

IV ENCONTROS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE DESDE OS DEPARTAMENTOS  
DE ORIENTACIÓN E O EQUIPO DE ORIENTACIÓN ESPECÍFICO

# BENESTAR SOCIAL E EMOCIONAL EN PERSOAS CON S. ASPERGER

Marlene Horna Castiñeiras

A Coruña, 26 feb 2015

Psicóloga

Cuidar la **estabilidad emocional** de los alumnos con SA es la **base preventiva** de conductas inadaptables, fracaso o abandono escolar o problemas de salud mental como la ansiedad y el estado de ánimo deprimido, etc.

Para sentirme bien necesito  
**QUE ME COMPRENDAN, QUE MI ENTORNO ME  
OFREZCA LOS APOYOS QUE NECESITO Y  
¡SEGURIDAD!**



Daniel



María

Mis características personales

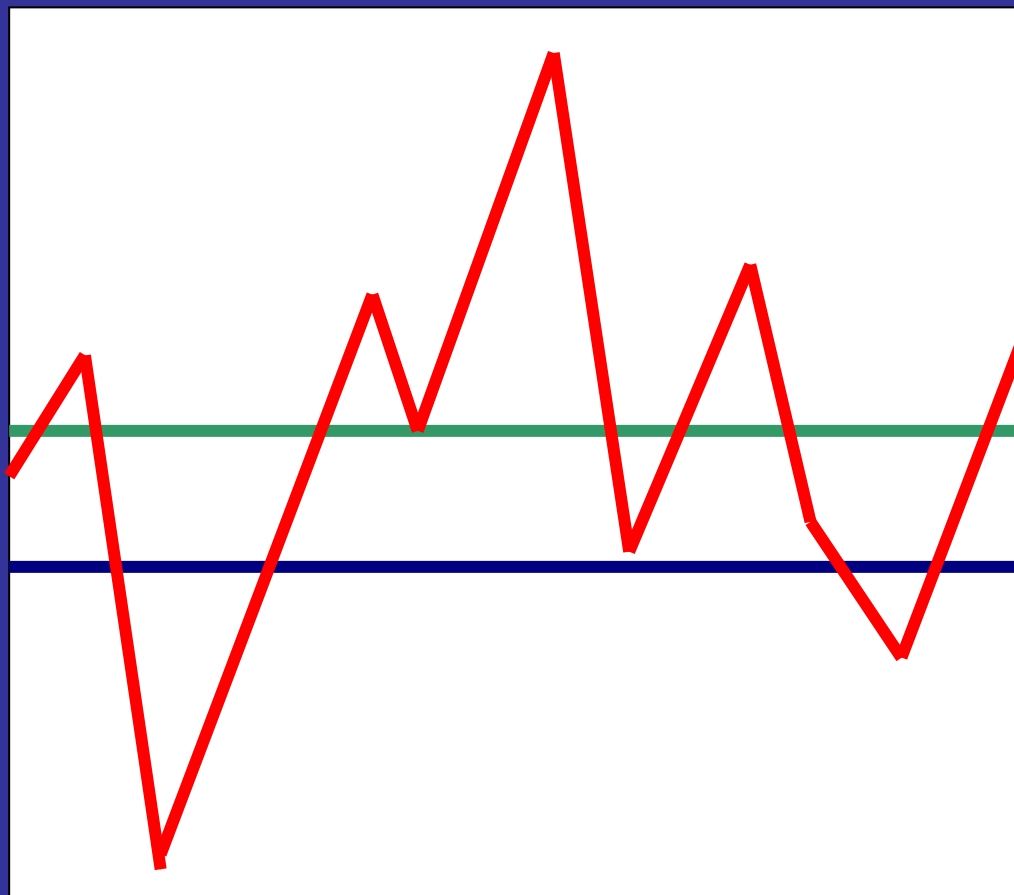
“Sin mochila”

PERSONA

DESARROLLO TÍPICO

DISCAPACIDAD  
INTELLECTUAL

S. ASPERGER

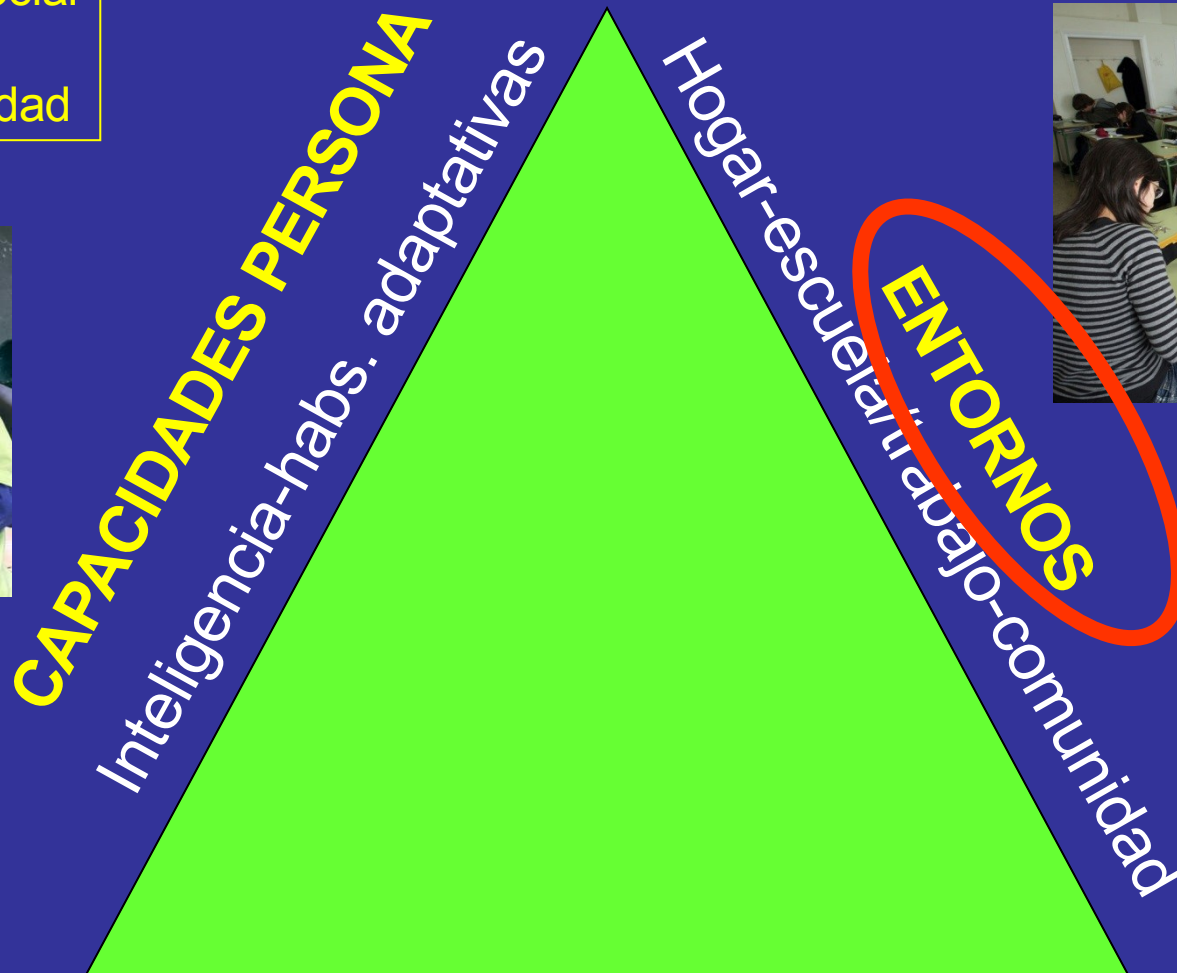


PERSONA

La  
metáfora  
del  
iceberg



Modelo social  
de la  
discapacidad



FUNCIONAMIENTO



apoyos

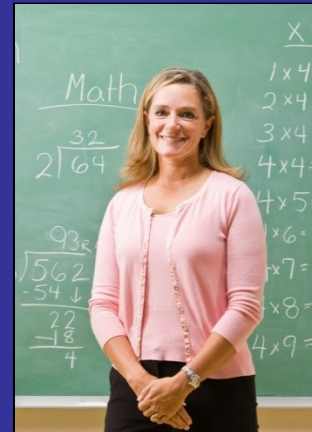
# ENTORNO



La inclusión NO implica ser uno más en “igualdad de condiciones” sino “igualdad de oportunidades”.

**¡No son privilegios!, son derechos**

¿Quién debería adaptarse a quién?



# ETAPAS EN EL DESARROLLO SOCIAL DE LA PERSONA CON TEA



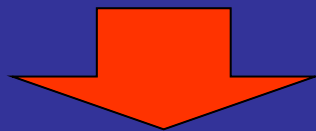
- **Preescolar:** suelen pasar bastante desapercibidos. Ellos no son conscientes de su diferencia. No suelen mostrar interés en los iguales pero sí establecer relaciones de confianza con adultos.
- **Escolar (6-12 años):** Empiezan a ser conscientes de su diferencia. Aumenta su deseo por tener amigos pero las situaciones sociales se hacen cada vez más complejas. Actitudes extremas a la hora de tener amigos: o se retraen porque se sienten incapaces o lo intentan de manera brusca. Dificultades con la comprensión del concepto de amistad. Primeros indicios de baja autoestima.
- **Adolescencia:** Es una época complicada para todos los chicos, también para ellos. Opinar sobre temas variados. Apoyo emocional a compañeros. La importancia del aspecto físico y la moda. Lenguaje especialmente metafórico y jergas. Conciencia de su diferencia. Desean tener amigos y “encajar”. Mucho más difícil establecer redes si antes no se hizo. Aparecen sentimientos de tristeza, ansiedad y falta de apoyo. Pueden aumentar conductas TOC, problemas de conducta y se agudizan dificultades en HH.S. Etapa vital en la que la sintomatología puede hacerse más intensa. Frecuencia de acoso escolar.





# ETAPAS EN EL DESARROLLO SOCIAL DE LA PERSONA CON TEA

## Adolescencia

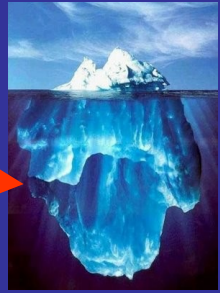


- Q se conozcan muy bien a ellos mismos, puntos fuertes y no, y buena autotestima.
- Ayudar a los compañeros a comprenderles y prevención del acoso escolar.  
"Compañero- ayudante", "Círculos de amigos"
- Promover las relaciones en grupos diferentes: otros chicos con Asperger, clubs, móviles, mails, foros especializados (¡precauciones!)
- Recreos alternativos → biblioteca (cómic...), torneos, campeonatos y clubs (ajedrez, dardos, concursos de preguntas, etc.); buscar alumnos con intereses comunes
- Sexualidad: relaciones con el sexo opuesto, lo privado, etc.
- Higiene personal, modas, salud, manejo del dinero, desplazamientos autónomos.
- Otras herramientas → analizar libros, series y vídeos. Cuadernos de normas y guiones sociales (¡excepciones!), Historias sociales y Cómic en forma de historietas de Carol Gray..

*"El apoyo social es una de las claves que garantiza la estabilidad emocional y que construye lo "muros" que bloquean la aparición de trastornos depresivos en la adolescencia y edad adulta"*

(Martos et al., 2012)

# Algunos aspectos que promueven el aumento de la ansiedad en SA:



- Falta de **predictibilidad** del ambiente y de las personas.
- Necesidad de mantener unos niveles de **atención** importantes.
- Exposición a **estímulos sociales** constantes.
- Exigencia en las **respuestas verbales** por parte de los demás.
- **Percepción sensorial atípica** que puede generar malestar diferente a lo largo del día (tapones, protegerles)
- **Limitaciones motoras** a la hora de funcionar en entornos educativos y profesionales.
- Estar sometidos a **constantes regulaciones de su conducta**.
- **Falta de comprensión** cuando todo el mundo sí parece comprender.
- Las **dificultades en función ejecutiva** generan un aumento significativo del estrés, por ejemplo, en momentos de ordenar, recoger material, planificar una secuencia, etc.
- Episodios puntuales o constantes de **conflicto con iguales**.

¡Deberes!  
Exámenes

*"Todo iba tan deprisa en el colegio. Todos los demás parecían saber qué estaban haciendo, pero yo no. Yo siempre estaba fuera de juego, siempre en el lugar equivocado, llegaba tarde a clase y los recreos eran horribles porque yo no nunca sabía de qué hablar o qué debería estar haciendo. Algunas veces me escondía, para evitar sentirme tan estúpido" (James, en Portway y Johnson, 2005)*

*"Es como si siempre estuviera jugando a un juego para tratar de parecer normal, pero es demasiado duro y no siempre me sale bien del todo, así que muchas veces termino cansándome de intentarlo y de todo" (Ben, Portway y Johnson, 2005).*

# Por dónde empezar...

- Reunión previa con profesores de Primaria.
- Profesor de referencia que comprenda al alumno con As. y sea paciente y predecible (mejor que lo pueda escoger él). Y que el alumno sepa que podrá acudir en caso de tener algún problema.
- Cuidar la configuración de su grupo clase y tratar de conservar posibles amigos.
- Darle a conocer de antemano las características del centro, profesorado, sus normas y su papel.
- Ayudarle a planificarse le dará seguridad (horario!, su agenda!! material, darle más tiempo, etc.).
- Comunicación periódica con la familia.

# Por dónde continuar...

- Ambientes estructurados y predecibles. ¡Avisarles de los cambios! (cambio de horarios, bajas profesores, cambio de lugares, etc.). ¡¡¡Información visual!!

Estructura  
también en  
el patio//  
“Sitio reservado”//  
¡¡Agenda!!

Semana A 8:30 apoyo aprendizaje	8:45 am			11:00 am			1:30 pm	2:15 pm	
Lunes	Inglés <u>101</u> JW		B	Mates 205 DG	Apoyo al aprendizaje	L	EF (gimnasio o patio: ver horario) AS	EF (gimnasio o patio: ver horario) AS	
Martes	Historia 115 IP		R	Inglés <u>101</u> JW		U	Ciencias <u>L17</u> <u>AW</u>	Ciencias <u>L17</u> <u>AW</u>	Apoyo al aprendizaje
Miércoles	Inglés <u>116</u> IP		E	TI 104 KL		N	Mates 205 DG	Mates 205 DG	Apoyo al aprendizaje
Jueves	Historia 115 IP	Apoyo al aprendi zaje	A	Ciencias <u>L14</u> JR		C	Geografía 108 DS	Arte A15 MH	
Viernes	Inglés <u>107</u> IP		K	RE <u>108</u> <u>MW</u>	Apoyo al aprendizaje	H	PSHE 101 JW	TI 104 KL	

Secundaria: resaltar detalles importantes y relevantes.

*Guía práctica para la intervención en el ámbito escolar*

- En el horario se podrían **incluir otras cosas importantes** como si tiene que llevar algo especial (p.d. profesor de apoyo, dinero para la merienda, el chándal, etc.)
- Que se acostumbren a mirar el horario cada noche** para preparar el día siguiente.

## Instrucciones de trabajo

### Clase de educación física

2. Cambiarme de ropa.
3. Estiramientos de brazos, piernas y espalda: cinco series con cada parte.
4. Carrera: 2 vueltas corriendo alrededor del patio.
5. Canasta: 10 lanzamientos cada uno.
6. Estiramientos de brazos, piernas y espalda: cinco series con cada parte.
7. Ir al vestuario a cambiarme.

### Seleccionar e insertar fotos. Escribir comentario.

- Abrir **Word**
- Seleccionar **Nuevo**
- Pinchar **Insertar**
- Pinchar en **Imagen**
- Pinchar en **Desde Archivo**
- Pinchar en unidad **(C:)**
- Pinchar en la carpeta **“Día del deporte”**
- Selecciona el archivo que quieres ver y pincha dos veces en el nombre.
- Pincha en **Cuadro de texto**
- **Dibuja** el cuadro de texto
- Escribe **Pie de foto** para la foto

Repetir los pasos del 3 al 11 para insertar más fotos.

12. **Guardar** tu trabajo e **imprimirlo**.

# Por dónde continuar...

- Hacer explícitas las formas de comportamiento. El “currículum oculto” (¡¡nunca des nada por supuesto!!!)

## EN LA BIBLIOTECA:

- Hay que intentar estar en silencio, o hablar muy bajo si necesito hablar.
- Cojo un solo libro.
- Cuando termine puedo guardar ese y coger otro.
- Si necesito ayuda se la pido a la profesora encargada de la biblioteca.
- Si quiero un libro que esté leyendo otra persona tengo que esperar a que lo deje sin preguntarle cuándo va a dejarlo. Si no me da tiempo a cogerlo ese día podré cogerlo otro día



# El trabajo en equipo

## Ejemplo de «rompecabezas»



### Preparativos para el artículo del periódico.

2. Toda la clase: escuchar ☐
3. Grupo 1: Sara y Pepe ☐
  - Seleccionar fotos ☐
  - Pepe elige 2 (Sara escucha) ☐
  - Sara elige 2 y dile a los demás por qué las has elegido. ☐
  - Pepe elige 2 (Sara escucha) ☐
3. Organizar juntos la presentación ☐
4. Escribir los pies de foto ☐
5. Toda la clase edita el artículo. Sara escucha y luego le cuenta a la clase lo que su grupo ha hecho. ☐
6. Revisa tu agenda. ☐

# Por dónde continuar:

- Utilizar sus intereses como reforzadores.
- Alternar actividades motivantes con las que no lo son.
- Dejar tiempo para que puede dedicarse a sus hobbies en situaciones difíciles como los cambios de clase.
- Delimitar tiempos y espacio para hablar o estar con sus intereses.
- Ayudarles a destacar en sus puntos fuertes ante los demás.

Jueves 11 de abril de 2014

•Lengua: página 54, ejercicios 2, 3-5 y 9.

•Hilo

•Matemáticas: - hacer sumas  
- estudiar la tabla

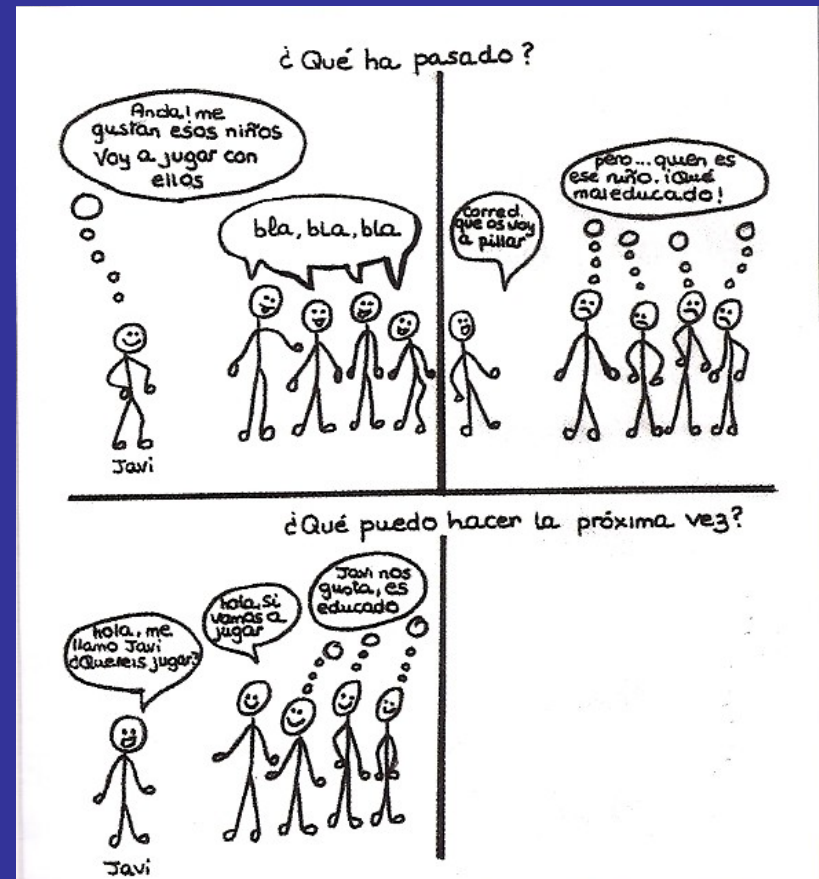
•Hilo

•Recreo

# Por dónde continuar:

Explicación explícita y visual de las situaciones sociales.

- Cómics en forma de historieta (Carol Gray) →
- Historias sociales (Carol Gray)
- Termómetro de emociones (Tony Attwood)
- La balanza de la justicia. (Tony Attwood)
- Etc.



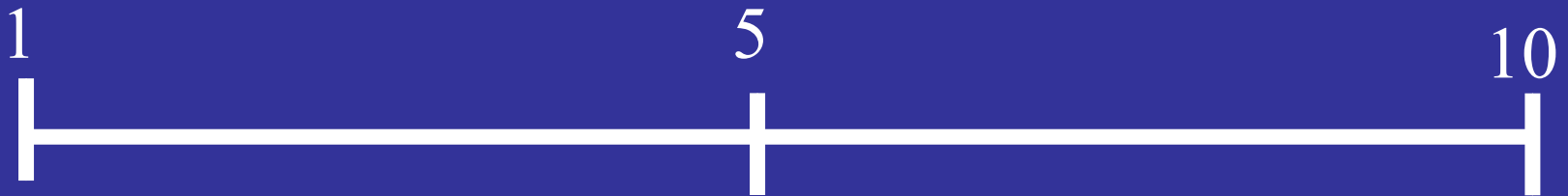
# Historia social:

*"Mi instituto tiene muchas habitaciones. Una de ellas se llama comedor. Normalmente los alumnos almuerzan en el comedor. Los alumnos oyen la sirena. Los alumnos saben que la sirena les dice que hagan cola en la puerta para el almuerzo. Tenemos que hacer una cola para ser más justos con los que llevan más tiempo esperando. Cada persona que llega se pone al final de la cola. Los alumnos tienen hambre, quieren comer. Yo intentaré estar en la cola hasta que llegue mi turno para comer mi almuerzo. Las colas de las comidas son muy lentas, como las tortugas. A veces paran y a veces siguen. El encargado estará contento de que haya esperado tranquilo".*

# Termómetros de emociones

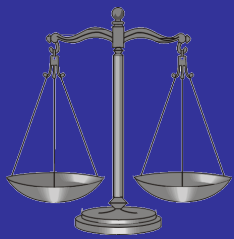
		Situaciones	Respuestas adecuadas
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	←	→ <input type="text"/>	<input type="text"/>

*“Del 1 al 10, ¿cuánto de enfadado estás?”*

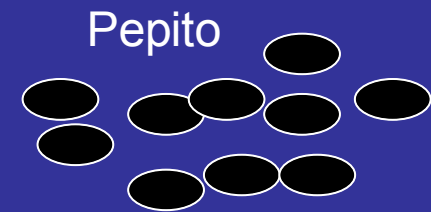


*“Y del 1 al 10, ¿cuánto de enfadado está tu compañero?”*

*“¿Y cómo estás de ansioso?”*



# La balanza de la justicia (Atwood, 2006)



# Por dónde continuar:

- Detectar grado de vulnerabilidad ante el estrés.
  - El estrés provoca irritabilidad que a su vez propicia la aparición de conductas desadaptadas.
  - Describir los **momentos** de la jornada escolar más propicios (situaciones y asignaturas/profesores y las **formas** más habituales de manifestación.
  - Analizar con el chico esta lista de momentos y síntomas de la ansiedad para que **él aprenda a reconocerlos y** elabora un **listado de medidas eficaces**.
  - Tratar de situar las tareas de mayor exigencia en los momentos del día en los que esté más tranquilo.
  - Permitirle que se incorpore a ciertas actividades un tiempo después que sus compañeros, cuando todo está más tranquilo.
  - Enseñar **técnicas de relajación y autocontrol**.
  - Permíteles **que dispongan de “tiempo fuera”** cuidando que no lo perciban como un castigo cuando se sientan sobrepasados.



## Modelo de registro para la detección de niveles de ansiedad

Contexto		Descripción de la conducta
Partes del día	Mañana <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
Situaciones concretas	Entrada <input type="checkbox"/> Salida <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Transición actividades <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Cambios aula <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Comedor <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Patio <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Trabajo en grupo <input type="checkbox"/>	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
Asignaturas concretas	Conocimiento del medio	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Matemáticas	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>
	Educación física	Forma: Intensidad: 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/>

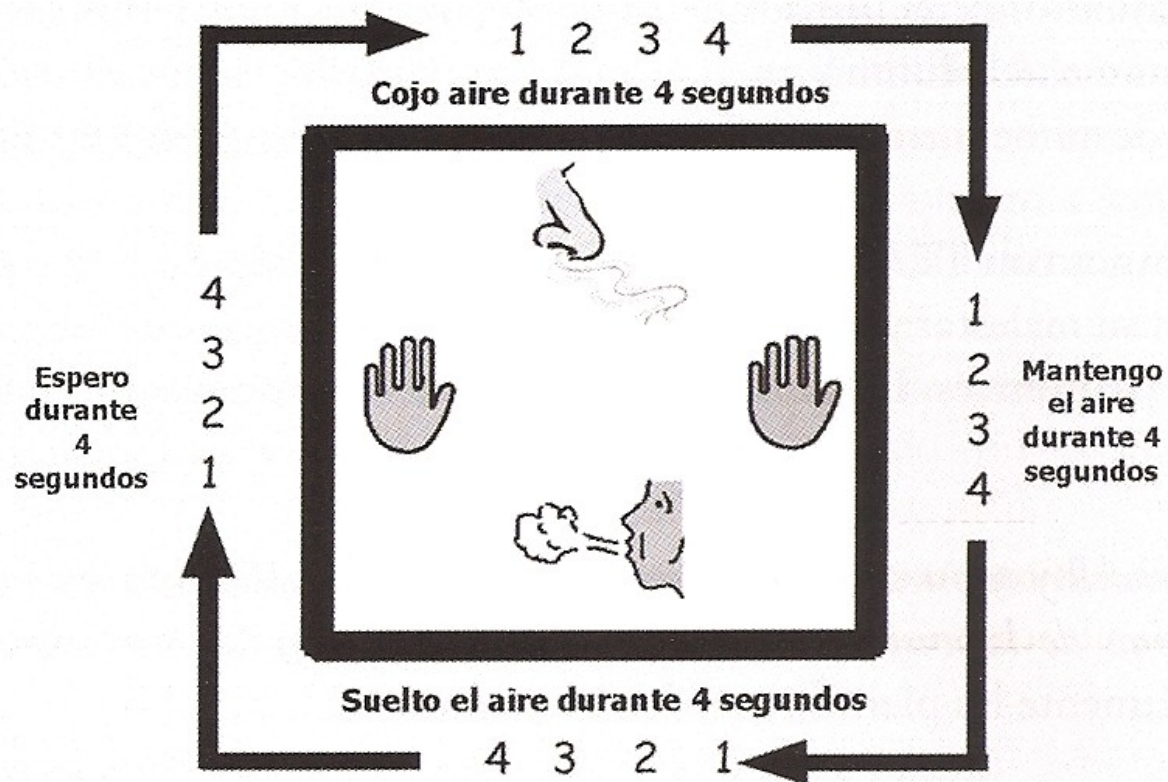
Grados de intensidad:

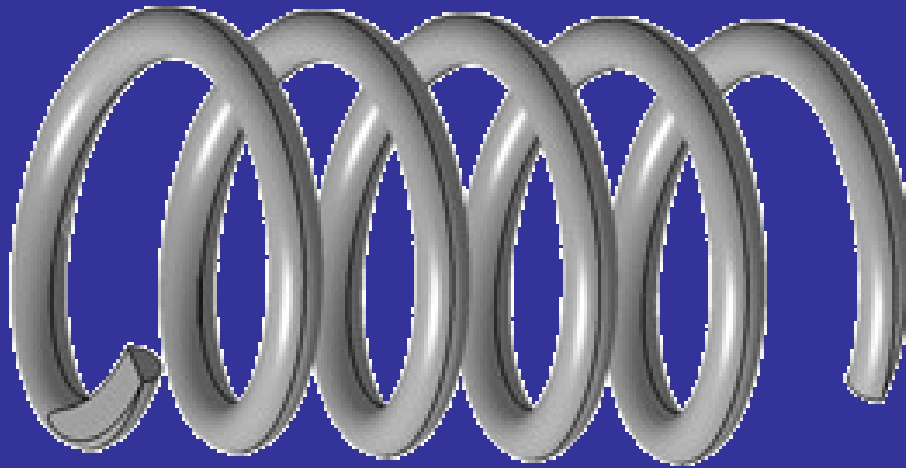
- 1; leve
- 2; moderado
- 3; grave

Formas más habituales de manifestación del estrés o la ansiedad: tartamudear, tocarse el pelo, apretar la mandíbula, cerrar los puños, mover mucho las piernas, etc.



## Ejercicios de respiración





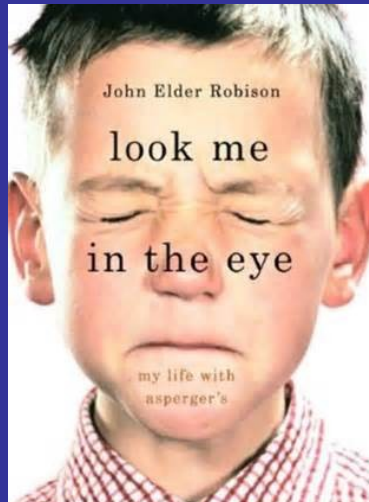
Si llegamos tarde y se produce una explosión de ansiedad:

- 1) No hablarle ni darle ninguna explicación. En muchos, evitar el contacto físico.
- 2) Retirarle a un sitio tranquilo.
- 3) Mantener la calma.
- 4) Cuando se haya clamado explicarle lo que ha pasado y cómo puede hacer la próxima vez.

**!!!!OJO!!!!:**

**DIFERENCIA ENTRE CONTROL DE CRISIS Y UNA VERDADERA INTERVENCIÓN**

# Posibilidad de responder con conductas desadpatadas como respuesta al estrés



Para poder intervenir no podemos ver a la persona como agresiva o enferma, si no como alguien que presenta una forma de actuar inadecuada y que **necesita que alguien le enseñe a hacerlo de otro modo.**

(Los castigos sólo buscan “bloquear” la conducta pero no enseñan habilidades por lo que son totalmente ineficaces y no recomendados)

## INTERVENCIÓN:

**ENSEÑANZA DE NUEVAS HABILIDADES+MODIFICACIONES EN EL ENTORNO**



## Propuesta de registro funcional de la conducta

Nombre:

Fecha:

Antecedentes			Conducta			Consecuentes		
¿Dónde está?	¿Con quien?	¿Qué ocurre antes?	Forma ¿Qué hace?	Frecuencia	Intensidad	¿Qué hace el profesor?	¿Qué hacen los compañeros?	¿Qué hace él?

**Hipótesis causal:**

**Habilidades alternativas que necesita aprender:**

**Estrategias de intervención a aplicar:**

# ACOSO ESCOLAR BULLYING

¿Quién crees que tiene más probabilidad de sufrir acoso escolar?



:

NAS (National Autistic Society, 2000)

*"...el acoso escolar constituye una de las mayores barreras para el progreso y la participación de los alumnos con SA en la escuela ordinaria"*



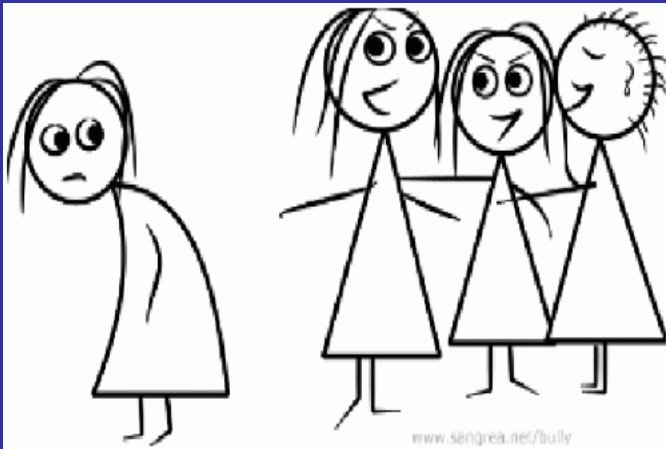
# ¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR?

- **Definición:** “Acciones negativas repetidas con una intención negativa dirigidas hacia un individuo a lo largo del tiempo, con un desequilibrio de poder (psicológico, verbal, social y/o emocional) en la interacción” (Gray, 2004).

Importante que en la escuela se pongan de acuerdo con **qué consideran** bullying y **qué medidas** se van a tomar para prevenirlo y una vez ocurra.

# VARIEDAD DE FORMAS

Confrontación física o verbal e intimidación, daño o destrucción de propiedades personales, gestos y comentarios despectivos. Y otras más sutiles como expandir cotilleos o rumores maliciosos, no querer devolverle cosas, comentarios humillantes, gestos obscenos y, frecuentemente en SA, la evitación o exclusión social.



Cyberbullying

Y en Asperger también:

- mandarle hacer cosas inapropiadas o excéntricas.

*P.e. \*"A que me chivo"*

- atormentarle y divertirse provocando situaciones que les asustan o le disgustan para divertirse viendo su reacción.

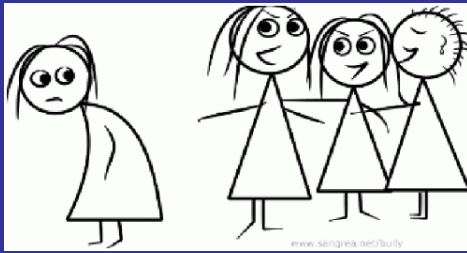
- bajo apariencia de comentario agradable o falsa amistad.

# También puede ser cometido por adultos...

*“Tú, el profesor, puedes hacer una enorme diferencia –positiva o negativa- en el modo en que otros estudiantes ven a un niño con TEA...ten cuidado de no sentar un tono que dé a los otros licencia para acosar a ese niño” [padre] (Sciutto et al, 2012, p.183)*







# ACOSO ESCOLAR

- **Emplazamientos y circunstancias** más frecuentes.
- **¿Por qué frecuentes objetivos?** (víctimas pasivas y proactivas// soledad, no modas, distinguir intenciones).
- Muchas veces **no son conscientes**, **otros** lo cuentan pero **son ignorados\***. A otros **no se les ocurre** que el adulto pueda ayudarles.
- **Posibles síntomas:** evidencia físicas, **evidencias psicológicas**, **responder con violencia**, cambio de intereses (p.e. artes marciales, películas violentas), imitar y/o **reproducir** muchas veces sin darse cuenta de que eso está mal.
- **Efectos del Bullying en SA:** ideación suicida, problemas de salud mental, bajo rendimiento académico. Incluso de **adultos** pueden revivir episodios, sobre todo si nos los comprenden.



# ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA FRECUENCIA Y LOS EFECTOS DEL ACOSO ESCOLAR

## • ¿QUÉ PUEDE HACER EL CENTRO ESCOLAR?

- Política de tolerancia 0 ante el bullying que se concrete en un **DOCUMENTO ESCRITO** acordado por el equipo docente sobre las medidas preventivas y medidas ante los casos de acoso escolar.
- Estar atento a las señales de que el niño pueda estar sufriendo bullying.
- Entrenamiento del personal.
- **Justicia equitativa.**
- Hacer un **mapa** del mundo del niño (Gray, 2004). 15% y 5%\* y evitar ponerle en situaciones en las que puede hacer riesgos (p.e. estar sin profesor en clase durante mucho tiempo).
- Presión positiva de los **COMPAÑEROS**
- Un **“guardián”**
- **PROGRAMA DE TUTORIZACIÓN ENTRE IGUALES (TEI)**



# ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA FRECUENCIA Y LOS EFECTOS DEL ACOSO ESCOLAR

OJO: ¡¡pero siempre va a ser imprescindible la intervención de un adulto!!

- **Estrategias para la persona acosada:** “el mejor sitio para “escondarse” es dentro de un grupo de niños; actividades supervisadas en la clase durante el recreo (p.e. Club de ajedrez). NO IGNORAR EL BULLYING!. (p.e. “no le hagas caso”) Aprender asertividad. EVITAR MENTIR (p.e. “no me importa”). EVITAR RESPONDER UTILIZANDO EL HUMOR.




# ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA FRECUENCIA Y LOS EFECTOS DEL ACOSO ESCOLAR

¿QUÉ PUEDEN HACER LAS FAMILIAS? Estar al tanto y participar activamente en la concreción de las políticas y programas sobre acoso escolar del centro escolar// Animar al chico a confiar y contar lo que le pasa// Artes marciales?

**OJO:** los cambios de colegio de por sí suelen tener poco efecto, a no ser que el nuevo colegio tenga una política mejor.



## Tolerancia cero



*No todo lo que se  
sale de lo normal y,  
en consecuencia, es  
anormal, es  
necesariamente  
inferior*

Gracias

Hans Asperger