

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

La conversación sobre el autismo está cambiando: Cómo apoyar mejor a su hijo o clientes autistas (Parte 2 de 2)

por Dani Kinsley, MS, OTR/L

Desahzate de los objetivos y grupos de "habilidades sociales neurotípicas".

Muchos adultos autistas informan que las terapias y los programas de habilidades sociales que promueven diferentes formas de enmascaramiento son psicológicamente perjudicial para las personas neurodivergentes. "Enmascarar" es el proceso de suprimir intencionalmente a los autistas o patrones de comportamiento "atípicos" en un intento de encajar socialmente. El enmascaramiento puede ser muy dañino para los neurodivergentes individuos porque promueve la idea de que los rasgos de personalidad inherentemente autistas son incorrectos o anormales y deben ocultarse o cambiarse. Hay muchas maneras en que se puede alentar a las personas autistas a usar máscaras, incluida la promoción de las siguientes conductas.

- **Supresión de estímulos:** Muchos individuos neurodivergentes exhiben "estimulantes" o comportamiento de auto estimulación, como aleteo de manos, aplausos, saltos, cuerpo posturas, mecerse, masticar/llevar a la boca, o creando patrones de movimientos visualmente interesantes. Estimulantes promueven la autorregulación y pueden aumentar en frecuencia o intensidad si el individuo está estresado, excitado o incluso durante los períodos de foco agudo. Auto defensores autistas dicen que cuando se ven obligados a suprimir sus estímulos, se sienten físicamente incómodos. Si el estimulando se vuelve peligroso o autolesivo, es apropiado intentar suavemente redirigir el estímulo a un alternativo similar pero más seguro.



menudo quieren compartir sus intereses y pasiones con otros, pero algunos programas de formación en "habilidades sociales" se centran en intentar redirigir constantemente sus intereses o forzar sus conversaciones lejos de temas preferidos. Esto puede ser estresante y molesto para un Individuos autistas. De hecho, la investigación muestra que cuando las personas autistas se les permite o anima a discutir y cultivar sus intereses específicos, su comportamiento, sus habilidades comunicativas, sociales y emocionales mejoran.

- **Contacto visual forzado:** Para muchos individuos autistas, contacto visual con otros puede ser intensamente incómodo, le puede distraer, o incluso puede sentir dolor. Permitir que la gente para dirigir su mirada visual donde quiera sentirse más a gusto puede promover la comodidad y mejorar enfoque conversacional.



- **Evitar el tema preferido:** Es muy común que las personas autistas tienen intereses intensos y enfocados. Estos intereses pueden variar mucho y pueden durar toda la vida de un individuo o puede evolucionar y cambian con el tiempo. Las personas neurodivergentes a menudo son muy apasionados por sus intereses, lo que puede conducir a la experiencia, el dominio y el desarrollo profesional calificado. A



- **Grupos de pares mixtos forzados:** Un poco de entrenamiento de habilidades sociales bien intencionado los grupos emparejan deliberadamente neurotípicos y pares neurodivergentes juntos en un intento de construir amistades y promover habilidades sociales más "típicas" entre los autistas participantes. Mientras que las amistades y las relaciones absolutamente pueden y deben establecerse entre las personas de diferentes neurotipos



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(continuado —página 2 de 3)

naturalmente, los grupos pueden sentirse muy incómodos y forzados y en realidad puede contribuir a enmascarar comportamientos. Ver reconocer el “problema de la doble empatía” en la parte uno de esta serie para obtener más información sobre esta dinámica.

- **Escucha de todo el cuerpo:** Joven a menudo se alienta a los niños en el aula y entornos grupales para participar en cuerpo escuchando”. Se espera que los niños se sientan en silencio sin mover las manos en sus regazos, haciendo contacto visual con el maestro o altavoz. Individuos autistas y otros neurodivergentes a menudo se enfocan y aprenden mejor mientras se mueve o cuando se le permite moverse, evitar el contacto visual, sentarse en un lugar en la posición más cómoda o natural, o hacer garabatos en papel. Teniendo en cuenta estas variaciones naturales en el aprendizaje y estilos de escucha se ha llamado “aprendizaje de todo el cuerpo” desafiar la noción de que los estudiantes silenciosos que se sientan perfectamente quietos son los únicos que están listos para aprender.



Abraza los intereses.

- **Grupos de interés enfocados con pares:** Ayude a los niños y adolescentes autistas a desarrollar sus habilidades y amistades con sus compañeros animándolos a unirse a grupos relacionados con intereses con otras personas que tengan pasiones similares. Por ejemplo, puede buscar grupos de entusiastas del espacio o de trenes basados en la comunidad o en línea, clubes de robótica o Lego, clases de arte o grupos de música. También puede ser muy beneficioso encontrar grupos de compañeros u oportunidades de socialización con otras personas autistas o neurodivergentes que pueden conducir a amistades duraderas y significativas.



- **Desarrollar habilidades que puedan traslado al lugar de trabajo:** Grupos de interés enfocados, clubes, campamentos o clases también pueden ayudar a las personas autistas ampliar sus intereses de maneras que puedan, luego se traducen en habilidades profesionales, por ejemplo, un adolescente apasionado por los videojuegos puede comenzar a aprender desarrollo de software temprano, gráfico habilidades de diseño o desarrollo de personajes en persona o campamentos o cursos en línea.



Tome una basada en fortalezas versus enfoque basado en los déficits.

- A menudo se piensa y se describe el autismo como una serie de déficits personales en lugar de simplemente como una variación natural en el ser humano genoma—como un neurotipo que es diferente, pero no inferior a, la “norma”. Hay mucho de estigma que rodea al autismo por esta razón. Es muy importante enfocarse y construir sobre la base de un individuo fortalezas frente a sus retrasos percibidos. Después de todo, nadie construye una vida en base a sus carencias personales y retos!
- Si es un médico (OT, SLP, PT, clínico psicólogo, etc.) o profesor, es vital establecer una mentalidad basada en fortalezas cuando se trata de evaluar, tratar o enseñar a sus clientes o estudiantes. A veces, esto puede ser difícil debido a la naturaleza evaluativa basada en los déficits de evaluaciones estandarizadas. Sin embargo, mantener un enfoque basado en fortalezas puede ayudar a disminuir el agotamiento, promueve la autoidentidad autista positiva, y puede en gran medida mejorar los resultados para los clientes y las familias. Satisfacer sus necesidades sensoriales.



Satisfacer sus necesidades sensoriales.

- Las diferencias de procesamiento sensorial son muy comunes en la comunidad autista. Cuando no se satisfacen las necesidades sensoriales, puede conducir a estrés extremo e incluso “neurochoques” o “colapsos” como individuos autistas abrumados volverse incapaz de autorregularse. Cuando sea posible, es importante satisfacer las necesidades sensoriales de los autistas para ayudar a promover una participación óptima en ocupaciones diarias e interacciones sociales.



Handy Handouts®

Folleto educativo gratuito para maestros y padres
(continuado —página 3 de 3)

- Los médicos o cuidadores también pueden ayudar a enseñar a los niños autistas más pequeños a reconocer y defender sus propias necesidades sensoriales en diversos entornos y ajustes. Por ejemplo, alguien que es fácilmente abrumado por los sonidos ambientales fuertes puede beneficiarse del uso de auriculares con cancelación de ruido en lugares ocupados. ambientes; o a los niños que son buscadores sensoriales vestibulares se les puede enseñar a reconocer cuándo necesitan pedir descansos para moverse durante el día escolar.



- Muchos adultos autistas autogestores que recibieron un diagnóstico de autismo más adelante en la vida, informan que siempre se sintieron “diferentes” en comparación con muchos de sus compañeros, pero nunca supieron por qué. Esto puede llevar a baja autoestima, inseguridad o problemas con la propia identidad, especialmente en la adolescencia y la adultez temprana. Para esta razón, es importante apoyar a cualquier miembro de la familia o amigo que se identifique como autista o neurodivergente y ayudar siempre a las personas a reconocer sus fortalezas personales independientemente de su neuro-identidad.



Ayudar a las personas autistas a desarrollar una identidad positiva.

- Hay muchos conceptos erróneos y estereotipos sobre el autismo. A veces, esto puede llevar a los padres o cuidadores a evitar buscar un diagnóstico para su hijo fuera de temor de que el niño tenga dificultades para tener la “etiqueta” de autismo, sin embargo, a menudo es este miedo generalizado el que se suma al estigma que rodea a la neurodivergencia.
- Si las personas reciben un diagnóstico de autismo temprano en la vida, es más probable que sean elegibles para recibir servicios en la escuela y en la comunidad que pueden ayudar promover la comunicación, la independencia, la participación en ocupaciones significativas, relaciones y aprendizaje. También pueden trabajar para construir una identidad autista positiva, especialmente con el apoyo de la familia que afirma la neurodiversidad miembros, maestros, médicos, amigos autistas y conocidos.



Disminuir el estigma.

- Una forma de disminuir el estigma y limitar estereotipos perjudiciales en torno al autismo es para seguir los consejos de esta serie de dos partes (Vea [Handy Handout® #658](#) para la Primera Parte). También es importante continuar el proceso de aprendizaje sobre el autismo mientras se difunde ese conocimiento entre amigos, familiares y compañeros de trabajo en un ambiente amable pero de manera persistente. Los partidarios de la afirmación de la neurodiversidad pueden ayudar a desafiar los estereotipos arraigados de los demás amplificando las voces y promoviendo el trabajo de autogestores autistas siempre que sea posible.
- Y la mejor manera de disminuir el estigma históricamente negativo en torno al autismo es hacerse amigo de las personas autistas en su comunidad, compartir sus intereses, aprender de ellos, y trabajar juntos para ayudar educar a otros sobre la importancia de aceptar y abrazando la belleza de la neurodiversidad humana.



Handy Handouts® Relacionados:

- [658 – La conversación sobre el autismo está cambiando: Cómo apoyar mejor a su hijo o clientes autistas \(Parte 1 de 2\)](#)
- [630 – Autismo: conceptos básicos](#)
- [643-645 – Explorando el autismo en niñas y mujeres: ¿Cómo es diferente? \(Partes 1 a 3\)](#)

Recursos:

- How to promote “Whole Body Learning” vs. “Whole Body Listening” from Autism Level UP!®: <https://cdn.sanity.io/files/p6bm7moz/production/99d189ab413e0ccab0329aaa52658ad68b2f7875.pdf>
- “Nurturing Special Interests as Career Foundations”: https://www.exceptionalneedstoday.com/post/nurturing-special-interests-as-career-foundations-when-there-are-different-abilities?utm_campaign=0561b970-63f5-4fdf-b6db-ce8a881303ef&utm_source=so&utm_medium=mail&cid=85450ec8-df98-4703-9866-03beec149bf1
- OTR/L Meg Proctor’s neurodiversity-affirming courses on how best to support Autistic clients: <https://learnplaythrive.com/approach/>
- Stimming: <https://raisingchildren.net.au/autism/behaviour/common-concerns/stimming-asd>
- The double empathy problem: <https://www.spectrumnews.org/news/double-empathy-explained/>
- Whole body listening: <https://theotbutterfly.com/whole-body-listening/sws-podcast/>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com