recién aprendida en un grupo de compañeros que no la aceptan. La clave es enseñar habilidades y modificar el entorno. Esto asegura que la nueva habilidad sea recibida por sus compañeros con comprensión y aceptación.



Estrategias de habilidades sociales

Como se indicó anteriormente, a menudo es necesario enseñar explícitamente las habilidades sociales a los niños y adolescentes con TEA. Las estrategias tradicionales de habilidades sociales (como los juegos de mesa sobre amistades y el comportamiento apropiado en el aula) tienden a ser demasiado sutiles para muchos niños con TEA. Por ejemplo, una consejera escolar estaba frustrada por el progreso que estaba logrando con un estudiante con autismo. Dijo que el programa estaba mostrando resultados positivos con "otros niños del grupo", pero el estudiante con autismo no parecía "entenderlo". De hecho, ¡no lo estaba entendiendo! La razón era bastante evidente. El consejero escolar intentaba enseñar a los estudiantes sobre el concepto de "amistad". Esto es aceptable para algunos niños, pero para los niños con TEA tiende a ser una forma de instrucción demasiado sutil. Es decir, en lugar de pasar incontables horas enseñándole al niño acerca de la "amistad", la instrucción debería haberse centrado en habilidades que el niño podría utilizar para hacer y conservar amigos. ¡La experiencia me dice que el concepto de amistad es mucho más fácil de entender una vez que tienes uno o dos amigos!

Continúa en la página 6.

HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

Hay una serie de preguntas importantes a considerar al seleccionar estrategias de habilidades sociales. Por ejemplo, ¿la estrategia se dirige a las deficiencias de habilidades identificadas en la evaluación social? ¿La estrategia mejora el desempeño? ¿La estrategia promueve la adquisición de habilidades? ¿Existen investigaciones que respalden su uso? Si no, ¿cuál es su plan para evaluar su eficacia con su hijo? ¿Es apropiado para el desarrollo de su hijo? La siguiente es una lista de estrategias de habilidades sociales que han demostrado eficacia en la enseñanza de habilidades de interacción social a niños con TEA.

La siguiente sección resume varias estrategias de intervención social que han sido diseñadas para promover habilidades de interacción social en niños pequeños con TEA, incluida la instrucción mediada por pares, actividades de pensamiento y sentimiento, historias sociales, juegos de roles y modelos de video.

Intervenciones mediadas por pares

El uso de pares mentores es un ejemplo de una estrategia eficaz para niños pequeños con TEA. Las intervenciones mediadas por pares (PMI) se han utilizado con frecuencia para promover interacciones sociales positivas entre pares en edad preescolar (Strain y Odom, 1986; Odom, McConnell y McEvoy 1992). La instrucción mediada por pares nos permite estructurar el entorno físico y social de una manera que promueva interacciones sociales exitosas. En este enfoque, los pares son capacitados sistemáticamente para realizar iniciaciones sociales o responder.

oportuna y apropiadamente a las iniciaciones de los niños con TEA durante el transcurso de su jornada escolar. Los pares mentores deben ser compañeros de clase del niño con TEA, tener habilidades sociales y de juego apropiadas para su edad, tener un historial de asistencia regular y tener un historial positivo (o al menos neutral) de interacciones con el niño con TEA. Los pares mentores también deben ser conscientes de los comportamientos asociados con el autismo de una manera que sea respetuosa y apropiada para el desarrollo del grupo de edad. El uso de pares mentores permite que el maestro y otros adultos actúen como facilitadores, en lugar de participar como compañeros de juego activos. Es decir, en lugar de ser una tercera rueda en la interacción niño-niño, el maestro insta a los compañeros a iniciar y responder apropiadamente al niño con TEA y luego apartarse del camino. El uso de mentores pares también facilita la generalización de habilidades al garantizar que las habilidades recién adquiridas se realicen y practiquen con pares en el entorno natural.



Para obtener más información sobre las intervenciones mediadas por pares, consulte *Proyecto de interacción social de Vanderbilt/Minnesota tiempo de juego/tiempo social: organización de su aula para desarrollar habilidades de interacción.* (Odom y McConnell, 1993).

Actividades de pensamientos y sentimientos

Reconocer y comprender los sentimientos y pensamientos propios y de los demás es a menudo un área de debilidad para los niños con TEA y es esencial para las interacciones sociales exitosas. Por ejemplo, modificamos continuamente nuestro comportamiento en función de la retroalimentación no verbal que recibimos de otras personas. Podemos elaborar una historia si la otra persona sonríe, mira atentamente o muestra otros signos de interés genuino. Por otro lado, si la otra persona mira repetidamente su reloj, suspira o parece desinteresada, quizás podamos acortar la historia (¡dije quizás!). Los niños con TEA suelen tener dificultades para reconocer y comprender estas señales no verbales. Debido a esto, son menos capaces de modificar su comportamiento para satisfacer las necesidades emocionales y cognitivas de otras personas.

Continúa en la página 7.

HACER (Y MANTENER) AMIGOS CONTINUACIÓN....

La actividad de pensamiento y sentimiento más básica consiste en mostrarle al niño imágenes de personas que exhiben diversas emociones. Las imágenes pueden variar desde mostrar emociones básicas como felicidad, tristeza, enojo o miedo, hasta emociones más complicadas como vergüenza, nerviosismo o incredulidad. Comience pidiéndole al niño que señale una emoción (es decir, "señale felicidad"), luego pídale que identifique lo que siente el personaje (es decir, "cómo se siente").

Muchos de los niños pequeños con los que trabajo parecen adquirir la capacidad de identificar emociones con bastante facilidad. Cuando lo hagan, es hora de pasar a estrategias de instrucción más avanzadas, como enseñarles a comprender el significado o el "por qué" detrás de las emociones. Esto requiere que el niño haga inferencias basadas en el contexto y las señales proporcionadas en la imagen. Es decir, basándose en la información de la imagen, pregunte "¿por qué está triste el niño?" Las imágenes deben representar personajes que participan en diversas situaciones sociales y que exhiben diversas expresiones faciales u otras expresiones no verbales de emoción. Puede recortar imágenes de revistas o descargarlas e imprimirlas desde Internet. También puedes utilizar ilustraciones de libros infantiles, que suelen ser ricas en contenido emocional y señales contextuales.

Una vez que domine las imágenes, pase a programas de televisión o secuencias de vídeo de situaciones sociales. Muchos de los programas que se transmiten por Sprout o Noggin son excelentes recursos para este procedimiento porque retratan personajes en situaciones sociales y muestran expresiones emocionales claras. Puede utilizar el mismo procedimiento que para las imágenes, sólo que esta vez el niño hace inferencias basadas en señales sociales dinámicas. Simplemente pídale al niño que identifique qué sienten los personajes del video y por qué se sienten así. Cuando el escenario avanza demasiado rápido para el niño, presione pausa y haga la pregunta en un cuadro quieto. (Asegúrese de que su máquina tenga una imagen clara cuando esté en pausa).

El libro de Patricia Howlin. *Enseñar a los niños con autismo a leer la mente* ofrece información y recursos útiles en esta área de instrucción. Además, hay una serie de programas de software en el mercado que abordan tanto las emociones como las habilidades para tomar perspectiva (ver *Lectura de la mente: una guía interactiva sobre las emociones* por Simon Baron-Cohen).

**5 EASY
STEPS TO
MAKE
NEW
FRIENDS**



Historias sociales

Una historia social es una estrategia utilizada con frecuencia para enseñar habilidades sociales a niños con discapacidades. Una historia social es un enfoque no coercitivo que presenta conceptos y reglas sociales a los niños en forma de una historia breve. Esta estrategia podría usarse para enseñar una serie de conceptos sociales y de comportamiento, como hacer transiciones, jugar e ir de excursión. Carol Gray (1995; 2000) describe una serie de componentes que son esenciales para una historia social exitosa, entre ellos: la historia debe escribirse en respuesta a la necesidad personal del niño; la historia debe ser algo que el niño quiera leer por sí solo (dependiendo de su nivel de habilidad); la historia debe ser acorde con la capacidad y el nivel de comprensión; y la historia debería utilizar términos menos directivos como "puede" o "podría", en lugar de "voluntad" o "debe". Este último componente es especialmente importante para los niños que tienden a ser opositores o desafiantes (es decir, el niño que no decide qué hacer hasta que usted le dice que haga algo... ¡luego hace lo contrario!). La Historia Social se puede combinar con imágenes y colocar en una computadora para aprovechar la propensión del niño hacia la instrucción visual y el interés por las computadoras. He descubierto que los niños con TEA aprenden mejor cuando las historias sociales se utilizan junto con juegos de roles y se utilizan como base social. Es decir, después de leer una historia social, el niño practica la habilidad introducida en la historia. Por ejemplo, inmediatamente después de leer una historia sobre cómo participar en una actividad con sus compañeros, el niño practicaba la habilidad. Luego, después de leer la historia y practicar la habilidad, el niño estaría expuesto a una situación social en la que tendría la oportunidad de realizar la habilidad. Para obtener orientación más completa sobre la creación de una historia social, consulte Gray, 1995.

Este artículo continúa con juego de roles/ensayo conductual, modelado en video/automodelado en video, implementación de la intervención, evaluación y modificación de la intervención, ejemplos de casos y referencias.

<https://www.yo.idc.indiana.edu/irca/articles/hacer-y-mantener-amigos.html>

ENTENDIENDO EL ENMASCARAMIENTO DEL AUTISMO Y SUS CONSECUENCIAS

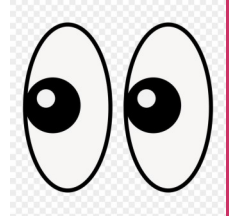
Publicado en: 29 de agosto de 2023

Por Ralph Moller

¿CÓMO SE VE EL ENMASCARAMIENTO DEL AUTISMO?

[Enmascaramiento del autismo](#) Es un proceso en el que los individuos con autismo modifican su comportamiento para parecer más aceptables socialmente o "normales". Esto puede adoptar muchas formas diferentes, entre ellas:

- Evitar el contacto visual
- Imitar el comportamiento de los demás.
- Suprimir las conductas estimulantes (movimientos repetitivos como aletear o mecerse las manos)
- Usar guiones o frases ensayadas para comunicarse.
- Enmascarar sensibilidades sensoriales tolerando ambientes o situaciones incómodas.
- Ocultar intereses o pasatiempos especiales que pueden considerarse inusuales o demasiado centrados.



Si bien el uso de mascarillas puede ser un mecanismo de afrontamiento útil para algunas personas con autismo, también puede resultar agotador y provocar sentimientos de aislamiento. Es importante reconocer que el hecho de que alguien parezca "normal" en situaciones sociales no significa que no esté experimentando desafíos importantes relacionados con su autismo.

¿Por qué las personas con autismo usan mascarillas?

Hay muchos [Razones por las que las personas con autismo pueden usar mascarilla](#), sus síntomas. Por ejemplo:

- **Evite la atención negativa o el acoso de los demás.:** Es posible que hayan experimentado burlas o acoso en el pasado y hayan aprendido a enmascarar su comportamiento como una forma de protegerse.
- **Manera de encajar con sus compañeros o hacer amigos.:** Pueden sentir que si se comportan de cierta manera, serán más aceptados por los demás y les resultará más fácil entablar relaciones.
- **Sentirse presionado a ajustarse a las normas sociales:** Es posible que sientan que se esperan ciertos comportamientos o formas de interactuar con los demás y es posible que intenten imitar esos comportamientos para evitar destacarse.
- **Miedo de ser excluido de eventos o actividades sociales.:** Pueden sentir que si otros conocen su autismo, será menos probable que los inviten a participar en eventos o salidas sociales. *Continúa en la página 9.*

Consecuencias negativas del enmascaramiento

- **Esfuerzo y agotamiento:**El uso de mascarillas requiere mucho esfuerzo y puede resultar agotador, tanto física como emocionalmente. Las personas con autismo pueden gastar una cantidad significativa de energía mental tratando de parecer "normales" en situaciones sociales, lo que puede hacer que se sientan agotados y fatigados.
- **Aislamiento y soledad:**El uso de mascarillas puede provocar sentimientos de aislamiento y soledad. Cuando las personas con autismo sienten que no pueden ser ellos mismos con los demás, pueden tener dificultades para formar conexiones y relaciones genuinas. Esto puede provocar sentimientos de soledad o depresión con el tiempo.
- **Retraso en el diagnóstico o diagnóstico erróneo:**Además, el enmascaramiento puede provocar un retraso en el diagnóstico o un diagnóstico erróneo. Cuando las personas con autismo enmascaran sus síntomas, puede resultar difícil para los médicos diagnosticar con precisión el trastorno. Esto puede retrasar intervenciones y apoyo importantes que pueden ayudar a las personas con autismo a prosperar.



CÓMO IDENTIFICAR SI ALGUIEN ESTÁ ENMASCARANDO SUS SÍNTOMAS DE AUTISMO

Identificar si alguien está enmascarando sus síntomas de autismo puede ser un desafío, ya que las personas con autismo pueden tener diferentes formas de afrontar y ocultar sus síntomas. Sin embargo, hay algunas señales que pueden indicar que alguien está [enmascarando su autismo](#) , incluido:

- **Comportamiento inconsistente:**Si el comportamiento de alguien parece inconsistente o diferente en diferentes situaciones sociales, es posible que esté enmascarando sus síntomas de autismo.
- **Evitación de ciertos temas o comportamientos:**Las personas con autismo pueden evitar ciertos temas o comportamientos que podrían revelar su verdadero yo.
- **Parecer demasiado ensayado:**Si alguien parece estar usando guiones o frases ensayadas en situaciones sociales, esto podría ser una señal de enmascaramiento.
- **Falta de contacto visual:**Si bien evitar el contacto visual también puede ser un síntoma de autismo, también puede ser una forma para que las personas oculten sus verdaderas emociones y reacciones.

Es importante recordar que no todas las personas que evitan el contacto visual o parecen ensayadas necesariamente enmascaran sus síntomas. Sin embargo, si sospecha que alguien que conoce puede estar enmascarando sus síntomas de autismo, es importante abordar la situación con empatía y comprensión. Al brindarles apoyo y aceptación de quiénes son, puede ayudarlos a sentirse más cómodos siendo ellos mismos con los demás.

Continúa en la página 10.

EL IMPACTO DEL ENMASCARAMIENTO EN LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR

El uso de mascarillas puede tener un impacto significativo en la salud mental y el bienestar de las personas con autismo. Como se mencionó anteriormente, el uso de mascarillas requiere mucho esfuerzo y puede resultar agotador, lo que puede provocar sensación de agotamiento y fatiga. Este agotamiento por el uso de mascarillas también puede dificultar que las personas con autismo realicen otras actividades que disfruten o encuentren significativas.

Además, el uso de mascarillas puede provocar un aumento de la ansiedad y el estrés. Las personas con autismo pueden sentir presión para monitorear constantemente su comportamiento y asegurarse de que parezcan "normales" en situaciones sociales. Este seguimiento constante puede provocar sentimientos de duda e inseguridad, así como ansiedad por ser "descubierto". También pueden sentir que están viviendo una doble vida. Este sentimiento de falta de autenticidad puede provocar baja autoestima y depresión.

ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR SITUACIONES SOCIALES SIN ENMASCARAMIENTO

Si bien el uso de mascarillas puede ser un mecanismo de afrontamiento útil para algunas personas con autismo, no siempre es la mejor solución. Para quienes consideran que el enmascaramiento es agotador o aislante, existen estrategias alternativas que pueden ayudarlos a navegar situaciones sociales sin ocultar su verdadero yo. Aquí hay algunas estrategias que pueden ser útiles:

1. Practique la autodefensa

Una de las cosas más importantes que pueden hacer las personas con autismo es aprender a defenderse a sí mismos en situaciones sociales. Esto significa ser claro y sincero acerca de sus necesidades y preferencias, incluso si difieren de las de quienes los rodean. Por ejemplo, si alguien con autismo tiene sensibilidad sensorial a los ruidos fuertes o las luces brillantes, podría pedirle cortésmente que se traslade a un área más tranquila o con una iluminación más tenue.



2. Encuentra redes sociales de apoyo

Tener un grupo de apoyo de amigos o familiares que comprendan y acepten a alguien con autismo puede marcar la diferencia a la hora de afrontar situaciones sociales. Estas personas pueden brindar apoyo emocional y aliento, así como también ayudar a crear ambientes seguros y cómodos donde alguien con autismo se sienta aceptado y comprendido.

3. Desarrollar habilidades de comunicación.

Las habilidades de comunicación son clave cuando se trata de afrontar situaciones sociales sin enmascarar comportamientos. Las personas con autismo pueden beneficiarse del desarrollo de habilidades de comunicación, como escuchar activamente, hacer preguntas y expresar emociones de manera saludable.

4. Practique técnicas para reducir el estrés.

Las situaciones sociales pueden ser estresantes para cualquier persona, pero especialmente para las personas con autismo que pueden tener problemas con la sobrecarga sensorial o la ansiedad relacionada con las interacciones sociales. Practicar técnicas para reducir el estrés, como ejercicios de respiración profunda, meditación de atención plena o yoga, puede ayudar a aliviar el estrés y mejorar el bienestar general.

Continúa en la página 11.

5. Abraza la individualidad

Finalmente, es importante que las personas con autismo acepten su individualidad en lugar de sentir que necesitan ajustarse a las expectativas sociales para poder encajar. Al aceptar sus intereses, fortalezas y peculiaridades únicas, las personas con autismo pueden sentirse más seguras y cómodas en situaciones sociales. En lugar de enmascarar su verdadero yo, pueden celebrarlo.

Al utilizar estas estrategias, las personas con autismo pueden navegar situaciones sociales de una manera que les parezca auténtica y fiel a sí mismos. Si bien puede llevar tiempo y práctica desarrollar estas habilidades, los beneficios de poder participar en interacciones sociales sin máscaras bien valen el esfuerzo.

¿CÓMO PODEMOS APOYAR A LAS PERSONAS CON AUTISMO QUE SE ENMASCARAN?

Es crucial apoyar a las personas con autismo para que sean auténticas y las acepten tal como son, en lugar de esperar que se ajusten a las expectativas de la sociedad.

Una de las cosas más importantes que podemos hacer para apoyar a las personas con autismo que utilizan mascarillas es crear entornos inclusivos que celebren la neurodiversidad. Al promover la aceptación y la comprensión del autismo, podemos ayudar a reducir la presión que sienten las personas con autismo para enmascarar sus síntomas. Además, podemos trabajar para educar tanto a los médicos como al público en general sobre los signos del autismo, de modo que las personas que usan enmascaramiento puedan recibir un diagnóstico oportuno y preciso.

Si usted o un ser querido enmascara sus síntomas, es importante saber que hay ayuda disponible. Hay muchos recursos y redes de apoyo que pueden brindar asistencia y orientación a personas con autismo y sus familias.

Esta es una versión editada de un artículo de Ralph Moller, publicado en agosto de 2023.

Para el artículo completo: <https://>

www.abtaba.com/blog/autism-masking



COMUNICACIÓN SOCIAL Y LENGUAJE

Características de la comunicación social y el lenguaje asociadas con el alto funcionamiento verbal de niños y adultos con TEA

Por: Beverly Vicker, MS, CCC-SLP

Las personas con trastornos del espectro autista (TEA) que hablan con fluidez no están libres de problemas de lenguaje y comunicación. El propósito de este artículo es ayudar a otros a reconocer y comprender los problemas sutiles y no tan sutiles que ocurren. La presencia o intensidad de las siguientes características de comunicación social y lenguaje de personas de alto funcionamiento con trastornos del espectro autista pueden variar según la edad y el individuo. Algunas de estas características se encuentran en otras personas que no tienen un trastorno del espectro autista, por ejemplo, en personas con discapacidades del lenguaje o del aprendizaje. A medida que aumenta la edad y la competencia comunicativa, la mayoría de estas características disminuyen o desaparecen en quienes no padecen un trastorno del espectro autista. Es la frecuencia y persistencia de algunas de estas características desde la niñez hasta la edad adulta lo que ejemplifica el síndrome del autismo.



CARACTERÍSTICAS DEL IDIOMA

Aunque la capacidad de intercambiar mensajes significativos es el corazón de la comunicación, es importante observar las características del lenguaje utilizado para transmitir los mensajes. Las personas con trastorno del espectro autista pueden:

- Parecen tener un buen vocabulario y un dominio sofisticado del sistema lingüístico basado en sus expresiones verbales.
- En algunos casos, el lenguaje sofisticado puede reflejar la repetición de fragmentos de diálogo escuchados en la televisión o en la conversación de otros. Esta ecolalia mitigada puede usarse o no en contextos apropiados.
- Para la mayoría de las personas, la profundidad del significado de palabras específicas utilizadas puede ser restringida y/o el volumen del vocabulario puede no ser tan amplio como las expresiones pueden sugerir. Por supuesto, algunas personas pueden tener un excelente repertorio verbal.
- Parece tener dificultades con el lenguaje figurado, como modismos, metáforas, símiles e ironía.
- Parece tener dificultad para reconocer en situaciones contextuales (conversacionales) o textuales (impresas) que ciertas palabras del vocabulario pueden tener significados alternativos.
- Parece responder a sugerencias, instrucciones o información de una manera muy literal.
- Parece tener cierta dificultad para captar la idea principal, sacar conclusiones y hacer otras inferencias a partir de conversaciones, textos, programas de televisión y películas.
- Parecen tener dificultades para comprender el humor en programas de televisión, películas, dibujos animados (animados y estáticos) e interacciones cotidianas.
- Parece tener dificultades con las preguntas WH como quién, qué, dónde, cuándo, por qué, cómo y otras.
- Parece comprender la estructura básica de las oraciones, pero puede tener más dificultades con oraciones más complejas que contienen cláusulas integradas y subordinadas.
- Puede prestar atención principalmente a las palabras clave más que al mensaje transmitido por la gramática; También puede tener dificultades para comprender la gramática y, por tanto, recurrir a la estrategia de palabras clave.
- Experimentará dificultades en la comprensión lectora si la comprensión del lenguaje oral es deficiente.
- Puede no conectar una idea con otra a partir de una conversación o un texto, por ejemplo, no conectar el contenido de una oración con la siguiente.

Continúa en la página 13.

COMUNICACIÓN SOCIAL Y LENGUAJE CONTINUACIÓN...

COMUNICACIÓN SOCIAL

La comunicación es un acto social y, a menos que uno esté realizando un monólogo consigo mismo, involucra al menos a otra persona. La comunicación dentro de una situación social puede ser más desafiante que simplemente comprender las palabras de los demás. Existen reglas no escritas que gobiernan las interacciones y estas pueden cambiar según las circunstancias y con quién se esté hablando. El individuo con un trastorno del espectro autista puede:

- Tiene dificultad para ver la perspectiva de otra persona; tendencia a interpretar desde el propio punto de vista. Esto afecta la interacción social y la comprensión de la perspectiva en las narrativas, ya sea en formato de texto, películas o televisión.
- Tiene dificultades para comprender que otras personas tienen pensamientos, ideas y motivaciones personales únicas.
- No brinde contacto visual o lo haga mínimo durante una interacción; El contacto visual puede distraer o proporcionar más información sensorial de la que puede ser útil o procesada por la persona con TEA.
- Hablar demasiado alto o demasiado rápido a menos que se le enseñe las necesidades de su interlocutor.
- Tiene dificultad para mantenerse en el tema; Puede distraerse con asociaciones inducidas por sus propias palabras o el diálogo de otros.
- Ofrezca monólogos, conferencias o lecciones sobre un tema favorito en lugar de permitir/participar en una relación recíproca con un interlocutor.
- Hable consigo mismo en voz alta en situaciones públicas y no se dé cuenta de que los demás pueden escuchar el contenido de su conversación interna y emitirán juicios sobre ellos basándose en lo que escuchó.
- Tiene dificultad para prestar atención a un mensaje auditivo si está estresado, agitado o muy estimulado.
- Hacer declaraciones que sean objetivamente ciertas pero socialmente inapropiadas debido a la falta de conciencia del impacto de sus declaraciones en los demás.
- No conocer estrategias para iniciar, finalizar o facilitar una conversación.
- Tienen dificultades para comprender la importancia del papel de otra persona y la necesidad de ajustar el tema, el vocabulario, la gramática y el tono de la conversación en consecuencia. Puede dirigirse a una figura de autoridad de la misma manera que lo haría un compañero o un personaje de televisión o vídeo.
- Tiene dificultades para saber que tiene la responsabilidad de brindarle al interlocutor información suficiente para comprender el mensaje. Además, puede tener dificultades para suponer qué información ya tiene su pareja y qué información nueva se necesita.
- No controla su propia comprensión de los mensajes entrantes y, por lo tanto, no busca aclaraciones cuando es necesario.
- Tratar de promover una autoimagen inflada o positiva mediante el uso de un lenguaje pseudosofisticado; A veces esta estrategia se utiliza para enmascarar el grado de problemas de comprensión subyacentes que la persona realmente experimenta durante situaciones de la vida diaria o dentro de las actividades escolares.
- Miente con la intención de que la gente lo deje en paz y no con la intención de engañarlo o manipularlo. En general, no es eficaz para engañar.
- Demostrar buen recuerdo de los nombres, hechos y/o información trivial de las personas; A menudo, la profundidad del conocimiento sobre un tema puede ser superficial.
- Utilizar, en ocasiones, viejos patrones de comportamiento o comunicación para una comunicación social verbal más apropiada. Esto podría incluir medios de comunicación no verbales como agresión, pasividad, ritmo, autoestimulación, comportamiento autoabusivo o ecolalia.



Continúa en la página 14.

COMUNICACIÓN SOCIAL Y LENGUAJE CONTINUACIÓN...

- Hable sobre temas inusuales, como los fans y The Weather Channel, porque el tema le resulta fascinante; la demostración de conocimientos puede tener lugar independientemente del interés del interlocutor en el tema.
- No sea selectivo en cuanto a la idoneidad del momento, el lugar y la persona con quien discutir ciertos temas.
- Sea perseverante o molesto en temas limitados. Puede hacer preguntas repetitivas.
- Desea la interacción social, pero tiene dificultades para saber cómo iniciar y mantener una amistad.
- Experimenta dificultad para reconocer las mentiras, engaños y travesuras de los demás.
- Pasar por alto señales no verbales de los demás y matices en situaciones sociales; Se le puede enseñar a reconocer algunos casos.
- Carecen de repertorio o tienen dificultades para seleccionar/aplicar estrategias de comunicación social adecuadas en situaciones cotidianas.
- Reconoce e identifica emociones básicas de los demás y de sí mismo (enojado, feliz, triste), pero tiene más dificultades para reconocer expresiones más sutiles de estos sentimientos o emociones.
- Tiene dificultad para reconocer, identificar y comprender otros estados de emoción expresados por otros y saber qué decir en esa situación.
- Tienen dificultades para hacer predicciones sobre las consecuencias de una situación y comprender la motivación de los demás; Generalmente será muy concreto y socialmente ingenuo.
- Tiene dificultad para realizar múltiples tareas, es decir, hablar o escuchar mientras hace otra cosa al mismo tiempo; Es posible que deba hacer una cosa a la vez.

OTRAS CARACTERÍSTICAS DEL RON AUTÍSMO ESPECTÁCULO ENFERMEDAD O MUERTE EN PUEDE PRESENTE

Otras características además de las dificultades del lenguaje también pueden ser evidentes durante las oportunidades de interacción e impactar el intercambio comunicativo de manera indirecta. A veces, las acciones o comentarios durante una interacción pueden proporcionar pistas sobre la necesidad de apoyo adicional en otras áreas de la vida de la persona con TEA. A veces, conocer otras características promueve más paciencia y comprensión en el interlocutor. El individuo con un trastorno del espectro autista puede:

- Parecen muy egocéntricos en términos de preocupación por los demás, sus sentimientos, sus necesidades y sus ideas.
- Prefieren que las experiencias o acontecimientos se interpreten en blanco y negro o en términos muy concretos; esta expectativa está en desacuerdo con la complejidad de la mayoría de las situaciones.
- Tiene dificultades para captar la gestalt o el panorama general de una situación en lugar de solo los detalles.
- Participar en actividades y/o rituales repetitivos.
- Puede persistir obsesivamente en reflexionar sobre acontecimientos o ideas pasados, presentes o futuros.
- Sea resistente en diversos grados a los cambios de rutina o de entorno.
- Tener habilidades específicas (p. ej., habilidades inusuales en música, matemáticas).
- Exhibe ansiedad clínica, diversos grados de depresión u otros trastornos del estado de ánimo.
- Expresar pensamientos de suicidio; Es posible que no tenga una comprensión clara de la finalidad de la muerte.
- Presentar trastorno clínico obsesivo-compulsivo.
- Exhibir incautaciones.
- Actúa como un perfeccionista, no le gusta cometer errores.

Continúa en la página 15.



COMUNICACIÓN SOCIAL Y LENGUAJE CONTINUACIÓN...

- Puede tener problemas sensoriales; estar bajo búsqueda sensible o sensorial; Puede sentirse abrumado por la sobrecarga sensorial.
- Experimentar encuentros con las fuerzas del orden y el sistema judicial como consecuencia de los desafíos sociales y la regulación emocional.
- Ser incómodo tanto física como socialmente.
- Tiene dificultades con la motricidad fina, especialmente con la escritura a mano.
- No se desempeña bien cuando está bajo presión o estrés.
- Tiene dificultad para utilizar estrategias de relajación para reducir el estrés.
- Tiene dificultades con las habilidades de las funciones ejecutivas: planificación, organización, flexibilidad, seguimiento, etc.
- Tener dificultades con la comprensión lectora pero ser capaz de decodificar y leer en voz alta con fluidez.
- Puede tener una excelente memoria para los detalles, pero no una memoria de trabajo, es decir, mantener ideas en mente mientras las manipula y resuelve problemas.
- Necesita algún grado de supervisión, apoyo y/o defensa para ser empleable o vivir de forma independiente en la comunidad.
- Sea muy ingenuo y vulnerable al abuso social/sexual.
- Se vuelve más aislado socialmente a medida que aumentan sus experiencias negativas en situaciones sociales.

Para obtener información sobre los problemas de lenguaje y comunicación social de niños y adultos con trastorno del espectro autista, considere leer algunas de sus biografías, autobiografías o novelas. Las posibilidades selectivas incluyen:

Barón, J. y Barrón, S. (1992). *Hay un chico aquí*. Nueva York, Nueva York: Simon y Schuster. Grandin, T. (1995). *Pensando en imágenes y otros relatos de mi vida con autismo*. Nueva York, Nueva York: Doubleday.

Haddon, M. (2003). *El curioso incidente del perro en plena noche*. Nueva York, Nueva York: Doubleday. Wiley, LH (1999). *Fingir ser normal: vivir con el síndrome de Asperger*. Londres: Jessica Kingsley Publishers.

<https://www.iidc.indiana.edu/irca/articles/social-communication-and-language-characteristics.html>



El boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD es una recopilación de recursos nacionales y regionales diseñados para apoyar a las familias y los equipos escolares. Se hace todo lo posible para proporcionar información precisa y completa en el boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD; sin embargo, LBL ESD no puede garantizar que no habrá errores. Por ejemplo, es posible que parte del contenido de los recursos seleccionados de todo el país no se aplique a Oregón. LBL ESD no asume ninguna responsabilidad legal por ninguna pérdida o daño directo, indirecto o de cualquier otro tipo por la exactitud, integridad o utilidad de cualquier información, producto o proceso divulgado en este documento, y no representa ese uso de dicha información. , producto o proceso no infringirá derechos de propiedad privada.

Cómo el autismo puede afectar las habilidades sociales

Las personas autistas pueden navegar por el mundo y las interacciones sociales de una manera diferente. Eso no significa que no tengan habilidades sociales. El trastorno del espectro autista (TEA) varía en la forma en que puede afectar a un individuo. Pero la forma en que las personas se comunican, mantienen y construyen relaciones son partes comunes de la interacción social que a menudo se ven afectadas.

[Según un estudio de 2010 Fuente confiable](#), se estima que entre el 60 % y el 65 % de nuestra comunicación se produce a través de comportamientos no verbales (la forma en que las personas tienden a comunicarse sin palabras).

Debido a que la comunicación y la interacción social pueden ser un área que resulta difícil para muchas personas neurodivergentes, a las personas autistas a menudo les resulta difícil mantenerse al día con conversaciones de ida y vuelta, participar en entornos grupales y construir relaciones.

Neurotípico y neurodivergente

En el mundo médico, "neurotípico" se refiere a alguien con capacidades intelectuales, cognitivas o de desarrollo "típicas".

Por otro lado, "neurodivergente" generalmente se refiere a habilidades o comportamientos cognitivos, intelectuales y de desarrollo "atípicos". Puede referirse a personas autistas, pero también podría usarse para otras afecciones, como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) o trastornos del aprendizaje.

Aun así, no existe una manera "correcta" o "incorrecta" de pensar, comportarse o aprender. Las personas experimentan e interactúan con su entorno de diferentes maneras. Entonces, ser "neurodivergente" no significa que haya algo "mal" en ti.

Diferencias en las interacciones sociales.

Sonny Jane, consultora y educadora de experiencias vividas, habla de conocimientos previos sobre [autismo](#) y su efecto sobre las habilidades sociales. Según Jane, alguna vez se pensó que las personas autistas carecían de habilidades sociales, pero señalan investigaciones que muestran que las habilidades sociales son simplemente diferentes.

"No es que ser autista afecte nuestras habilidades sociales. Es que ser autista significa que tenemos una forma diferente de socializar que debe ser comprendida y adaptada. A menudo, cosas que vemos como habilidades sociales son [neurotípico](#) expectativas o reglas como hacer contacto visual o entablar una pequeña charla", dicen.



Continúa en la página 17.

CÓMO PUEDE AFECTAR EL AUTISMO CONTINUACIÓN...

'Normas' y señales sociales

Una norma social generalmente se refiere a algo que la sociedad o la cultura consideran "normal". Se espera que todos comprendan y cumplan automáticamente estas reglas no escritas, y apartarse de la "norma" puede considerarse "anormal".

Las normas sociales están ligadas culturalmente: las personas de diferentes culturas pueden tener conjuntos de normas únicos. En algunos casos, lo que se considera una norma social en un país puede ir en contra de las normas sociales de otro país.

Un ejemplo de norma social en los Estados Unidos es que evitar el contacto visual a menudo se interpreta como evasivo, nervioso, extraño o "astuto". Como las personas autistas a menudo evitan el contacto visual, las personas neurotípicas pueden interpretar su comportamiento como algo que va en contra de la "norma".

Otros ejemplos de interacciones o habilidades sociales que las personas neurotípicas tienden a considerar comunes incluyen:

- Conversaciones de ida y vuelta y "pequeñas charlas".
- el concepto de sarcasmo
- el concepto de "modales" socialmente aceptados
- comunicación que utiliza señales tanto verbales como no verbales



Comunicación

Debido a que las personas autistas se relacionan con el mundo que les rodea de una manera diferente a las personas no autistas, la conversación a través de divergencias puede resultar un desafío.

De acuerdo con la [Instituto Nacional de Salud Mental \(NIH\) Fuente confiable](#), las diferencias en la comunicación pueden incluir:

- no mirar directamente a los demás
- responder a alguien que lo llama por su nombre u otros intentos verbales de llamar su atención lentamente o nada en absoluto
- tener dificultades para mantenerse al día con una conversación en curso o entablar una "pequeña charla"
- sin darse cuenta de que otros no están interesados en un tema del que están hablando

Un ejemplo de un problema recurrente en la comunicación que refleja una habilidad social problemática es la idea de comunicación indirecta.

Esto es similar a la idea de subtexto o lectura entre líneas: todas las formas de decir o implicar algo sin decirlo realmente pero esperando que la otra parte esté en la misma página.

Esta comunicación es algo común entre las personas neurotípicas, lo que la convierte efectivamente en una habilidad social esperada. Sin embargo, las personas autistas tienden a ser más directas y pueden experimentar más facilidad en la comunicación social cuando ésta es recíproca.

Jane dice que esta falta de conversación directa puede llevar a suposiciones sobre lo que realmente quiso decir la persona autista y también puede resultar en irritación debido a que las respuestas francas son inesperadas.

Continúa en la página 18.

CÓMO PUEDE AFECTAR EL AUTISMO CONTINUACIÓN...

Relaciones

Jane habla con el [problema de doble empatía](#), lo que sugiere que a las personas con diferentes experiencias mundiales les puede resultar difícil empatizar entre sí. La teoría explica la complicación común en la construcción de relaciones entre personas autistas y no autistas.

Es importante tener en cuenta que existen barreras en las relaciones en ambas partes debido a la falta de comprensión.

Otra idea errónea es que sólo las personas autistas experimentan barreras en las interacciones sociales, lo cual es una perspectiva que es a la vez diferente e inexacta.

La empatía es un proceso bidireccional que depende de las expectativas sociales y de nuestra forma de pensar, hacer y procesar. Se trata de comprender la experiencia de otra persona.

Estas partes pueden ser difíciles de hacer con personas que tienen diferentes formas de entender el mundo, por lo que puede ser un desafío para las personas de ambos lados comunicarse y entenderse entre sí.

[¿CÓMO PUEDE IMPACTAR LAS DIFERENTES HABILIDADES SOCIALES?](#)

"Las personas neurotípicas pueden reconocer que alguien puede comunicarse de manera diferente a sus compañeros y ayudarlos a ellos y a sus compañeros a comprender el estilo de comunicación de cada uno", dice Jane.

Esto incluye no imponer a otra persona su comprensión de las normas sociales, incluido el contacto visual, [estimulando](#) y con el objetivo de liderar con comprensión después de recibir respuestas contundentes.

Soporte profesional

Existen diferentes perspectivas sobre el mejor manejo de las habilidades sociales o los desafíos de construcción de relaciones.

[NIH Fuente confiable](#) sugiere tratamientos que ayudan a desarrollar habilidades conductuales, psicológicas y basadas en las relaciones, incluidos programas con el objetivo de:

- enseñar habilidades para la vida
- reducir los comportamientos "desafiantes"
- aprender habilidades sociales, comunicativas y lingüísticas
- Fomentar y aprovechar las fortalezas.

Jane rechaza forzar la intervención clínica [terapias](#) como respuesta a diferentes habilidades sociales, diciendo que esto, aunque no intencionado y a menudo indirecto, puede conducir al castigo de las personas autistas.

Comparten que a la hora de apoyar a una persona autista, los focos productivos (sin presencia de intervención clínica) podrían ser:

- autodefensa
- autorregulación
- tomando perspectiva
- [límites](#)
- habilidades para resolver problemas



Continúa en la página 19.

CÓMO PUEDE AFECTAR EL AUTISMO CONTINUACIÓN...

Existen limitaciones comprensibles incluso para quienes proponen intervenciones clínicas o terapias basadas en habilidades sociales.

Esto incluye tanto el nivel de intensidad de la intervención necesario para intentar cambiar la comprensión de la comunicación por parte de una persona como el hecho de que esto podría simplemente resultar en enmascaramiento – realizar comportamientos neurotípicos para mantenerse seguro o encajar – versus comprensión.

En cambio, Jane dice que la comprensión social debería ser el foco de atención.

"Deberíamos promover y enseñar la comprensión social por encima de las habilidades sociales, ya que permite a las personas autistas tomar una decisión intencional cuando se trata de socializar en lugar de forzar el cumplimiento o enmascarse", dicen.

RECAPITULEMOS

Debido a que el TEA es un trastorno del desarrollo neurológico que puede afectar la comunicación y las respuestas a los estímulos sensoriales, las personas autistas tienen una forma diferente de navegar por el mundo, incluidas las interacciones sociales.

En lugar de asumir que las personas neurodivergentes carecen de habilidades sociales, es importante recordar que los desafíos que pueden surgir a través del intento de comunicación y construcción de relaciones pueden ocurrir desde cualquiera de las partes, independientemente de la neurodivergencia (o la falta de ella).

Parece que se debate cuál es la mejor manera de manejar las dificultades con las habilidades sociales como persona autista. Aún así, los profesionales coinciden en que las mejores opciones son entornos seguros donde la autodefensa está al frente y al centro.

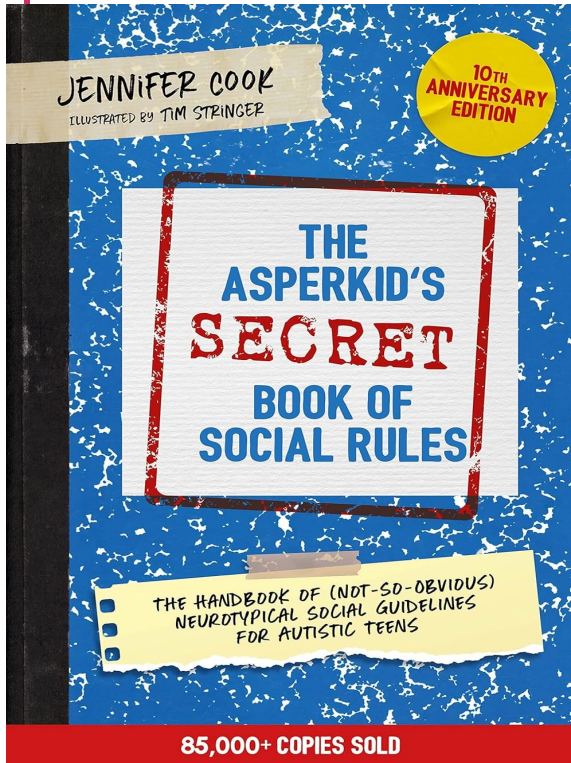
Considere comunicarse con un par de profesionales médicos para obtener diversos puntos de vista sobre cómo proceder si usted o su hijo están interesados en recibir apoyo.

<https://psychcentral.com/autism/autism-social-skills#recap>



El boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD es una recopilación de recursos nacionales y regionales diseñados para apoyar a las familias y los equipos escolares. Se hace todo lo posible para proporcionar información precisa y completa en el boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD; sin embargo, LBL ESD no puede garantizar que no habrá errores. Por ejemplo, es posible que parte del contenido de los recursos seleccionados de todo el país no se aplique a Oregón. LBL ESD no asume ninguna responsabilidad legal por ninguna pérdida o daño directo, indirecto o de cualquier otro tipo por la exactitud, integridad o utilidad de cualquier información, producto o proceso divulgado en este documento, y no representa ese uso de dicha información. , producto o proceso no infringirá derechos de propiedad privada.

RESEÑAS DE LIBROS



El libro (secreto) de reglas sociales de Asperkid, edición del décimo aniversario: El manual de pautas sociales neurotípicas (no tan obvias) para adolescentes autistas

por Jennifer Cook

Ser adolescente o preadolescente es difícil para cualquiera. Y si estás en el espectro del autismo, la vida puede parecer un juego al que juegas sin conocer las reglas. Jennifer Cook lo sabe: ¡ha estado allí! Su manual, un éxito de ventas internacional, revela esas pautas sociales no escritas, a menudo confusas y no tan obvias, al mismo tiempo que refuerza la confianza.

Finalmente, los adolescentes pueden jugar el juego de la vida *con instrucciones*. La edición del décimo aniversario del Libro (Secreto) de las Reglas Sociales revela los secretos esenciales detrás de los desconcertantes códigos sociales que rodean hacer y mantener amigos, las citas y los obstáculos catastróficos de las conversaciones, con contenido completamente nuevo en las redes sociales y hablando sobre neurodiversidad. Lleno de nuevas ilustraciones divertidas, explicaciones prácticas y ejemplos de tiras cómicas, este ganador del premio Libro del Año es real, positivo y habla desde el corazón.

El plan de juego de Asperkid: mentes extraordinarias, juego con propósito... cosas ordinarias

por Jennifer Cook O'Toole

Escrito por un autor en el espectro del autismo, *El plan de juego de Asperkid* analiza desde adentro el estilo de aprendizaje de los niños autistas y explica cómo introducir un juego estructurado que involucre a los niños y aborde explícitamente las diferencias del TEA al tiempo que refuerza las fortalezas del TEA.

El libro, que muestra cómo casi cualquier cosa puede convertirse en una oportunidad de aprendizaje y crecimiento, está lleno de ideas útiles para fabricar equipos de juego sencillos en el hogar o en el aula y usarlos para desarrollar habilidades básicas con las que los niños autistas tienen dificultades, desde bien hasta habilidades motoras y sociales, hasta la planificación y la organización. Ya sean matemáticas de origami, canicas fritas o una búsqueda del tesoro a vista de insecto, cada juego, proyecto e idea del libro se explica con instrucciones claras y objetivos de aprendizaje e ilustra con fotografías en color.



EXTRAORDINARY MINDS,
PURPOSEFUL PLAY... ORDINARY STUFF

THE ASPERKID'S GAME PLAN

JENNIFER COOK O'TOOLE



NEURODIVERSIDAD

The Autism Spectrum

Child & Adolescent Psychological Evaluations, LLC

Matt Lowry, LPP

MattLowryLPP.com

Proprioception

Sensing Body Position, Dancing,
Walking on Tiptoes or Sides of Feet
Rocking, Swaying, Spinning, Movement
Sitting in Chairs in Odd Positions

Interoception

Internal Sense, Hunger, Thirst,
Feeling Full, Going to the Bathroom,
Sleep, Menstruation
Awareness of Emotions, Alexithymia
Hyper- / Hyposensitivity to Pain

Exteroception

Sensing the Outside World,
Hypersensitive, Hyposensitive
Lights are too bright,
noises are too loud,
clothes are itchy

Stims

Energy Regulation,
Repetitive Movements,
Sensory Seeking
Fidgeting with Hands
Making Sounds, Singing

SPINs

Special Interests,
Intense Research,
Information Hunger,
Collections
Love of Libraries, Museums,
Animals, and Gardens

Executive Functioning

Hyperfocus, Demand Avoidance,
Hygiene, Process Complexity,
Autistic Inertia, Difficulty Changing Tasks
Expectation Sensitivity

Emotional Intensity

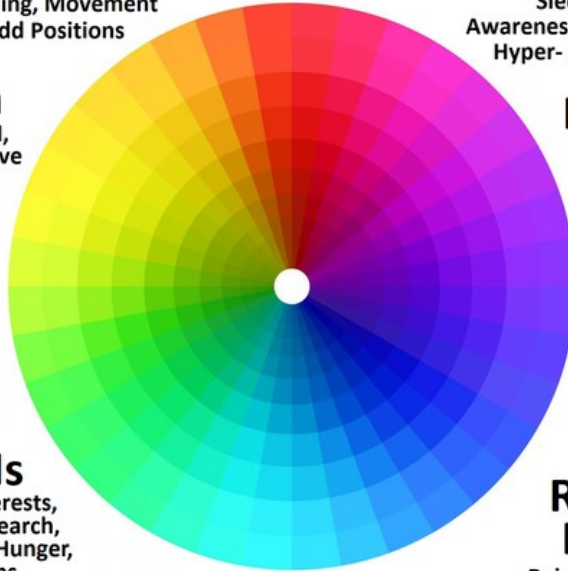
Meltdowns, Shutdowns, Overload,
Situational Mutism, Hyporeactivity
Justice Sensitivity

Communication Differences

Echolalia, Palilalia, Echopraxia,
Scripting, Eye Contact, Infodumps,
Body Language,
Tangential Conversation

Relationship Differences

Rejection Sensitivity, Masking,
Bonding through Special Interests



<https://playfultherapy.net/resources-blog/2022/5/20/neurodiversity-101-how-to-be-neurodiversity-affirming>

'After-school restraint collapse' is real. And it might have you feeling like a screaming monster jumped off the school bus.

—But look closer.

It's just a little person who's been juggling endless expectations in a complex environment all day. And they just reached their safe place.

El boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD es una recopilación de recursos nacionales y regionales diseñados para apoyar a las familias y los equipos escolares. Se hace todo lo posible para proporcionar información precisa y completa en el boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD; sin embargo, LBL ESD no puede garantizar que no habrá errores. Por ejemplo, es posible que parte del contenido de los recursos seleccionados de todo el país no se aplique a Oregón. LBL ESD no asume ninguna responsabilidad legal por ninguna pérdida o daño directo, indirecto o de cualquier otro tipo por la exactitud, integridad o utilidad de cualquier información, producto o proceso divulgado en este documento, y no representa ese uso de dicha información. , producto o proceso no infringiría derechos de propiedad privada.



Linn Benton Lincoln ESD Cascade
 Regional Servicios Inclusivos Programa
 de Autismo
 905 4th Ave SE
 Albany, o. 97321
 Teléfono: 541-812-2600
 Fax: 541 926-6047
 Correo electrónico: webmaster@lblesd.k12.or.us

Consultores de autismo:

Amanda Stenberg
 amanda.stenberg@lblesd.k12.or.us

Jill Sellers-
 jill.sellers@lblesd.k12.or.us

Kayla Hunt-
 kayla.hunt@lblesd.k12.or.us

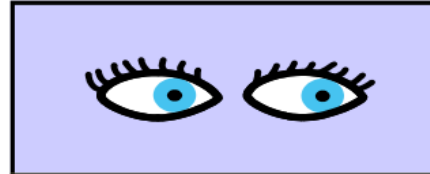
Michelle Neilson
 michelle.neilson@lblesd.k12.or.us

Ryan Stanley-
 ryan.stanley@lblesd.k12.or.us

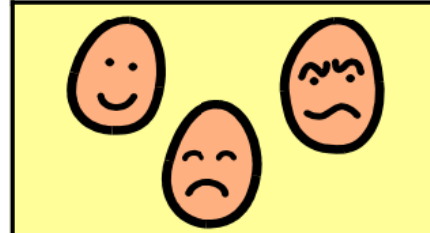
VI SUAL S

Eye Power

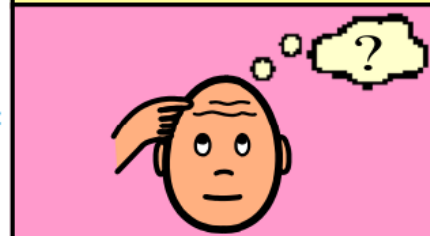
1. Identify what the person is looking at



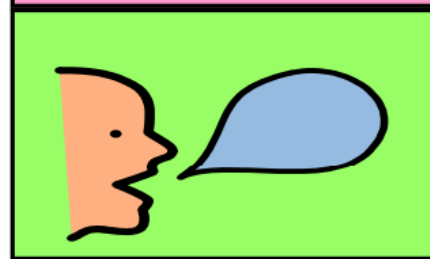
2. State how the person is feeling



3. State what the person may be thinking about

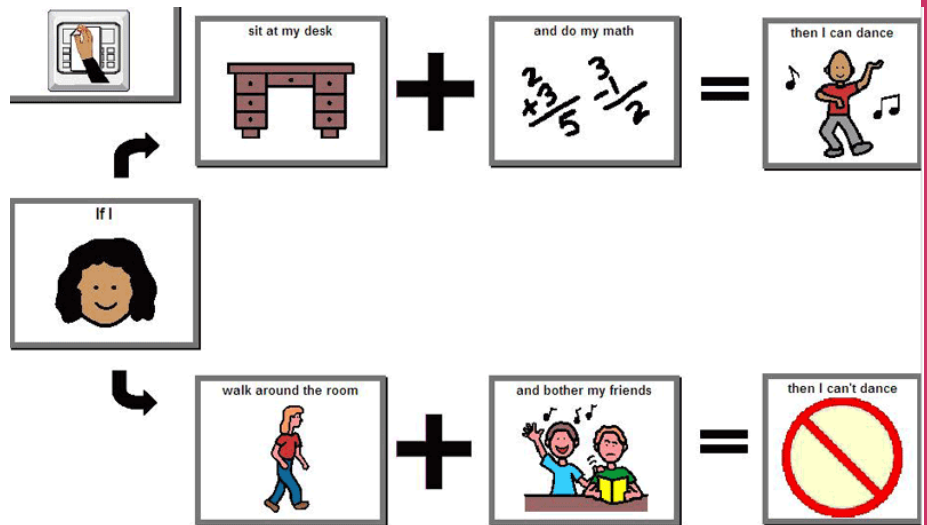


4. State what the person might say or ask



From Michele Garcia Winner's Social Thinking Program by Amy Jordan/BoardmakerShar

¿Tiene un hijo al que le cuesta tomar decisiones? Aquí hay un buen recurso para guiones sociales y mapas de contingencia.



<https://www.myaspergerschild.com/2015/05/social-scripts-social-skills.html>

El boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD es una recopilación de recursos nacionales y regionales diseñados para apoyar a las familias y los equipos escolares. Se hace todo lo posible para proporcionar información precisa y completa en el boletín informativo de la Agenda de Autismo de LBL ESD; sin embargo, LBL ESD no puede garantizar que no habrá errores. Por ejemplo, es posible que parte del contenido de los recursos seleccionados de todo el país no se aplique a Oregón. LBL ESD no asume ninguna responsabilidad legal por ninguna pérdida o daño directo, indirecto o de cualquier otro tipo por la exactitud, integridad o utilidad de cualquier información, producto o proceso divulgado en este documento, y no representa ese uso de dicha información. , producto o proceso no infringiría derechos de propiedad privada.