

EL SÍNDROME DE ASPERGER

Estrategias prácticas para el aula

Guía para el profesorado

AUTORES

Departamento de Educación del Ayuntamiento de Leicester

Servicio de consultoría en Autismo

George Thomas

Departamento de Educación del Condado de Leicestershire

Servicio de consultoría en Autismo

Penny Barrat

Heather Clewley

Helen Joy

Mo Potter

Servicio de Psicología Educativa

Philip Whitaker

UNA PUBLICACIÓN DE LA NATIONAL AUTISTIC SOCIETY

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

KULTURA SAILA
Kultur Zuzendaritza

DEPARTAMENTO DE CULTURA
Dirección de Deporte

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia

Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Vitoria-Gasteiz, 2002

El **Síndrome** de Asperger : estrategias prácticas para el aula : guía para el profesorado / autores George Thomas ... [eta al.] ; [traducción del inglés, Elena Campo Alonso]. – 1.ª ed. – Vitoria-Gasteiz : Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, 2002 p. ; cm. – (Necesidades educativas especiales ; 11)
Traducción de: Asperger syndrome-practical strategies for the classroom : a teacher's guide
Contiene, además, con portada y paginación propias, texto contrapuesto en euskera:
Asperger Síndromea : ikasgelan lantzeko estrategia praktikoak : irakaslearen gida
ISBN 84-457-1904-1
1. Asperger, Síndrome de. 2. Niños autistas-Educación. I. Thomas, George. II. Euskadi. Departamento de Educación, Universidades e Investigación. III. Título (euskera). IV. Serie. 616.89 376.4-053.2

Edición: 1.ª Diciembre 2002

Tirada: 500 ejemplares

© Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco
Departamento de Educación, Universidades e Investigación

Edita: Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco
Donostia-San Sebastián, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Fotocomposición: Composiciones RALI, S.A.
Particular de Costa, 8-10, 7.ª - 48010 Bilbao

Impresión: Estudios Gráficos ZURE, S.A.
Carretera Lutxana-Asua, 24-A - Erandio-Goikoa (Bizkaia)

ISBN: 84-457-1904-1

Depósito Legal: BI-2880-02

El Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco agradece la generosa colaboración de la Asociación Nacional de Autismo del Reino Unido, que ha hecho posible la publicación de este manual.

Título original:

Asperger syndrome-practical strategies for the classroom.

A teacher's guide

Publicado en primera edición (1988) por la Asociación Nacional de Autismo del Reino Unido.
393 City Road. London EC1V 1NE.

Reservados todos los derechos. No se puede reproducir, almacenar en sistemas de recuperación de la información, ni transmitir alguna parte de esta publicación, cualquiera que sea el método empleado –electrónico, mecánico, fotocopiado, grabación o cualquier otro– sin el permiso previo de los titulares de los derechos de la propiedad intelectual.

© **The National Autism Society**

Traducción del inglés:

Elena Campo Alonso

Supervisión Técnica:

Joaquín Fuentes Biggi

Consultor Médico. GAUTENA

Coordinación de la Edición:

Alicia Sainz Martínez. Técnica del programa de Trastornos Generalizados del Desarrollo.
ISEI-IVEI Irakas-sistema ebaluatu eta ikertzeko erakundea/ Instituto vasco de evaluación e investigación educativa.

AGRADECIMIENTOS

Esta guía ha sido elaborada por los autores mientras desempeñaban su trabajo en el ayuntamiento de la ciudad de Leicester y en el condado de Leicestershire. Se basa en su labor de apoyo a niños y jóvenes con síndrome de Asperger en la escuela ordinaria.

Nos gustaría dar las gracias a los padres del grupo local de Apoyo al Síndrome de Asperger, quienes pusieron de relieve la necesidad de crear conciencia y prestar ayuda a las escuelas ordinarias. También querríamos agradecer al profesorado su ayuda a la hora de probar y desarrollar muchas de estas estrategias.

PRESENTACIÓN

En el año 2002 se han cumplido veinte años desde la puesta en marcha del PLAN DE EDUCACIÓN ESPECIAL en el País Vasco.

Este plan promovía cambios trascendentales en el enfoque y en la organización de los servicios dirigidos al alumnado atendido en lo que se denomina “educación especial”.

El Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco siempre se ha planteado incidir en este tema desde el compromiso con un Sistema Educativo integral, solidario y de calidad que garantice la igualdad de oportunidades y que actúe desde la sensibilidad, el respeto a la diversidad y la atención individualizada a las personas con necesidades educativas especiales.

Esta es la perspectiva desde la que el Ejecutivo Autónomo diseñó el PLAN DE EDUCACIÓN ESPECIAL planificando su respuesta a ese colectivo desde parámetros de Integración, Normalización, Sectorización e Individualización del servicio.

Las directrices marcadas en el plan se han actualizado a lo largo de estos años pero siempre con el marco de referencia de una escuela comprensiva e integradora del alumnado con trastornos generalizados del desarrollo.

Los materiales que se incluyen en esta publicación, cedidos por THE NATIONAL AUTISTIC SOCIETY del Reino Unido y que han contado con la colaboración de GAUTENA, son de gran utilidad tanto para el profesorado como para los padres y madres de niños y niñas con este tipo de necesidades educativas especiales.

Esta publicación, en definitiva, muestra el interés cotidiano y estratégico del Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco por lograr una escuela vasca de calidad en la que se promuevan iniciativas innovadoras que difundan y desarrollen el conocimiento como elemento individual y socialmente imprescindible para una sociedad justa, equilibrada y de progreso.

ANJELES IZTUETA AZKUE
Consejera de Educación, Universidades e Investigación

ÍNDICE

Introducción a esta guía	13
Introducción al Síndrome de Asperger	15
Relaciones sociales	19
Participar y hacer amigos	19
Integrarse en los grupos	20
Entender a los demás	22
¿Qué hacer cuando se rompen las amistades?	23
¿Qué hacer para evitar las interrupciones?	24
¿Qué hacer para evitar la descortesía?	25
La comunicación	27
Dificultad para seguir instrucciones	27
Comprender el lenguaje de los adultos	28
Interpretaciones literales	30
Exceso o ausencia de gesticulación	31
Hablar demasiado alto o demasiado rápido	32
Preguntas repetitivas	33
Imaginación y rigidez	37
Temas de conversación obsesivos	37
Insistencia en cumplir las normas	38
Fobias	39
Cambiar la forma de hacer las cosas	40
Prepararse para los cambios	41

Dificultades sensoriales y motoras	43
Reacciones inapropiadas a los sonidos	43
Reacciones inapropiadas o malinterpretación del contacto físico	44
Hipersensibilidad a los estímulos visuales	45
Dificultades emocionales	47
Desarrollo del autocontrol	47
Ansiedad	48
Frustración y cambios de humor	50
Autoconciencia	51
Depresión	52
Destrezas para el trabajo	55
Motivación	55
Organización personal	56
Concentración y entorno del aprendizaje	57
Exceso de dependencia	59
Problemas con la escritura	60
Problemas con la memoria	61
¿Qué hacer con los deberes?	62
Para saber más	65
Direcciones útiles	67

INTRODUCCIÓN A ESTA GUÍA

Todos los individuos a quienes se ha diagnosticado el Síndrome de Asperger comparten un conjunto de dificultades fundamentales, a pesar de que todos ellos sean muy diferentes entre sí. En esta guía describimos la naturaleza de estas discapacidades fundamentales, explicamos cómo éstas pueden crear problemas en la escuela y facilitamos sugerencias prácticas para su manejo.

La primera parte de la guía muestra una visión general del Síndrome de Asperger y resalta las tres áreas de discapacidad básicas. En esta sección comentamos también brevemente las respuestas educativas para alumnos con este síndrome. El resto de la guía se divide en seis secciones, tres de ellas corresponden a estas discapacidades básicas y las restantes se dedican a amplias áreas de dificultad experimentadas con frecuencia y presentes en la escuela.

Nuestra intención no es que se lea esta guía de la primera página a la última y para ello hemos adoptado un formato que permite a los lectores identificar las páginas de mayor relevancia. Las partes en las que se divide son las siguientes:

- Un título que identifica cada tema específico.
- Una breve frase sacada de un contexto real que permite decidir si lo que viene a continuación se puede aplicar al niño que se tiene en mente.
- El apartado “*claves de comprensión*” intenta aclarar la forma en que estas dificultades básicas contribuyen a ese problema en particular.
- El apartado “*estrategias de utilidad*” identifica estrategias a seguir y consejos prácticos derivados de nuestra experiencia. Aunque puede que estas sugerencias no se

adapten por completo a la situación o al niño con el que se está trabajando, esperamos que puedan servir de orientación.

A lo largo de este trabajo, hemos pretendido ayudar a entender las dificultades que los niños con Síndrome de Asperger pueden experimentar y presentar. El entendimiento de la realidad es, en nuestra experiencia, la base fundamental para sacar provecho de las estrategias prácticas que ofrecemos.

INTRODUCCIÓN AL SÍNDROME DE ASPERGER

El Síndrome de Asperger está considerado generalmente como una forma de autismo y lleva el nombre del psiquiatra alemán que lo descubrió en los años 40. Los niños con quienes trabajaba Asperger tenían dificultades considerables a la hora de relacionarse y comunicarse con los demás.

Tres dificultades básicas

Las personas con Síndrome de Asperger tienen problemas en la *interacción social*, en la *comunicación* y *carecen de flexibilidad de pensamiento*, pueden tener una imaginación pobre, intereses muy intensos o limitados y mucho apego a las rutinas. Para poder hacer un diagnóstico, es necesario encontrar distintos tipos y grados de discapacidad en cada una de estas tres áreas (normalmente conocidas como las tres dificultades básicas). Dicho esto, debemos subrayar el hecho de que existe una gran variedad tanto en la gravedad de las dificultades que se pueden experimentar como en la forma en que éstas se presentan. También debemos recordar que cada individuo con síndrome de Asperger tiene una personalidad única moldeada por experiencias vitales individuales (como el resto de las personas).

Como en el caso del autismo, el Síndrome de Asperger es el resultado de un problema orgánico y no de la educación que se ha recibido. Al contrario que las personas con autismo, las que padecen síndrome de Asperger tienen menos problemas con el desarrollo del lenguaje y son menos propensas a tener dificultades adicionales de aprendizaje. La base psicológica del autismo y del síndrome de Asperger todavía no se comprende con claridad.

Interacción y relaciones sociales

Puede parecer que algunos niños con síndrome de Asperger prefieran estar solos a estar en compañía. Es posible que tengan una gran conciencia de su espacio personal y se muestren incómodos si alguien se acerca demasiado. Muchos se esfuerzan enormemente por ser sociables pero cuando se aproximan a los demás lo hacen con torpeza. Puede que no miren a la persona a la que se acercan o que emitan “señales equivocadas” por error. Suelen compensar estas dificultades comportándose de forma excesivamente formal. Tienen grandes problemas a la hora de captar indicaciones sobre lo que se espera de ellos en determinadas situaciones: es posible que se comporten con el director de la escuela de la misma manera como lo harían con sus amigos o con sus padres. Es también bastante probable que no sepan solucionar situaciones problemáticas de relación y que, sin darse cuenta, se comporten de forma antisocial.

Comunicación

Los niños con síndrome de Asperger no comprenden bien los mecanismos de la comunicación, a pesar de tener un buen desarrollo gramatical y de vocabulario. Puede que no sepan cómo pedir ayuda o cuándo imponerse. Puede que hablen con voz monótona, con escaso control sobre el volumen y la entonación. La mayor parte de su conversación gira en torno a un tema preferido al que vuelven una y otra vez con una monotonía casi obsesiva. Suelen tener problemas a la hora de entender chistes, giros idiomáticos y metáforas. Su lenguaje puede parecer artificial o pedante. La calidad de su comunicación puede deteriorarse de forma acusada en situaciones de estrés. La ausencia de expresión facial, la gestulación limitada y la malinterpretación del lenguaje corporal de los demás son otros factores que contribuyen a sus dificultades en la comunicación.

Imaginación e inflexibilidad de pensamiento

Una característica de los niños con síndrome de Asperger es que sus destrezas para el juego son limitadas. Normalmente suelen preferir actividades mecánicas como coleccionar, montar o desmontar. Pueden aprender juegos de representación simbólica pero más tarde que sus compañeros con su mismo desarrollo. Cuando aprenden estos juegos, suelen volverse bastante repetitivos. Otros factores que contribuyen a esta ausencia de flexibilidad de pensamiento son la aversión a los cambios, la preferencia por las cosas que se repiten y el desarrollo de rutinas y rituales.

Es habitual que las personas con síndrome de Asperger desarrollen intereses muy intensos en áreas bastante limitadas y extrañas. Los individuos con este síndrome también tienen problemas a la hora de “ponerse en el lugar de otras personas” o de ver las cosas desde otro punto de vista. Se sienten mejor cuando sólo tienen que hacer frente a lo concreto y predecible.

Otras dificultades

Los niños y jóvenes con este síndrome también presentan problemas con las destrezas del movimiento y reacciones poco usuales a estímulos sensoriales. Estas últimas, junto a las ya mencionadas discapacidades básicas, contribuyen a crear un conjunto de dificultades significativas, especialmente en sus destrezas para el trabajo y en su vulnerabilidad emocional.

Aspectos positivos

Estos niños también pueden contar con aspectos positivos de importancia considerable, a pesar de sus dificultades en el ámbito social. Es frecuente que posean una memoria mecánica excepcionalmente buena; intereses extraordinariamente definidos, aunque limitados; un léxico extenso; conocimiento o habilidades profundas en las áreas científica o tecnológica.

Respuesta educativa para los niños con Síndrome de Asperger

Como ya hemos señalado anteriormente, existe una gran variación en la gravedad de las dificultades que pueden experimentar las personas a quienes se ha diagnosticado el síndrome de Asperger. La forma en que se manifiestan las llamadas discapacidades básicas también puede variar enormemente. Debido a que existe un amplio espectro en las necesidades, también deben de existir en las correspondientes respuestas educativas. A la hora de satisfacer las necesidades de estos niños hay que tener en cuenta los siguientes principios:

- Una acomodación adecuada del entorno junto con la promoción de sus habilidades (particularmente en las áreas básicas de discapacidad) suele conducir al éxito en el trabajo con estos niños.
- El apoyo debe basarse en las necesidades específicas de cada niño, en vez de en un diagnóstico genérico.
- Las escuelas deben dar respuesta dentro del marco establecido por la normativa para la atención de las necesidades educativas especiales.

En la práctica, casi todos los niños con síndrome de Asperger asisten a la escuela ordinaria. Algunos son atendidos sin necesidad de recursos extraordinarios. Otros pueden requerir la certificación como alumno con necesidades educativas especiales y, en consecuencia, distintos tipos de recursos y de apoyo. Muy pocos necesitan educación en centros específicos.

¿Qué se debe hacer ante la sospecha de que un niño padezca Síndrome de Asperger?

En primer lugar es conveniente comentarlo con el responsable de las necesidades educativas especiales de la escuela. Éste podrá, a su vez, consultarlo con el psicólogo escolar¹. Otra alternativa (especialmente si el niño no está en edad de escolarización) es aconsejar a los padres que remitan al niño al Servicio Local de Psiquiatría Infantil y Familiar o al pediatra, a través del Médico de Familia.

¹ Los Asesores de Necesidades Educativas Especiales de los Berritzegunes (antes Equipos Multiprofesionales de los COP) son los encargados de este tipo de respuesta en la organización escolar del País Vasco.

RELACIONES SOCIALES

Participar y hacer amigos

Graham intenta participar y hacer amigos, pero parece que sólo consigue sacar de quicio a los demás. Nadie quiere estar con él.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger suelen desear la amistad de los demás pero no saben cómo hacer amigos.
- Puede ser muy difícil para algunos entender las claves que invitan a la interacción social.
- Al intentar mantener una conversación, las personas con este síndrome tienen dificultad en captar las señales no verbales que regulan la alternancia de una conversación. Puede que no sepan apreciar las pistas que el oyente transmite sobre la relevancia o el interés del tema elegido. Es probable que la persona con este síndrome hable sin parar a su interlocutor sobre temas extraños y con excesivo detalle.
- Algunas personas con esta discapacidad se sitúan demasiado cerca de su interlocutor, utilizan señales no verbales de forma equivocada y a destiempo y hablan en un tono de voz muy monótono.
- Puede que a algunos les cueste dar con el nivel de familiaridad correcto. A veces son excesivamente formales o, por el contrario, tratan a un completo desconocido como si fuera un amigo íntimo.

Estrategias de utilidad

- Puede que Graham necesite que se le enseñen explícitamente las normas y convenciones que la mayoría capta de forma intuitiva. Por ejemplo, cómo saludar, formas de ceder el turno o de finalizar la conversación y cómo averiguar si el oyente tiene interés.
- En el caso de que a Graham le guste hablar una y otra vez sobre un tema en concreto, se le pueden poner límites sobre cuándo y cuándo no se puede introducir el tema en la conversación. Se puede usar una señal, que puede ser bien un gesto bien una palabra o frase “clave”.
- Es posible que Graham requiera que se le aporten modelos de conversaciones normales, cuya práctica se corrija para ayudarle a tomar conciencia de normas y estrategias determinadas. Un marco como el que se propone en *The Social Use of Language* [El Uso Social de Lenguaje] (Rinaldi, NFER) puede ser útil a la hora de dividir en objetivos manejables las destrezas de la conversación. Merece la pena tener en cuenta que el estilo didáctico utilizado con más frecuencia por los profesores al hablar a la clase no es un buen modelo de conversación.
- Es importante promover entre los compañeros de Graham un sentimiento de tolerancia y comprensión hacia él. También se debe animar a los demás niños a aproximarse a Graham, quizás en el contexto de actividades de clase estructuradas.
- Es posible que sea conveniente reducir el tiempo de contacto no estructurado con los compañeros. Graham puede funcionar mejor en actividades formales con algún tipo de organización (por ejemplo en grupos con actividades educativas o lúdicas organizadas).
- Una manera de incrementar el nivel de contacto social a la vez que se proporciona cierta estructura es organizar juegos en los recreos para los niños más pequeños.

Integrarse en los grupos

En el recreo lo único que hace Ranjit es pasear solo. En clase no soporta ser el centro de atención.

Claves de comprensión

- Los niños con síndrome de Asperger se suelen sentir perdidos o confundidos cuando tienen tiempo libre. El recreo y la hora de comer pueden ser especialmente es-

tresantes debido a la informalidad y al bajo nivel de estructuración que conllevan estas situaciones. Esto puede conducirles al aislamiento.

- Algunos pueden tener dificultad al entender las normas flexibles, no escritas, que se dan en las actividades del patio de recreo. También les cuesta entender las “normas” que rigen las relaciones con los demás.
- Algunos consideran que las exigencias para relacionarse con los demás son demasiado difíciles de superar, incluso en las situaciones en las que se da un contacto de tú a tú, por lo que prefieren evitarlo o minimizarlo.
- Cuando no pueden evitar el contacto puede que intenten controlar la interacción siguiendo rutinas muy rígidas o temas de conversación específicos.
- El trabajo en situaciones de grupo menos organizadas o tener que sentarse junto a un grupo grande de niños pueden ser experiencias muy difíciles y que comportan una gran ansiedad para algunos de los niños con síndrome de Asperger.
- Evitar el trato con los demás puede acarrear intimidación y abusos por parte de los compañeros. Algunos son especialmente vulnerables a las bromas y a este tipo de abusos.
- Estos niños pueden ser capaces de manejarse con la rutina de la clase pero tienen mucha dificultad si se les pide que hagan aportaciones en actividades que les resulten menos familiares.

Estrategias de utilidad

- Si se cree que la hora del recreo resulta muy confusa o incómoda para Ranjit, es mejor que se busquen otras actividades más estructuradas para ocupar su tiempo.
- Se puede crear un ambiente más relajado y tolerante si los compañeros de Ranjit conocen sus dificultades y le brindan apoyo. Es posible organizar grupos de apoyo mutuo e incluso usar al grupo de iguales para ayudarles en el desarrollo de una serie de estrategias útiles. Los “Círculos de Amigos” (ver *Para saber más - pág. 65*) son una forma de apoyo que no sólo puede beneficiar al alumno con síndrome de Asperger sino también a sus compañeros de clase.
- Puede que Ranjit necesite que se le “desensibilice” ante las actividades de grupo. Esto requiere que gradualmente se solicite su participación en actividades que le supongan mayores niveles de contacto. Para empezar, se puede hacer hincapié sólo en tolerar la proximidad física. A continuación se puede pasar a aumentar los niveles de

contacto y cooperación. Para llevar a cabo actividades de cooperación es probable que se necesiten niveles altos de estructura y normas explícitas. Los jóvenes como Ranjit tienen grandes dificultades con la negociación intuitiva y comprensión compartida de lo que es justo, etc... que gobiernan estas situaciones.

- Es conveniente recordar que algunos jóvenes no quieren hacer amigos o pasar todo su tiempo en compañía de otros. Esto ha de ser respetado.

Entender a los demás

David no distingue cuándo la gente está bromeando solamente y cuándo no. Tampoco se da cuenta cuándo sus profesores están realmente enfadados con él. Es como si no pudiese «leer» los sentimientos de las personas.

Claves de comprensión

- Cuando hablamos con alguien contamos con una serie de señales no verbales para hacer llegar nuestros mensajes, como son la expresión facial, el lenguaje corporal o el contacto visual. Las personas con este síndrome tienen problemas para entender estas señales.
- Algunas personas con síndrome de Aperger tienen más facilidad para escuchar y entender a los demás si eliminan estas señales no verbales (por ejemplo, no mirando a su interlocutor). Lo más probable es que o bien no entiendan o malinterpreten estas señales.
- Para algunos resulta muy difícil “ponerse en el lugar” de otras personas. Puede que no perciban lo que otra persona está pensando o sintiendo o que no entiendan que alguien quiera únicamente gastar una broma.
- En ocasiones, una forma de ser aceptado socialmente, es contar un chiste. Las personas con este síndrome tienen mucha dificultad a la hora de comprender los “doble significados” que constituyen una parte esencial del humor.
- Para poder superar estas dificultades de comprensión de los demás, algunos intentan imponer normas muy rígidas en estas situaciones.

Estrategias de utilidad

- Cuando haya problemas hay que intentar hablar de forma clara y lo más tranquilamente posible. Subir el tono de voz y utilizar expresiones o gestos forzados, que

usamos instintivamente puede interferir en la comprensión de David. Puede que se sienta alarmado o sobrecargado por toda esta información adicional y que se distraiga y no consiga entender el mensaje que se le intenta comunicar.

- Es importante no esperar que David pueda “leer entre líneas”. Es necesario explicar exactamente lo que se quiere decir, especialmente cuando se trate del comportamiento en situaciones sociales.
- Puede que se necesite informar a David sobre situaciones concretas, por ejemplo cómo saber si alguien está bromeando (y no intentando intimidarle o abusar de él); cómo se puede sentir una persona en determinadas situaciones; cómo saber si alguien ha hecho algo “a propósito” (y no por accidente). David probablemente necesitará entender estas situaciones forma lógica o “siguiendo las normas”, en vez de entenderlas intuitivamente, como hacemos la mayoría de nosotros.
- Los juegos y actividades de interacción que requieren que David piense sobre el punto de vista de otras personas, pueden ser de utilidad. Su progreso puede ser lento y poco predecible y siempre es importante plantear cómo se pueden aplicar estas experiencias en el día a día.
- Puede ser necesario enseñar comportamientos determinados para situaciones concretas (por ejemplo, cómo comportarse cuando alguien está enfadado). Lo más posible es que David siempre tenga dificultad para responder de forma natural o intuitiva, pero se le puede enseñar lo que hay que hacer para evitar que las cosas empeoren. Se trata, en realidad, de facilitarle un “guión”.

¿Qué hacer cuando se rompen las amistades?

Tom se enfada y se frustra tanto con los demás que le entran rabietas y se pone a pegar golpes.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger se dan perfectamente cuenta de sus propias dificultades y puede que tengan muchas ganas de hacer amigos (ver *Dificultades emocionales: Autoconciencia* - pág. 51).
- Aunque vean a los demás hablando, puede que no perciban las claves informales aparejadas a todo tipo de “charla” social. Lo que resulta muy frustrante.

- Esto puede hacerse más problemático en la adolescencia cuando las amistades se basan cada vez más en la empatía y comprensión mutuas.
- Los intentos fallidos y continuados de hacer amigos y las continuas exigencias derivadas de tratar con gente pueden resultar muy estresantes para las personas con síndrome de Asperger. Esto puede desembocar en comportamientos agresivos.
- Los individuos con síndrome de Asperger no suelen tener gran conciencia de sus sentimientos (de la misma forma en que tampoco son conscientes de los sentimientos de los demás). Aun en el caso de que reconozcan sus propios sentimientos, puede que no se den cuenta de que los demás puedan percibirlos y sean capaces de prestar ayuda.

Estrategias de utilidad

- Tom necesita que se le ayude a percibir señales interiores de alerta y a anticiparse a las situaciones problemáticas. Puede que le sea de ayuda tener un “guión” o una lista de cosas que hacer cuando se enfada o se estresa. Puede que incluso haya que escribírselas para que las lleve consigo. Pueden consistir en estrategias que le ayuden a calmarse o a eludir la situación. Tom necesitará que se le anime e incite a utilizar estos “guiones”.
- Es imprescindible sensibilizar a los compañeros de Tom para que entiendan sus dificultades. También se puede involucrar a los compañeros de clase en el “sistema de los compañeros colaboradores” o en otros enfoques más formales como son los “Círculos de amigos” (ver *Para saber más - pág. 65*). Estos enfoques pueden contribuir a la aceptación de Tom. Sus mismos compañeros también pueden servir de modelos para el desarrollo de destrezas específicas.
- A Tom le puede ayudar tener una oportunidad establecida de modo regular y fijo para recibir apoyo de un profesor concreto. Puede que también le beneficie la posibilidad de contar su punto de vista de la historia.
- Es importante no olvidarse de estrategias diarias como son los premios y los castigos. Los niños y jóvenes como Tom agradecen normas explícitas y concretas y que éstas estén asociadas a recompensas establecidas de antemano.

¿Qué hacer para evitar las interrupciones?

William me interrumpe todo el tiempo. Ocurre tanto cuando hablo a toda la clase como cuando me dirijo a alguien en concreto.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger tienen grandes dificultades para saber cuándo intervenir en las conversaciones. Es posible que no reconozcan las pausas y las señales sutiles que les invitan a participar.
- Puede que les falten destrezas para comentar o para seguir los comentarios de sus interlocutores, como forma de entrar en la conversación.
- Las personas con síndrome de Asperger pueden obsesionarse tanto con un tema o pensamiento determinado que no pueden resistirse a compartirlo.

Estrategias de utilidad

- En situaciones de grupo, usar un objeto, como una piedra o una pelota de forma que sólo la persona que lo sostenga tiene derecho a hablar.
- Puede que sea necesario explicar a William que el momento de intervenir en la conversación con un comentario es cuando se produce una pausa. Es posible que necesite practicar para reconocer estas pausas. Los vídeos de programas de televisión pueden ser de utilidad en este cometido.
- En caso de que William continúe teniendo problemas en reconocer cuándo y cómo intervenir en la conversación se puede acordar una señal que será utilizada por sus interlocutores, ya sean sus compañeros o los adultos que le acompañan, como forma de apoyo.

¿Qué hacer para evitar la descortesía?

A menudo, Jordan suele resultar desagradable para los demás. Habla como si fuese un adulto regañando a los demás niños.

Claves de comprensión

- Los niños con síndrome de Asperger suelen adquirir sus destrezas de lenguaje copiando trozos del lenguaje que oyen. Esto no sólo incluye el lenguaje de los adultos, sino que además copian su entonación y la actitud que adoptan al hablar.
- Muchas personas con síndrome de Asperger carecen de la comprensión intuitiva de las normas sociales y de lo que se espera de ellos en determinadas situaciones. Es posible que traten a los adultos como a sus compañeros de clase y viceversa.

Estrategias de utilidad

- Utilizar un “Círculo de Amigos” (o similar) como un debate en el que los compañeros comentan a Jordan cómo les afecta su lenguaje.
- Jordan necesitará oportunidades para observar cómo hablan e interactúan sus compañeros con los demás. Además se le deberá ayudar a ensayar e intentar estrategias basadas en estos modelos. El vídeo puede resultar útil en el caso de que a Jordan las situaciones “en directo” le parezcan demasiado estresantes.
- Puede ser útil enseñar a Jordan vídeos de sí mismo interactuando de forma incorrecta, poniendo de relieve la forma correcta de comportarse, dando pie a nuevas escenificaciones. Habrá que hacerlo con mucho cuidado para no dañar su autoestima.

LA COMUNICACIÓN

Dificultad para seguir instrucciones

Cuando un adulto da órdenes a un grupo de niños, Sula parece estar escuchando pero luego no puede hacer lo que se le ha mandado sin imitar a los demás.

Claves de comprensión

- Algunas personas con síndrome de Asperger no pueden asimilar las órdenes de grupo, quizá porque no entienden que ellos son parte del grupo y que las órdenes se dirigen también a ellos.
- Algunos saben fingir muy bien que están escuchando para evitar que se les llame la atención.
- Otros tienen destrezas de comprensión limitadas. Esto implica que no entienden el lenguaje de los adultos cuando se dirigen a un grupo (ver *Comprender el lenguaje de los adultos* - pág. 28).
- Algunas personas con síndrome de Asperger desarrollan una serie de estrategias alternativas para salir del paso cuando son incapaces de seguir órdenes de grupo. Una estrategia muy común es imitar lo que hacen los demás niños, lo que encubre graves problemas de comprensión.
- A veces la escasa motivación hace que estos niños y jóvenes no hagan el esfuerzo adicional requerido para escuchar atentamente y procesar las órdenes.

Estrategias de utilidad

- Puede que Sula necesite que se le repitan las órdenes de grupo individualmente. Este cometido puede ser realizado por varias personas: (a) el adulto que tiene la tarea de prestar apoyo a Sula; (b) la persona que ha dado las órdenes; o (c) un compañero. Es muy importante que Sula aprenda a responder a las órdenes provenientes de personas diversas (ver *Destrezas para el trabajo: Exceso de dependencia* - pág. 59).
- Puede que baste con que el adulto, antes de dar las órdenes, nombre a Sula, para que ésta sepa que está incluida en el grupo.
- Comprobar, en situaciones informales, que Sula entiende el lenguaje que se usa en situaciones de grupo. En caso de que no lo entienda, se debe intentar reducir el nivel de dificultad, utilizando frases más cortas con palabras clave y evitando oraciones complejas. Esto beneficiará tanto a Sula como a otra gente del grupo.
- La imitación de la respuesta de los demás ante una orden de grupo debe fomentarse juntamente con las estrategias sugeridas anteriormente.

Comprender el lenguaje de los adultos

David parece muy inteligente y tiene un vocabulario excelente pero cuando explico algo en clase parece no enterarse de nada.

Claves de comprensión

- Los niños con síndrome de Asperger suelen tener buena memoria (especialmente para los hechos) y pueden adquirir un vocabulario muy extenso. Esto puede hacer que la gente sobrevalore su comprensión del lenguaje y en especial su capacidad para entender los conceptos abstractos. De hecho a menudo operan a un nivel concreto en su pensamiento y en su entendimiento del lenguaje.
- Prestar atención a las órdenes o explicaciones de grupo puede resultar especialmente difícil. Es posible que no capten los aspectos relevantes de lo que acontece y que se distraigan con detalles poco esenciales.
- Los niños con síndrome de Asperger tendrán más dificultad en entender las explicaciones u órdenes cuanto más largas sean éstas y cuanto más abstractas sean las ideas subyacentes.

- La persona que padece el síndrome de Asperger suele entender el lenguaje de forma muy literal. El lenguaje idiosincrático, las metáforas y determinados usos del lenguaje como los chistes o el sarcasmo corren el riesgo de ser interpretados literalmente.
- Las dificultades sociales que experimentan los niños con síndrome de Asperger pueden afectar también a su entendimiento del lenguaje. Aunque entiendan las palabras, puede que no capten la intención o el mensaje de su interlocutor. Este problema concreto con el lenguaje hace que los niños con síndrome de Asperger sean muy vulnerables a las bromas ya que, por ejemplo, en el caso del sarcasmo, se transmite una idea con las palabras y otra diferente con los gestos no verbales.
- Estas dificultades empeoran cuando además se intentan controlar problemas de comportamiento. Lo que en realidad se quiere decir puede verse oscurecido por las señales no verbales y la emoción añadida que instintivamente usan los adultos al hablar.

Estrategias de utilidad

- Se debe intentar atraer la atención de David *antes* de hablarle (especialmente cuando se quieren dar órdenes concretas). En situaciones de grupo se debe intentar situarle lo más cerca posible del que está dando la orden y motivarle (con una posible recompensa) a que preste atención. Hay que pronunciar su nombre *antes* de dar la orden.
- Puede ser útil para conseguir y motivar su atención usar algún tema que le interese como por ejemplo: “*Más tarde hablaremos sobre relojes pero antes quiero que hagas...*”
- Es útil reflexionar sobre cómo organizar las órdenes y explicaciones:
 - resumir los puntos principales con antelación (incluso proporcionar una lista)
 - avisar antes de llegar a los puntos principales
 - repetir y resumir
 - organizar y dividir la información en secciones coherentes
 - intentar ser explícito estableciendo conexiones con los conocimientos previos sobre los temas que se tratan en la escuela.
- Es aconsejable controlar la velocidad de habla así como utilizar pausas para que el niño pueda procesar la información.

- Los gráficos y dibujos pueden ayudar mucho a los niños como David. Algunos conceptos e informaciones se pueden representar de forma gráfica y en un estadio más avanzado en forma de diagramas y palabras clave.
- Aunque resulte difícil, es necesario intentar un lenguaje lo más simple posible, con frases cortas y directas y nexos de unión explícitos entre cada idea. En caso de necesidad se pueden utilizar paráfrasis aclarativas.
- Si se va a utilizar lenguaje especializado, abstracto o no literal es conveniente advertírselo a David personalmente antes de que lo encuentre en su trabajo.
- David también tiene que hacer su contribución. Es especialmente importante que aprenda a controlar su atención y comprensión. Habrá que decirle qué debe hacer si pierde el hilo o si no entiende algo, así como incitarle a hacer preguntas para aclarar dudas.
- En el caso en que haya que corregir un mal comportamiento de David habrá que utilizar un lenguaje lo más simple posible y un tono neutro. Decirle claramente lo que ha hecho mal, el comportamiento que se espera de él y hacer explícitas las consecuencias. A continuación habrá que comprobar si éste ha entendido. En este tipo de explicaciones se necesitará ser mucho más directo y concreto que en las situaciones normales. Explicaciones largas sobre un determinado comportamiento equivocado y los intentos de hacer razonar al niño pueden resultar contraproducentes.
- Algunos niños con síndrome de Asperger escuchan y entienden mejor si no miran a su interlocutor ya que las señales no verbales les pueden confundir o distraer. Es mejor no insistir en que el niño mire al interlocutor mientras éste habla (siempre que se tenga la certeza de que está escuchando).
- Si se cuenta con ayuda de un auxiliar, es conveniente utilizar a esta persona como intérprete, especialmente para las órdenes o explicaciones largas.

Interpretaciones literales

John lo interpreta todo al pie de la letra. Cuando contesta el teléfono y alguien dice «¿está tu mamá por ahí?» Él responde «sí», pero no va a buscar a su mamá.

Claves de comprensión

- Es muy normal que las personas con síndrome de Asperger interpreten de una forma muy literal y concreta lo que dicen los demás.

- Las expresiones de habla (ej.: estirar las piernas), el humor y la ironía plantean problemas.
- En la escuela es muy normal que se utilicen formas indirectas de habla (más corteses) como por ejemplo: *¿Podrías recoger los libros?* o *¿os importaría hacer...?* En realidad son órdenes pero pueden ser tratadas como preguntas por la persona con síndrome de Asperger.
- Parte de esta dificultad está causada por problemas a la hora de interpretar las intenciones y motivación del interlocutor. Esto requiere encontrarle el sentido a las indicaciones no verbales y en gran medida, ponerse en el lugar del interlocutor.

Estrategias de utilidad

- Sería casi imposible y hasta poco natural dejar de utilizar todos estos giros idiomáticos y formas coloquiales. Es importante, sin embargo, comprobar lo que se ha dicho y volver a estructurar la frase en caso de necesidad. Por ejemplo: *Dame cinco minutos* se podría volver a estructurar así: *Hablaré contigo a las ocho cuando haya terminado de ver este programa.*
- Especialmente cuando se quieran dar órdenes importantes es conveniente utilizar frases simples, breves y directas. Dar énfasis a lo que se quiere en vez de a lo que no se quiere (ej.: *Callaos, por favor* en vez de *No quiero oír más ruido, gracias*).
- Animar a John a que controle su comprensión. Explicarle lo que debe hacer cuando no entiende algo.
- Enseñar a John el significado de los giros idiomáticos más utilizados (ej.: *en fila, dentro de un minuto, etc...*).
- Puede que John no entienda el humor o los chistes. Empezar en el nivel en el que se encuentra pero desaconsejarle utilizar aquel tipo de bromas que puede usar de modo desacertado.

Exceso o ausencia de gesticulación

Cuando Richard habla conmigo su postura es rígida, parece un soldado, mantiene los brazos a sus costados, habla de forma monótona y su rostro no denota expresión alguna.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger tienen problemas con todos los aspectos de la comunicación, verbal o no verbal.
- A menudo tienen problemas a la hora de interpretar y de captar el lenguaje corporal y las expresiones faciales de otras personas, así como a la hora de utilizar estas formas de comunicación de modo espontáneo y apropiado.
- Las personas con síndrome de Asperger necesitan aprender las destrezas de comunicación no verbales que se utilizan a diario. Puede que sea difícil para ellos el aprendizaje de estas destrezas y su utilización flexible y espontánea.

Estrategias de utilidad

- Se pueden explicar las dificultades que experimenta Richard a sus compañeros de clase y fomentar un comportamiento más tolerante hacia él. Es aconsejable obtener el permiso de Richard y de sus padres antes de hacerlo.
- Utilizar la lista y las sugerencias de enseñanza propuestas en el libro *Social Use of Language Programme* [Programa para el Uso del Lenguaje de relación social] (Rinaldi, NFER) para trabajar algunas destrezas específicas. Si es posible organizar un grupo de apoyo entre iguales, como son los Círculos de amigos. Se puede utilizar para que sirvan de ejemplo (ver *Para saber más* - pág. 65).
- Ten la precaución de enseñar a Richard estrategias más apropiadas en un contexto real, por ejemplo el patio de recreo o durante las actividades de la escuela.
- Si Richard gesticula demasiado, se le pueden enseñar algunas estrategias simples para que resuelva esta situación, como meterse las manos en los bolsillos, sujetar algo con la mano, etc...
- Animar a Richard para que tome parte en tantas actividades sociales, excursiones y grupos como le sea posible. Reconocer sus destrezas verbales en la conversación e incorporarle a la actividad grupal en la mayor medida posible.

Hablar demasiado alto o demasiado rápido

Leon habla tan alto que avergüenza a todo el que está hablando con él.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger puede que no comprendan muy bien lo que otras personas sienten o piensan y no entiende que su comportamiento puede avergonzar a aquellos con quienes se encuentra.
- Lo más probable es que estas personas tengan dificultad en captar las expresiones no verbales y el lenguaje corporal, como la vergüenza en las demás personas.
- Puede que no hayan aprendido las “normas” sociales de comunicación implícitamente, como hacen la mayoría de las personas. Es muy probable que no reconozcan que su comportamiento social está fuera de lugar o es inadecuado.
- El volumen de voz inadecuado puede indicar que la persona con síndrome de Asperger está ansiosa en esa situación.
- Las personas con síndrome de Asperger pueden hablar demasiado bajo o alto, demasiado rápido o despacio.

Estrategias de utilidad

- En primer lugar, asegurarse de que su audición es correcta.
- Modular el volumen habitual de voz que se desea que utilice Leon y proporcionar oportunidades para la práctica. Incrementar la gama de situaciones en que las practique un volumen adecuado. Empezar por aquellas en las que le resulte más fácil controlar su volumen hasta aquellas en las que tenga más dificultad.
- Utilizar una indicación, por ejemplo un gesto, que indique a Leon que está hablando demasiado alto.
- Utilizar una grabadora o un vídeo para grabar a Leon. Enseñarle la grabación y pedirle que evalúe su volumen. Es conveniente utilizar esta técnica con cuidado para no dañar su autoestima.
- Recompensarle por hablar con volumen adecuado.

Preguntas repetitivas

Jeremy hace la misma pregunta una y otra vez durante semanas. Cuando no consigue la respuesta que quiere se enfada mucho hasta que lo consigue.

Claves de comprensión

- Algunos jóvenes con síndrome de Asperger son muy rígidos en sus conversaciones y les gusta oír la misma respuesta una y otra vez. Por ejemplo, si la pregunta es: *¿Cuándo se encienden las farolas?* y quieren la respuesta: *Cuando oscurece*, se enfadan mucho si se les da una respuesta alternativa como: *Cuando se hace de noche*.
- Algunos pueden utilizar las preguntas repetitivas para mantener la palabra o para conseguir mantener la conversación con alguien: es posible que no tengan la destreza para llevar la conversación de forma más natural.
- Para algunas personas con síndrome de Asperger hacer preguntas repetitivas puede aliviar la ansiedad, especialmente cuando éstas están relacionadas con lo que va a pasar a lo largo del día.

Estrategias de utilidad

- Para empezar, es aconsejable respetar el intento de comunicación de Jeremy y darle tiempo para que haga sus preguntas cuando lo necesite. Esto puede servir como relajación y permitirle mantener más adelante una conversación de mayor utilidad.
- Ofrecer y enseñar a Jeremy el uso de estrategias de relajación adecuadas, como por ejemplo, escuchar música con un walkman fuera del escenario de la escuela, leer su libro favorito o utilizar un juguete que alivie su estrés o cualquier otra cosa que resulte oportuna.
- Proporcionar información visual como un horario para que Jeremy sepa lo que va a pasar durante el día de forma que no necesite preguntarlo.
- Cambiar o modular gradualmente las respuestas a preguntas obsesivas. Por ejemplo, como respuesta habitual a la pregunta: *¿me puedo ir ya?* es: *sí, puedes*, acompañarla asintiendo con la cabeza o con un gesto de las manos y gradualmente reducir la respuesta verbal hasta que con un gesto baste.
- Utilizar las preguntas repetitivas de Jeremy como oportunidad de aprendizaje. Se le puede decir que se responderá a su pregunta cuando haya cumplido con una orden.
- Racionar gradualmente el tiempo del que se dispondrá para responder a sus preguntas repetitivas, por ejemplo: *No te puedo responder ahora, pero puedo hablar contigo a las once durante cinco minutos*. Es muy importante que se cumpla este tipo de promesas.

- Permitir este tipo de preguntas sólo en un lugar determinado, por ejemplo en el patio de recreo. Es importante que tenga acceso a este lugar varias veces al día.
- Intentar ser explícito al limitar estas preguntas e invitarle a que participe en una conversación más adecuada: *Esta pregunta es aburrida, ¿por qué no me preguntas otra cosa? o hágame sobre....* (Ver también *Temas de conversación obsesivos* - pág. 37).

IMAGINACIÓN Y RIGIDEZ

Temas de conversación obsesivos

Es muy difícil charlar con Michael, sólo sabe hablar de relojes. ¡Es tan aburrido!

Claves de comprensión

- Hablar sobre un interés obsesivo, excluyendo el resto de asuntos, sin importar el interés del oyente es una característica común a las personas con síndrome de Asperger.
- Este tipo de obsesión, como otros tipos de rituales, puede tener como función reducir la ansiedad.
- Alternativamente puede que Michael haga esto porque quiere participar en la conversación pero no sabe como hacerlo.

Estrategias de utilidad

- Es importante comprender las razones por las que habla sin parar sobre el tema y empezar también a reducir la frecuencia con que el tema se apodera de sus pensamientos y conversaciones. Señalar “momentos especiales” en los que puede hablar sobre sus intereses y disuadirle de que hable sobre ello en otros momentos.
- Se puede usar como incentivo para que termine sus tareas la oportunidad de hablar sobre su tema favorito.

- Si la conversación obsesiva es una manera de que Michael venza su ansiedad, se deben encontrar otras maneras de ayudarlo. Puede que sea posible eliminar algunas de las causas de su preocupación u ofrecerle métodos alternativos, menos intrusivos para relajarse.
- Asegurarse de que se elogia a Michael y que se le presta atención cuando *no* está hablando sobre sus intereses (aunque sólo lo consiga durante un corto periodo de tiempo).
- Intentar usar su interés en hablar sobre sus temas favoritos como forma de desarrollar el conocimiento sobre los mecanismos de la conversación y de respuesta en un tema concreto.
- Enseñar a Michael cuándo y con quién es adecuado hablar sobre relojes. Hay que ser muy explícito.
- Si el tema de obsesión es adecuado socialmente buscar oportunidades para que Michael hable sobre ello con otras personas que compartan sus intereses.
- Con el consentimiento de Michael (y posiblemente con su participación) indicar a los compañeros de clase sobre cómo decirle claramente cuándo están ya hartos de un tema en concreto (puede ser útil una palabra clave o una señal acordada previamente para que todo el mundo la use).

Insistencia en cumplir las normas

Yatin cumple las normas perfectamente. En situaciones en las que otros niños se las saltan, él adopta el papel de adulto y les regaña.

Claves de comprensión

- Las normas explícitas proporcionan fronteras útiles y sirven de guía a las personas con síndrome de Asperger.
- Debido a una inflexibilidad de pensamiento, las personas con síndrome de Asperger puede que no se den cuenta de que hay momentos y situaciones en los que las normas pueden incumplirse, negociarse o romperse.
- Algunos puede que no vean el punto de vista de otra persona y no son capaces de apreciar por qué no ha cumplido la norma estrictamente.

- Los niños con síndrome de Asperger necesitan un sentido del orden y de la estabilidad. Si las normas cambian o parecen flexibles pueden sufrir ansiedad. Su única estrategia puede ser la de adoptar el papel del adulto, inadecuado para ellos.

Estrategias de utilidad

- Es necesario ser consciente de que Yatin va a cumplir estrictamente cualquier norma. Por lo tanto es importante pensar cuidadosamente sobre cómo se formalizan en palabras las normas y dotarlas de algún tipo de flexibilidad.
- Debido a que Yatin va a tener dificultades en comprender por qué las normas no siempre se cumplen, es mejor asegurarse de que alguien, un adulto o un igual, le explique bien la situación, haciendo hincapié en por qué la gente actúa de esa manera.
- Explicar a Yatin con cuidado que sus compañeros no aceptan que adopte el papel de adulto y les regañe. Hablar con él sobre maneras alternativas de expresar y controlar su preocupación. Practicar estas alternativas e incentivar su uso en situaciones adecuadas.
- Escribir para Yatin una serie de “Relatos Sociales” para explicarle por qué la gente a veces incumple o se salta las normas (ver *Para saber más* - pág. 65).

Fobias

A Susan le aterran los perros. Ha llegado hasta el punto de no querer salir de casa, ni siquiera al jardín.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger suelen relacionar las situaciones de forma muy rígida, basados simplemente en una única experiencia que hayan tenido. Si algún aspecto de una situación o experiencia les ha causado angustia en el pasado, entonces una situación similar les causará la misma reacción. Su miedo también puede extenderse a otras situaciones muy diferentes.
- Como con todas las fobias, evitar continuamente la causa del miedo suele hacer que éste se vuelva desproporcionado y la persona nunca llega a comprender que, por ejemplo, la mayoría de los perros son inofensivos.

Estrategias de utilidad

- En primer lugar, es importante averiguar, si es posible, qué es exactamente lo que le disgusta a Susan de los perros, su pelo, los ladridos, el rabo, etc... Para ello lo mejor es preguntarle a Susan directamente. La mayoría de las personas con síndrome de Asperger son capaces de hablarnos sobre sus miedos pero a veces se nos olvida preguntarles. Visto desde la perspectiva de Susan, su fobia a los perros puede resultar racional y comprensible. En caso de que Susan no sea capaz de hablar sobre sus miedos irracionales, se pueden seguir, en líneas generales, las estrategias que aparecen a continuación.
- Una vez entendida la fobia de Susan hay que proponerse metas realistas. Puede que no sea realista o necesario conseguir que Susan llegue a tolerar el contacto físico con los perros pero sí que los pueda ver a distancia sin sentir terror.
- Hay que intentar desensibilizar a Susan de su fobia. El principio básico de este proceso es la exposición de forma muy gradual a la fuente de ansiedad mientras que se intenta mantenerla relajada. En la práctica esto podría consistir en dejar hacer a Susan una actividad agradable (como comerse un helado o jugar con su juguete preferido) mientras escucha una cinta, a bajo volumen, de un perro ladrando. A continuación se pueden ir introduciendo gradualmente en el proceso fotografías y vídeos para llegar finalmente a encontrarse con un perro a distancia. Es imprescindible dejar que Susan siga este proceso a su ritmo y continuar proporcionándole experiencias agradables y relajantes mientras se la expone a la causa de sus miedos.
- Un “Relato Social” puede ser útil para modificar las expectativas de Susan sobre los perros y para enseñarle a reaccionar en su presencia (ver *Para saber más - pág. 65*).

Cambiar la forma de hacer las cosas

A Hugh le gusta que todo se haga en un orden establecido. Si intento romper su rutina, se disgusta mucho.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger tienen dificultad para predecir lo que va a pasar. Por esta causa, algunos insisten en que todo ocurra en un orden establecido. Este orden proporciona un sentimiento de seguridad y bienestar, y, si esta rutina se altera, el sentimiento de seguridad se ve amenazado y causa, por lo tanto, ansiedad.

- Algunas personas con síndrome de Asperger tienen la necesidad imperiosa de terminar algo una vez que lo han empezado. Este hábito compulsivo toma prioridad sobre cualquier cosa que, en su lugar, deberían estar haciendo y puede que se disgusten mucho si no pueden terminarlo.

Estrategias de utilidad

- Intentar reducir poco a poco la duración de alguna de las actividades rutinarias de Hugh. Se puede empezar con uno de los pasos de la actividad. Puede resultar útil utilizar una señal artificial como una alarma, para señalar el final de ese paso en concreto. En un principio, este paso debería tener su duración habitual y una vez que Hugh ha asimilado la señal como parte de su rutina, ir acortando poco a poco el intervalo.
- Si la actividad rutinaria parece tener muchos pasos y fases, intentar eliminar el paso más corto y que aparentemente tenga menor importancia. A Hugh le puede resultar más fácil asimilar esto si se le proporciona un horario en que los pasos menos importantes no están incluidos (ver *Prepararse para los cambios* - pág. 41).
- Cuando Hugh se sienta a gusto con este horario, se pueden ir eliminando gradualmente pasos de la rutina. En este momento también merece la pena introducir pequeñas variaciones en algunos pasos, de forma que se le anime a ser más transigente con los cambios.
- A Hugh no le importará dejar una actividad y volver a ella más tarde siempre que se le asegure que podrá hacerlo, debido a su dificultad para predecir las cosas. Se le puede marcar en un horario cuándo podrá terminar con exactitud lo que estaba haciendo.

Prepararse para los cambios

Si hacemos algo inesperado o no seguimos su rutina, a Suresh le entra una rabieta.

Claves de comprensión

- Muchos niños con síndrome de Asperger parecen necesitar las rutinas, puede que hasta se las preparen ellos mismos. A veces pueden “engancharse” a determinadas rutinas cotidianas.
- Las alteraciones en estas rutinas pueden causar grandes problemas. Es como si se asustaran por la incertidumbre de no poder predecir lo que va a ocurrir a continuación.

- Las actividades inesperadas pueden causar los mismos problemas. Sin embargo, algunas personas con síndrome de Asperger parecen asimilar los cambios grandes, como un cambio de casa o unas vacaciones en el extranjero, pero no consiguen aceptar los cambios de menor trascendencia.

Estrategias de utilidad

- Respetar la necesidad de rutina de Suresh y realizar un horario que la indique claramente. Por ejemplo:
 1. Elegir una palabra determinada, un dibujo o un símbolo para cada fase de la rutina cotidiana. Poner cada uno en una tarjeta individual que se pueden colocarlas todas ordenadas en un álbum de fotos.
 2. Acostumbrar a Suresh a sacar la tarjeta correspondiente al principio de cada actividad y guardarla al final. Ayudarle a entender la relación entre cada tarjeta y la actividad a la que corresponde.
 3. Una vez que entienda la relación entre las tarjetas y las actividades, colocar las tarjetas en el orden que va a seguir la rutina durante medio día. Más adelante hacerlo con un día entero.
 4. Antes de empezar una actividad coger la tarjeta, especificar lo que se va a hacer y lo que ocurrirá a continuación.
 5. Una vez que Suresh se haya acostumbrado al horario se pueden ir introduciendo uno o dos cambios en la actividad. Señalárselos con bastante antelación. El hecho de que se le avise con antelación de lo que va a pasar puede ayudarle a asimilar el cambio. Es especialmente importante que cada tarjeta represente actividades separadas, para poder insertar en la rutina familiar las tarjetas de las nuevas actividades
- Puede que a Suresh le cueste aceptar con antelación algunos cambios, especialmente cuando conllevan nuevos lugares o nueva gente. Las grabaciones de vídeo o las fotografías pueden ayudar a prepararle.
- Puede ser útil que Suresh lleve algo que le es familiar a la nueva situación, tal como hacen los niños pequeños con sus peluches.
- Usar un lenguaje simple y preciso para explicar lo que está ocurriendo y decirle a Suresh lo que ocurrirá después de la actividad imprevista.

DIFICULTADES SENSORIALES Y MOTORAS

Reacciones inapropiadas a los sonidos

Cuando Aaron entra en el comedor de la escuela o en una cafetería llena de gente ruidosa, corre hacia una esquina, se tapa los oídos con las manos y se mueve rítmicamente hacia adelante y hacia atrás: se niega a escuchar y habla continuamente mientras le estoy hablando.

Claves de comprensión

- Una característica muy común en las personas con síndrome de Asperger es la hipersensibilidad a ruidos específicos o reacciones inusuales ante los mismos.
- Algunos se irritan y se distraen con los ruidos del ambiente, por ejemplo, el ruido de la segadora en el jardín, un avión que pasa, un fluorescente que produce un zumbido en la clase.
- Algunas personas con este síndrome se tapan los oídos con las manos, otros juegan con lo que tienen sobre la mesa, otros interrumpen con frecuencia y otros tararean en voz baja. Todos ellos son mecanismos para ahuyentar el sonido que les molesta.
- Algunos se distraen con facilidad y tienen dificultad para prestar atención cuando escuchan de cerca los ruidos que les angustian. Puede que incluso estos ruidos les resulten dolorosos.

Estrategias de utilidad

- Eliminar el mayor número posible de ruidos extraños y solucionar los ruidos específicos, por ejemplo las patas de las sillas que chirrían porque han perdido los tacos de goma.
- Poner su mesa de comedor un poco más alejada del resto y dejar que Aaron coma con uno o dos compañeros que sean comprensivos y le ayuden.
- Utilizar lo que hemos denominado “Relato Social” (ver *Para saber más* - pág. 65) para enseñar a Aaron lo que va a ocurrir, la duración de la comida y lo que pasará en cuanto termine la comida, para explicarle que el ruido se produce de forma natural y no con el fin de molestarle o dañarle. Después de la comida permitirle alguna de sus actividades preferidas para animarle a superarlo.
- Siempre habrá ciertos ruidos y sonidos en el ambiente que le disgustarán. Es necesario exponerle gradualmente a estos estímulos para incrementar su tolerancia y su habilidad para responder adecuadamente cuando ocurran (ver *Imaginación y rigidez: Fobias* - pág. 39).

Reacciones inapropiadas o malinterpretación del contacto físico

A Alison le gusta la gente y forma parte activa de la clase pero si alguien por accidente choca contra ella, le toca mientras le habla o le da un abrazo, se pone a gritar o a pegarle golpes.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger suelen manifestar una respuesta exagerada y desproporcionada al contacto físico. Puede que les disguste la sensación de ciertos tipos de tacto en determinadas situaciones. Cuando otra persona les toca de forma imprevista responden con temor o huyendo.
- A las personas con síndrome de Asperger puede que les guste la persona que les abraza, pero no el contacto físico repentino.
- A algunos les gusta el contacto físico si es a iniciativa suya, pero tienen dificultad para aceptarlo cuando son otras personas las que lo inician.
- También puede ser difícil para un joven con síndrome de Asperger descubrir qué es lo que en realidad significa el contacto físico. Puede que Alison no reconozca que la otra persona está intentando ser amigable o simplemente llamar su atención.

Estrategias de utilidad

- Aproximarse a Alison de frente y avisarle verbalmente de lo que va a pasar, ej.: “Alison, has hecho muy bien ese trabajo, choca esos cinco”.
- Con el permiso de Alison y sus padres, hablar con la clase sobre las dificultades de Alison con el contacto y animarles a mostrar tolerancia y comprensión. Discutir la forma de responder cuando ella reacciona de esta manera.
- Comentar siempre con Alison el incidente después de ocurrido. Utilizar un lenguaje claro y simple, explicando por qué se produjo la situación y comentando las alternativas disponibles, incitando a reacciones cada vez más adecuadas.
- Enseñar a Alison algunas técnicas de relajación para ayudarle a superar los incidentes. Pueden consistir en ejercicios de respiración y relajación o en frases establecidas que se usan para aliviar el estrés o la ansiedad.
- Escenificar situaciones y practicar respuestas más adecuadas para ayudarle a estar cómoda con los contactos imprevistos.
- Dejar que se siente al final de la mesa o cerca del grupo pero ligeramente apartada. Puede que necesite bastante espacio para sentirse a gusto. Durante las reuniones, dejar que se siente al final o al principio de una fila o de la clase.
- En algunas escuelas puede ser posible ofrecer sesiones de masaje y aromaterapia. Se pueden masajear las extremidades que son las zonas con las que Alison se puede sentir más a gusto. Esta actividad tiene que realizarla personas que con las que Alison se sienta segura y cómoda y debe hacerse de acuerdo con los procedimientos de protección de menores.

Hipersensibilidad a los estímulos visuales

Emily cierra los ojos cuando entra en una clase llena de gente. Es como si no pudiese elegir a dónde dirigir la mirada y no puede con todo.

Claves de comprensión

- Algunas personas con síndrome de Asperger miran a la gente como si no la vieran y evitan mirarles a los ojos.
- Pueden parecer torpes y desganados y a menudo dudan a la hora de subir o bajar escalones y bordillos etc... No suelen prestar atención a sus compañeros y sin embar-

go son capaces de localizar pequeños papeles en el suelo que inspeccionan con atención de manera prolongada y cuidadosa. Puede que les cueste determinar qué parte de la información visual es relevante y no suelen ver el cuadro al completo.

- Algunas personas con síndrome de Asperger afirman que las palabras escritas en la pizarra se van juntando hasta convertirse en un barullo sin sentido.
- Puede que las personas con este síndrome no toleren las luces brillantes y parpadeantes o la luz del sol y se encuentren bastante más relajadas en una habitación oscura. Algunas luces les pueden resultar hasta dolorosas.

Estrategias de utilidad

- Proporcionar a Emily una zona de trabajo sin distracciones. Se logra girando su pupitre hacia la pared para limitar los estímulos visuales. Es muy importante que sólo se utilice esta zona de trabajo cuando se pretenda que Emily trabaje sola. En otras ocasiones debe ser un miembro más.
- Limitar las distracciones visuales del entorno haciéndolo lo más estructurado posible. Las zonas y las hojas de trabajo y los espacios de exposición no deberían consistir en una acumulación de información visual desordenada.
- Las hojas de trabajo deberían ser diferenciadas para evitar la saturación y a la vez proporcionar información visual útil, como por ejemplo, dónde empezar, dónde terminar, dónde colocar las respuestas, etc...
- En las situaciones en que se prevea que Emily va a estar inundada de estímulos visuales, sugerirle que se centre a algunas cosas en concreto. Esto se puede hacer con una grabación en vídeo de una situación e ir señalando lo que es relevante y a lo que debería prestar atención.
- Hablar con Emily sobre sus dificultades con el manejo de los estímulos visuales. Puede proporcionarle una visión introspectiva de lo que puede sentir, y de la charla se pueden derivar algunas estrategias personales.
- Si Emily tiene problemas para establecer contacto visual, lo mejor es respetarlo. Sin embargo, es conveniente enseñarle formas socialmente aceptables de mantener un mínimo o nulo contacto visual. Por ejemplo, cuando a Emily le habla un profesor, siempre es más apropiado que le mire de vez en cuando y luego mirar hacia abajo a que mire hacia arriba o por detrás de su hombro.

DIFICULTADES EMOCIONALES

Desarrollo del autocontrol

¿Por qué Wesley se enfada siempre cuando no parece haber ninguna razón?

Claves de comprensión

- La mayoría de la gente con síndrome de Asperger tiene problemas a la hora de entender los motivos y las intenciones de los demás. En situaciones menos estructuradas tratar con otras personas les resulta muy estresante. En algunas ocasiones esta tensión se puede liberar en forma de explosiones de cólera.
- El desarrollo emocional de los niños con síndrome de Asperger tiende a ir a un ritmo más lento. A menudo reaccionan de un modo que es más típico de niños mucho más pequeños.
- Los niños con este síndrome están menos motivados por las opiniones que tienen de ellos otras personas y puede que no entiendan cómo se percibe su comportamiento desde la perspectiva de los demás. Esto provoca que tengan menos tendencia a inhibir su propio comportamiento.
- Los niños como Wesley suelen querer tener amigos pero les cuesta mucho entablar o mantener una amistad. Las explosiones de rabia son a veces una reacción a las frustraciones y desilusiones que experimentan en este área.
- Algunos niños con síndrome de Asperger meditan profundamente sobre cosas que les han ocurrido, o reviven incidentes que han tenido lugar hace ya algún tiempo.

Puede que tengan fijación con daños morales sufridos, ya sean éstos reales o imaginarios. Este malestar puede luego liberarse con reacciones retrasadas muy intensas.

Estrategias de utilidad

- Puede ser más fácil modificar algunos aspectos del entorno que cambiar el modo de pensar y de sentir de Wesley. Buscar los desencadenantes de estas reacciones y comprobar si éstos pueden ser evitados o modificados. Esta técnica puede implicar trabajar con otros niños, utilizando enfoques como los Círculos de Amigos (ver *Para saber más* - pág. 65).
- Wesley necesitará ayuda para reconocer cuándo está empezando a enfadarse. Puede que las estrategias de autorelajación le resulten beneficiosas o simplemente acudir a una rutina para evitar las situaciones en las que una pérdida de autocontrol sea probable. Esto requiere ensayo y Wesley necesitará que se le den indicaciones al introducirlo en las situaciones de la vida real (ver *Relaciones sociales: ¿Qué hacer cuando se rompen las amistades?* - pág. 23).
- Es importante hablar con Wesley después de cada incidente. Para que la discusión se mantenga calmada, simple y relacionada con los hechos, no tiene que tener conexión con ningún tipo de sanción que le se imponga. Centrarse en identificar las fases iniciales del incidente y buscar formas en que la dificultad podía haber sido resuelta o evitada.
- No olvidarse de ofrecer incentivos positivos por el autocontrol ejercido (por cada día, medio día o incluso media hora en que *no* haya habido una rabieta).

Ansiedad

David se preocupa mucho por lo que va a pasar. Hace preguntas una y otra vez y se derrumba si hay que cambiar los planes.

Claves de comprensión

- A la mayoría de los niños con síndrome de Asperger les cuesta mucho predecir lo que va a pasar.
- Algunos hacen depender su seguridad emocional de las rutinas y de la repetición.

- Algunos repiten las preguntas para asegurarse de que la respuesta va a seguir siendo la misma o porque escuchar la contestación esperada les hace sentirse seguros (ver *La comunicación: Preguntas repetitivas* - pág. 33).
- Muchos niños tienen dificultad al identificar y expresar sus emociones y esto puede provocarles ansiedad.
- La mayoría tienen problemas al interpretar las expectativas y los motivos de los demás, debido a su escasa empatía: las situaciones sociales pueden ser especialmente difíciles.
- Puede que algunos interioricen su ansiedad provocándose lesiones físicas con posterioridad, por ejemplo: morderse las manos.
- La ansiedad de algunos niños es el resultado de miedos que han podido tener su origen en experiencias verdaderamente aterradoras, ej: alarmas de incendio. El miedo a que esta experiencia se repita puede llegar a dominar la vida del niño, incluso en situaciones que no guardan ningún parecido con la original.

Estrategias de utilidad

- Intentar proporcionar al niño una rutina cotidiana consistente si resulta de utilidad. La predictibilidad y la estabilidad en el entorno son muy beneficiosas para los niños con síndrome de Asperger.
- Asegurarse de que David conoce con antelación cualquier cambio en la rutina establecida. Prepararle con suficiente antelación para actividades especiales o cambios previstos de antemano. Puede ser necesario respaldar la explicación verbal con material visual o impreso en caso de que necesite mayor confianza (o en caso de que no haya entendido la explicación).
- Los miedos irracionales suelen responder bien a una desensibilización gradual, dar al niño la oportunidad de enfrentarse a su miedo pero en un escenario donde él controle la situación y en el que la exposición a lo que les asusta esté atenuada (ej: una grabación de una alarma de incendios a bajo volumen, un vídeo de un perro, etc...) (ver *Imaginación y rigidez: Fobias* - pág. 39).
- Buscar en la sección *Relaciones Sociales* ideas sobre cómo prestar ayuda a David para entender a los demás y las situaciones sociales corrientes.
- Las actividades nuevas necesitan introducirse cuidadosamente. Intentar ser lo más específico posible al describirlas y asegurarse de que el niño las entiende (ej.: un ví-

deo de lo que ocurre en una salida escolar puede ser bastante más fácil de entender que la misma realidad). A veces es posible comprobar que el niño es más capaz de asimilar grandes cambios que pequeñas alteraciones en la rutina familiar.

- Enseñar técnicas para aliviar o controlar la ansiedad. En el mercado existen juguetes que pueden ser útiles para aliviar el estrés, así como diversas rutinas de relajación.

Frustración y cambios de humor

John puede estar bien un momento, viviendo su vida apaciblemente y de repente todo se derrumba y se pone muy tenso.

Claves de comprensión

- Algunos niños con síndrome de Asperger muestran unos niveles de frustración anormalmente altos debido a su incapacidad para expresar los sentimientos de modo adecuado o para entender las situaciones sociales cotidianas.
- Algunos son muy proclives a los cambios de humor que pueden estar relacionados con pensamientos o comportamientos obsesivos o que pueden ser ocasionados por experiencias sensoriales externas, como el ruido o la luz.
- Algunos niños parecen seguir un modelo cíclico que determina su humor.
- Muchos niños con síndrome de Asperger no desarrollan fácilmente la conciencia social que inhibe el comportamiento de la mayoría de las personas y pueden mostrar frustración si se les hace esperar o posponer el cumplimiento de sus deseos.

Estrategias de utilidad

- Intentar desarrollar el vocabulario emocional de John. Interpretar sus sentimientos y darles un nombre. John acumulará gradualmente una memoria de experiencias emocionales y desarrollará un concepto amplio de lo que conduce a cada emoción y del sentimiento que implica.
- Si John es muy obsesivo, intentar acotar momentos del día en que pueda hablar sobre su obsesión y hasta ponerla en práctica. Las rutinas y las obsesiones a menudo se derivan de la ansiedad. Intentar erradicarlas creará inevitablemente más frustración.

- Comprobar si los cambios de humor de John coinciden con días más soleados o con niveles más altos de ruido. Si esto es así, cambiarle de sitio en clase puede ser una ayuda eficaz, también se pueden utilizar cristales tintados para prevenir su hipersensibilidad a la luz.
- Si los cambios de humor parecen cíclicos y no tienen ninguna causa externa aparente, puede que el niño necesite ayuda médica. Es posible que el niño padezca una depresión, cosa frecuente en los niños con cierto nivel de autoconciencia (ver *Depresión* - pág. 52).
- Avisar a John con anterioridad de cambios en su rutina, que es probable que le causen frustración. Prepararle para los momentos en que tenga que esperar o cuando tenga que ser el segundo y no el primero de la fila, elogiarle si lo acepta bien. Ir gradualmente incrementando las ocasiones en que tenga que posponer sus deseos.
- No esperar que John sea capaz de compartir espontáneamente sus sentimientos. Aunque tenga un cierto nivel de autoconciencia puede no percatarse de que los demás se interesan y preocupan por él.
- Asegurarse de que hay un responsable de vigilar el bienestar de John y de que él sepa a quién puede acudir en solicitud de ayuda.

Autoconciencia

James cada vez parece más consciente de que es diferente a los demás y no para de preguntar por qué.

Claves de comprensión

- Los niños con síndrome de Asperger llegan a un momento de su desarrollo en el que toman conciencia de que son diferentes a los demás. Esto suele seguir a un periodo en el que son conscientes de estas diferencias, a las que restan importancia o cuya causa atribuyen a los demás. La constatación de “las diferencias” ocurre en distintos momentos según los niños. A algunos les ocurre mientras todavía están en la Escuela Primaria, mientras que para la mayoría es en Secundaria, durante la adolescencia (*).

(*) La enseñanza Primaria termina en Inglaterra a los 11 años, edad en que se inicia la enseñanza Secundaria. En España el salto de Primaria a Secundaria se da, de modo habitual, a los 12 años, un año más tarde que en Inglaterra. (Nota de la traducción).

- *Corresponde* a los padres la decisión de comunicar u ocultar a sus hijos que tienen síndrome de Asperger. Sin embargo, siempre se puede plantear esta posibilidad a los padres en el momento en que se crea que se está convirtiendo en un asunto importante.
- Si se le va a decir al niño, es posible que se necesite el consejo de otros profesionales para buscar la mejor forma de preparar y apoyar al niño.

Estrategias de utilidad

Si el niño no es consciente de que tiene síndrome de Asperger

- Hablar con la clase de James, mientras él está presente sobre las diferencias individuales y sobre cómo se pueden prestar apoyo mutuamente.
- Utilizar sesiones de asesoramiento con un adulto escogido por James donde se le anime a comentar cualquier cosa que le esté inquietando.

Si el niño es consciente de que tiene síndrome de Asperger

- Ofrecerle con frecuencia oportunidades para discutir con alguien en quien confíe las implicaciones del síndrome de Asperger (ver *Para saber más* - para conocer detalles sobre “Mi retrato” - *pág. 66*).
- Ofrecer oportunidades para el encuentro y la discusión del síndrome de Asperger con otros que también lo tengan.
- Proporcionar acceso a material escrito por personas con síndrome de Asperger y por profesionales competentes.
- Ofrecer la oportunidad de mantener correspondencia con otros niños con síndrome de Asperger (ver *Para saber más* - *pág. 65*).

Depresión

Umar tiene momentos en los que se siente muy decaído.

Para saber más

- Muchos niños con síndrome de Asperger experimentan repetidamente el fracaso y el rechazo en situaciones sociales. Lo que los demás hacen de forma natural a ellos

les cuesta un gran esfuerzo e incluso entonces puede que sus intentos de “comprender” a los demás no tengan ningún éxito.

- El trato con algunos niños con síndrome de Asperger requiere mucho tiempo y dedicación. Estas dificultades pueden entorpecer su relación con los adultos en la escuela.
- Los niños con síndrome de Asperger tienen dificultad para entender cómo piensan o se sienten los demás. A menudo ponen mucho empeño en ello y se disgustan mucho cuando no consiguen entender a los demás correctamente.
- Algunas personas con síndrome de Asperger se dan cuenta de que son diferentes y se deprimen porque les gustaría ser como los demás.

Estrategias de utilidad

- Asegurarse de que haya un responsable de controlar activamente el bienestar de Umar y proporcionarle oportunidades para que hable de sus sentimientos. Se debe empezar a un nivel muy básico, como es el de desarrollar un vocabulario para los sentimientos.
- No hay que esperar que Umar busque voluntariamente a un adulto para comentar cómo le va. Puede que no sea consciente de su estado o de la utilidad de hablar con alguien.
- Intentar involucrarle en su autocontrol, identificando días buenos y días malos para averiguar qué influye en las distintas situaciones.
- Desarrollar una serie de estrategias para pedir ayuda, para utilizarlas cuando se encuentre decaído.
- Estar alerta ante síntomas de dificultades más serias. Vigilar las señales de deterioro de la atención y de la organización, la reducción de su umbral de estrés y el aislamiento. Si surge la necesidad, aconsejar a los padres para que recurran a ayuda externa. Puede que los padres de Umar necesiten comentar la situación con su médico de familia.

DESTREZAS PARA EL TRABAJO

Motivación

Jason escribiría libros enteros sobre vuelos espaciales, pero se niega a hacer nada sobre la época romana.

Claves de comprensión

- Una característica muy típica del síndrome de Asperger es un interés muy intenso en un tema específico (y a menudo muy limitado) y poco interés en casi todo lo demás.
- Las fuentes de motivación “sociales” que funcionan con la mayoría de los jóvenes no suelen tener tanto efecto con los alumnos que sufren el síndrome de Asperger: puede que no estén tan interesados en agradar a los demás o en imitar a los adultos que admiran.
- La carencia de imaginación puede convertir en ineficaces los incentivos a largo plazo y las consideraciones sobre el futuro (como por ejemplo, los resultados de exámenes, las salidas profesionales, etc...).
- Los jóvenes con síndrome de Asperger (especialmente durante la adolescencia) pueden estar tan preocupados con sus dificultades y con sus sentimientos que no les quedan energías para centrarse en el trabajo.

Estrategias de utilidad

- Si Jason es relativamente joven, puede ser posible conectar ciertas áreas del currículum con su interés por el espacio. Esta estrategia presenta mayores dificultades según los niños van avanzando en la escuela.
- Merece la pena utilizar cualquier interés compulsivo como fuente de recompensas y motivación, ej.: “*Si terminas este trabajo para las 10:30, entonces tendrás 10 minutos para tu proyecto sobre el espacio*”.
- Las expectativas sobre la cantidad y la calidad del trabajo a realizar tienen que ser explícitas y detalladas. Es mejor empezar con objetivos a corto plazo y gradualmente ir aumentando su duración.
- Es posible que los incentivos externos de algún tipo sean útiles. Sin embargo, hay que recordar que es mejor ofrecer recompensas pequeñas y frecuentes y que se debe tener cuidado al escoger las recompensas. Siempre resulta útil indagar sus ideas para encontrar posibles recompensas o incentivos. La gama habitual de recompensas para la clase puede no ser eficaz.
- Intentar utilizar sistemas visuales para hacer saber a Jason si lo está haciendo bien y cuánto falta para obtener la recompensa elegida. Esto es especialmente importante cuando tenga que superar retrasos significativos.

Organización personal

Chris tiene mucha dificultad en ir de una clase a otra y cuando llega nunca encuentra en su cartera el material adecuado para la asignatura.

Claves de comprensión

- Los niños con síndrome de Asperger suelen tener a menudo serios problemas con la organización personal. Pueden parecer sobrecargados y confundidos al tener que manejar simultáneamente el lenguaje, la estimulación perceptiva y las exigencias sociales. (Esto nos puede ocurrir a todos en determinadas circunstancias pero las personas con síndrome de Asperger parecen tener un umbral de tolerancia mucho más bajo.)
- Hacer un esfuerzo adicional para organizarse personalmente puede que carezca de sentido para el joven con síndrome de Asperger. El agradar a los demás, acabar los trabajos o manejar con soltura destrezas determinadas tiene escaso desarrollo en ellos.

- Los problemas organizativos pueden aparecer en varios niveles diferentes:
 1. Saber dónde colocarse en los espacios abiertos y cómo ir de un lugar a otro.
 2. Saber dónde colocar las respuestas en las hojas de trabajo y cómo organizar los dibujos y el texto en una página en blanco.
 3. Tener previsto el material adecuado para cada asignatura.
 4. Conocer el material que debe traer a la escuela y llevarse a casa cada día.

Estrategias de utilidad

- Dar a Chris un mapa para que se oriente en la escuela.
- Proporcionar ayuda, especialmente la de un compañero, para circular por la escuela.
- Hacer una lista de lo que se necesita para cada clase. Indicar su uso en caso de necesidad.
- Marcar el principio de las tareas con un símbolo, ej.: un semáforo en verde al principio y en otro color al final.
- Agrandar las hojas de trabajo e indicar claramente dónde deben colocarse las respuestas con separaciones o colores.
- Señalar las zonas donde sentarse o estar de pie en los espacios abiertos con un aro de gimnasia, una alfombrilla, un cojín en el que sentarse, etc...
- Confeccionar un horario con símbolos o palabras para que Chris lleve a casa (ver *Exceso de dependencia* - pág. 59). Este horario debería bastar para llevar a casa y traer a la escuela las cosas necesarias cada día.

Concentración y entorno del aprendizaje

Kirsty siempre está de un lado para otro. Parece que no es capaz de tranquilizarse y centrarse en lo que debería estar haciendo.

Claves de comprensión

- Las personas con síndrome de Asperger pueden tener una buena capacidad de concentración pero tienen una forma muy personal de elegir en qué concentrarse.

- Los jóvenes con síndrome de Asperger tienen dificultad a la hora de elegir en qué deberían concentrarse, especialmente si no han escuchado o no han entendido las instrucciones.
- Pueden ser especialmente vulnerables a las distracciones de fuentes externas y parecen tener problemas a la hora de desechar los estímulos irrelevantes (especialmente sonidos e información visual)
- Sus pensamientos y preocupaciones pueden entrometerse demasiado y a menudo causar angustia.
- Cuando los niños con síndrome de Asperger encuentran la escuela estresante se retiran a su propio mundo de fantasía.

Estrategias de utilidad

- Una estrategia fundamental para muchos jóvenes como Kirsty es la de proporcionarles altos niveles de estructuración. Esto funciona en varios niveles diferentes.
- Si resulta práctico, puede ser extremadamente útil establecer una zona de trabajo separada para realizar el trabajo individual. Idealmente esta zona debería ofrecer las mínimas distracciones posibles, lejos de zonas donde haya ruidos de tráfico, mirando a una pared en blanco y posiblemente protegida con pantallas laterales (para esto pueden ser útiles las cajas de cartón grandes). Asegurarse de que todo el material de trabajo está disponible y organizado antes de empezar la sesión. El objetivo es crear un nexo entre este lugar y el trabajo acabado.
- Las indicaciones visuales también pueden ser útiles. Se pueden utilizar para enseñar a Kirsty qué actividades vienen a continuación (especialmente si le resultan motivadoras). A un nivel más detallado, éstas pueden señalar los pasos de cada tarea. Los símbolos y las palabras también se pueden utilizar para recordar a Kirsty las normas básicas y las expectativas.
- Las señales sonoras (como alarmas de cocina o similares), asociadas a tareas específicas pueden ayudar al niño a centrarse. Si además se compaginan con otros incentivos, pueden motivar al niño a hacer el esfuerzo adicional necesario para resistirse a las distracciones.
- Hay que organizar las tareas de forma clara y con cuidado. Cada paso ha de explicarse de manera explícita y el producto final esperado ha de ser descrito con detalles muy concretos.

- Ser realista con el ritmo de trabajo y nivel de concentración que se espera de Kirsty. Si está recibiendo ayuda personal, el ritmo puede resultar bastante intenso y exigente y que no sea capaz de seguirlo todo el día pero, por lo menos, habrá completado algún trabajo durante estas sesiones personales.
- Dependiendo de la relación que mantenga Kirsty con sus compañeros de clase puede ser útil utilizar el sistema del compañero colaborador, en el que otros niños le recuerdan ocasionalmente que hay que concentrarse (utilizando alguna indicación previamente acordada o una contraseña).

Exceso de dependencia

Michael no hace nada si no estoy sentado a su lado diciéndole lo que tiene que hacer, incluso para las cosas que puede hacer con facilidad.

Claves de comprensión

- A muchos niños con síndrome de Asperger no les gustan los cambios y se acostumbran a hacer las cosas siempre de la misma manera y con la misma gente.
- A veces la presencia del adulto actúa como una especie de incentivo físico, que si se retira no permite que el niño continúe con lo que estaba haciendo, incluso si la tarea es muy fácil. Los adultos pueden llegar a pensar que una “figura de cartón” podría ser igual de eficaz.
- Algunos niños no tienen la motivación social para ser independientes y nunca muestran orgullo suficiente como para decir: “*déjame hacerlo solo*”, como hacen otros niños.
- Muchos tienen poca autoestima y confianza en sí mismos y se sienten más seguros con un adulto.
- A veces el adulto que ofrece la ayuda cree que el niño sólo hará su trabajo adecuadamente si está con él todo el tiempo y fomenta, sin querer, la dependencia.

Estrategias de utilidad

- Tan pronto como Michael haya aprendido unas cuantas destrezas, establecer un momento cada día en que pueda practicarlas independientemente. Asegurarse de

que lo que se le está exigiendo está dentro de sus posibilidades. Esta estrategia está dirigida a desarrollar la independencia de Michael y no la tarea en sí.

- Elogiar a Michael cada vez que complete una tarea sin apoyo. Enseñarle la forma de comunicar que ya ha acabado su tarea, ej.: verbalmente, con una tarjeta donde ponga terminado, guardando el material, etc... (ver *Concentración y entorno del aprendizaje* - pág. 57).
- Animar a todos los que apoyan a Michael en cualquier momento del día a que gradualmente le dejen solo. Deben darle libertad pero estar preparados para intervenir cuando lo necesite.
- Asegurarse de que se ayuda a Michael a organizar su material y de que ha entendido y ha comenzado la tarea antes de reducir el apoyo. Inicialmente el adulto podría empezar por redirigir su atención hacia otro niño que esté cerca para ayudarlo.
- Animar a los compañeros de Michael a proporcionar apoyo en lugar de un adulto, ej.: sacándole a jugar, trabajando con el ordenador. Puede que sea necesario prevenir una ayuda excesiva en incontrolada.

Problemas con la escritura

Jack tiene mucha dificultad al escribir. Su escritura es poco uniforme y empeora cuando tiene que pensar lo que está escribiendo.

Claves de comprensión

- Muchos niños con síndrome de Asperger tienen dificultades motoras considerables que hacen que escribir sea difícil.
- Algunos de estos niños todavía tienen que concentrarse en la mecánica de la escritura. Si además se les pide que piensen sobre lo que están escribiendo, ésta puede empeorar.
- Algunos pueden ser capaces de escribir bien al principio de una actividad pero enseguida se cansan.
- Algunos muestran más dificultades con la escritura cuando están ansiosos (bien por la escritura en sí o por alguna otra causa).
- Algunos tienen dificultad al trabajar con tiempo limitado y les cuesta acabar el trabajo.

Estrategias de utilidad

- Aunque es importante que Jack desarrolle las destrezas de la escritura, éste no es el único método de registro. Las alternativas que se pueden investigar son:
 - el ordenador
 - la grabadora
 - los dictados
 - cortar y pegar
 - respuestas cerradas
- Puede que sea necesario planificar cómo se espera que Jack haga su trabajo a lo largo de las distintas asignaturas en una cada semana. El objetivo es asegurar un equilibrio entre los métodos (y ofrecer claridad y tranquilidad al profesorado). Estas expectativas deberían marcarse claramente en su horario.
- Hacer saber a Jack cuánto se espera que escriba. El estudiante con síndrome de Asperger tiene dificultad en predecir lo que se espera de él.
- Reconocer sus ansiedades y, en caso de que fuera posible, reducir la presión en estas situaciones.
- Utilizar temporizadores como los relojes de arena, las piezas de música conocida, las alarmas de tiempo, etc... Darán a Jack una indicación visual o auditiva de que el tiempo pasa y de la necesidad de terminar a tiempo lo que está escribiendo.

Problemas con la memoria

Harjas no es capaz de decirme lo que ha hecho en la escuela a no ser que le haga muchas preguntas. Si doy con la pregunta adecuada, entonces me cuenta muchas cosas.

Claves de comprensión

- Algunos estudiantes con síndrome de Asperger tienen dificultad en acceder a sus recuerdos. No es que la memoria no esté ahí, sino que tiene problemas recuperándola. A veces parecen necesitar una indicación clara y específica.
- Algunos tienen dificultad a la hora de responder preguntas abiertas, ej.: *¿Qué has hecho hoy en la escuela?* pero sin embargo son capaces de responder preguntas con alternativas obligatorias, ej.: *¿Has ido hoy a montar a caballo o nadar?*

Estrategias de utilidad

- Intentar proporcionar a Harjas indicaciones que le ayuden a recuperar la información almacenada en su memoria. Organizar la información y darle los encabezamientos o palabras clave que sirvan de recordatorio.
- Comunicarse con intensidad con sus padres, quizás a través del libro de clase o de su diario de trabajo para casa. Hacer una lista con las palabras clave que logren activar la memoria del niño.
- Tener cuidado ante las dificultades con las preguntas abiertas y hacerlas sólo cuando se crea que Harjas va a ser capaz de recuperar la respuesta. En otros momentos apoyarle haciendo preguntas que le den alguna indicación, como son las alternativas obligatorias.
- Si se espera que Harjas memorice información específica intentar animarle para que la procese activamente. Puede utilizar las siguientes técnicas de ayuda:
 - Intentar reunir la información en un diagrama o dibujo.
 - Ayudarle a construir nexos personales entre la nueva información o los conceptos nuevos y lo que ya sabe. Intentar personalizar esta información.
 - Enseñarle técnicas memorísticas, por ejemplo la recitación o los mapas conceptuales.
 - Al hablar sobre sus experiencias con el niño, poner énfasis en su participación personal y en sus reacciones ante las actividades.

¿Qué hacer con los deberes?

Jenny sólo hace los deberes que le apetecen. No parece preocuparle que se le castigue cuando no los hace.

Claves de comprensión

- Algunos niños con síndrome de Asperger no son capaces de hacer los deberes porque mezclan el territorio de casa y de la escuela y esto les crea confusión.
- La mayoría carecen de la motivación social habitual para agradecer a los padres o a los profesores.

- Muchos de ellos no consiguen ver la importancia de hacer los deberes aunque sepan decir por qué han de hacerse, ej.: sacar mejores notas en clase.
- Algunos niños con síndrome de Asperger intentan dar excusas para no hacer los deberes. Estas explicaciones pueden ser válidas en alguna ocasión, pero ellos continúan dando la misma explicación una y otra vez, sea apropiada o no.
- La mayoría hacen los deberes, sobre todo si encuentran los temas interesantes pero tienen dificultad en cumplir los plazos establecidos debido a su pobre organización personal (ver *Organización personal* - pág. 56).

Estrategias de utilidad

- Trabajar con los padres, tenerles informados y buscar formas de ayudarles a motivar y organizar a Jenny.
- Asegurarse de que el profesorado da instrucciones claras que puedan ser entendidas por los padres además de por Jenny. Puede que ella no entienda las instrucciones que se han puesto por escrito una vez que se le saca del contexto de la escuela. Una grabadora puede ser de utilidad (ver *Problemas con la escritura* - pág. 60).
- Convocar una reunión para establecer las normas para el trabajo en casa, en la que estén presentes los padres, el profesor de apoyo y Jenny. Ver y oír a todos discutiendo sobre el tema puede beneficiarle y así no tendrá dudas sobre lo que sabe cada uno.
- Establecer un enfoque unificado por parte del profesorado. La consistencia es esencial y no sirve de nada que un profesor le castigue mientras que otro ignora el problema. Jenny podría estar totalmente confundida o aprovecharse de esta inconsistencia.
- Los castigos no suelen ser eficaces y pueden empeorar el problema. Los castigos a la hora de la comida le quitan a Jenny las oportunidades de socialización que necesita, aunque le resulten un reto.
- Intentar pensar en algo motivador en lo que Jenny podría trabajar. Hablar con ella para ver qué podría motivarle. Puede que sea algo inhabitual pero fácil de proporcionar. Además, seguir ofreciendo reconocimiento público por sus esfuerzos.

PARA SABER MÁS

Círculos de amigos

Esta teoría consiste en trabajar directamente con el niño y un pequeño grupo de compañeros de clase. El círculo de amigos actúa como grupo de apoyo para solucionar problemas y es también una fuente de ayuda emocional. Para saber más sobre esta técnica y su uso con niños autistas en la escuela ordinaria:

Barrat P.; Joy H.; Thomas G.; Whitaker P. (1998): "Children with autism and peer support group". *British Journal of Especial Education*, vol. 25, nº 22.

Este artículo también hace referencia a otros autores que describen los aspectos generales de esta técnica y asesoran sobre su uso para facilitar la incorporación en los grupos sociales.

Compañeros por correspondencia

Los niños y jóvenes con síndrome de Aperger pueden ponerse en contacto mediante la revista *Morning News*, publicada trimestralmente y cuyo precio es de \$15 (EE UU).

Para más información ponerse en contacto con:

Jenison Public Schools
2140 Bauer Road
Jenison
M1 49428 - EE UU

Mi retrato

Éste es un ejemplo específico del método “Relatos Sociales” desarrollado por Carol Gray. Consiste en que el niño o joven escriba e ilustre un libro sobre sí mismo con la ayuda de un adulto en quien confíe. Siguiendo unos pasos previamente establecidos, se anima al niño a que descubra su personalidad y sus cualidades. Después deberá identificar las dificultades y necesidades que se derivan del síndrome de Asperger.

Para conseguir una descripción de este método:

Gray, C. (1997): “Pictures of me - introducing students with Asperger syndrome to their talents, personality and diagnosis” *Communication*, Winter 1997.

Programa para el uso del lenguaje de relación social

Este programa tiene como objetivo mejorar la comunicación social los de niños con cualquier tipo de necesidades educativas especiales, no sólo con síndrome de Asperger, tanto en la escuela primaria como en la secundaria. Ofrece un modelo para la evaluación y la anotación sistemática. También incluye actividades de enseñanza para determinadas destrezas interactivas (que incluyen la autoconciencia y el conocimiento de los demás) así como sugerencias para poner en práctica destrezas en el contexto social. Para más detalles:

Rinaldi, W. (1992): *Social Use of Language Programme*. NFER - Nelson.

Relatos Sociales

Ésta es una estrategia desarrollada por Carol Gray. Consiste en escribir un relato individualizado que describa una situación social específica con las respuestas y claves sociales relevantes. Carol Gray proporciona una guía para utilizar la proporción adecuada de frases descriptivas y prescriptivas. Recomienda tener en cuenta también las perspectivas de otras personas.

Para conseguir una descripción de esta técnica y ejemplos de su uso:

Swaggart, B.L., et al (1995): “Using social stories to teach social and behavioural skills to children with autism” *Focus on autistic behaviour*, vol. 10, nº 1.

DIRECCIONES ÚTILES

Reino Unido:

The National Autistic Society

393 City Road, London EC1 1NE

Teléfono: 00441718332299

País Vasco

Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco

Dirección de Innovación educativa.

Donostia-San Sebastián, 1. 01010 VITORIA-GASTEIZ

ISEI-IVEI Irakas sistema ebaluatu eta ekertzeko erakundea/Instituto vasco de evaluación e investigación educativa

Asturias,9-3º. 48015 BILBAO

Tlfn: 944760604.

ivei@isei.euskalnet.net

Delegaciones del Departamento de Educación, Universidades e Investigación

San Sebastián-Donostia

Andia,13. 20004 DONOSTIA-SAN SEBASTIÁN

Tfno: 943-022850

Vitoria-Gasteiz

San Prudencio, 18 bajo. 01005 VITORIA-GASTEIZ

Tfno: 945-017200

Bizkaia

Gran Vía, 85. 48011 BILBAO

Tfno: 94-4031000

GAUTENA

Francisco López Alen, nº 4, 20009 SAN SEBASTIÁN

Tfno: 943-215344.

gautena@sarenet.es www.gautena.org

ARAZOAK

Pasaje de las Antillas, nº 2, Oficina 4, 01012 VITORIA

Tfno: 945-221859

APNABI

Calle Pintor A. Gezala, nº 1-2, 48015 BILBAO

Tfno: 94-4755704.

autismo@apnabi.org

Otras direcciones de interés:**Confederación Autismo-España**

C/ Guadiana, nº 38, 28224. Pozuelo de Alarcón. MADRID

Tfno: 91-3515420

www.autismo.com

FESPAU

C/ Navaleno, 9 (El Bosque) 28033 MADRID

Tfno: 91-7662222

apna@medusa.es

FEVAS

Calle Pintor A. Gezala, nº 1-2, 48015 BILBAO

Tfno: 94-4755704