



Autismo - Cuestionario de Sensaciones Agradables

Peter Vermeulen, PhD

Autism in Context / Autisme Centraal, Gent, Bélgica - 2014

Antecedentes:

El **Cuestionario de Sensaciones Agradables y Autismo** es una herramienta de evaluación informal. El objetivo es brindar a educadores, cuidadores y otros profesionales ideas para aumentar el bienestar de las personas con un trastorno del espectro autista. La idea del bienestar como un objetivo importante en el tratamiento, la educación y las intervenciones se deriva del marco de "Calidad de vida" desarrollado por Robert Shalock (1997¹).

Las preguntas en este cuestionario originalmente fueron parte del Cuestionario de Autismo-estrés (Vermeulen, 2007), pero se han cambiado a ítems que evalúan sentimientos positivos en lugar de estrés, según los principios de la psicología positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000²) Se puede encontrar una descripción más detallada de los antecedentes del **Cuestionario de Sensaciones Agradables y Autismo** en el artículo "La práctica de promover la felicidad en el autismo" (Vermeulen, 2014³) de la edición especial Buena práctica del autismo: *Autismo: felicidad y bienestar*.

Uso:

El cuestionario de sensaciones agradables y Autismo, tiene como objetivo explorar qué crea sentimientos positivos en una persona con autismo. El cuestionario explora diferentes factores en varias áreas: experiencias sensoriales, interacción social, comunicación, actividades, transiciones, actividades estereotipadas y rituales. Obviamente, un cuestionario nunca puede cubrir todos los elementos posibles que den lugar a sentimientos positivos. Por lo tanto, el cuestionario está destinado principalmente a comenzar una evaluación más detallada del bienestar emocional de una persona con autismo.

Dependiendo de la edad, el nivel de desarrollo, las habilidades del lenguaje y el funcionamiento actual de la persona, puede usar el cuestionario de diferentes maneras:

- Deje que la persona con autismo complete el cuestionario y ambos lo discutan después;
- Usted completa el cuestionario junto con la persona con autismo;
- Usted completa el cuestionario junto a las personas que conocen muy bien a la persona con autismo, como padres, hermanos, asistentes personales, cuidadores. Los elementos que no se pueden calificar deben alentar una mayor exploración, observación y entrevistas.

¹ Schalock, RL (Ed.). (1997) *Quality of life: Vol. II. Application to persons with disabilities* (Calidad de vida : Vol.II. Aplicación a personas con discapacidades) Washington, DC. American Association on Mental Retardation.

² Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction (Psicología POSITIVA: Una introducción) *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

³ Vermeulen, P. (2014). The practice of promoting happiness in autism (La práctica de promover la felicidad en el autismo) – in: Jones, G. & Hurley, E. (Eds), *Good Autism Practice: Autism, happiness and wellbeing*. (pp. 8-17). Birmingham: BILD Publications.



Licencia de usuario:

Este cuestionario se puede copiar y distribuir sin límites, pero solo para uso directo en el apoyo de personas con autismo. El uso del cuestionario en publicaciones, presentaciones, conferencias y talleres **NO** se permite sin el consentimiento previo por escrito del autor y de Autism in Context. Esta restricción también se aplica a versiones personalizadas y traducciones de este cuestionario. También el nombre "Cuestionario de sensaciones agradables y Autismo" está protegido por derechos de autor.

Descargo de responsabilidad

El uso del cuestionario es totalmente a costa y riesgo del usuario. El autor y Autism Central no asumen ninguna responsabilidad por las consecuencias de un uso inadecuado, poco ético o incompetente del cuestionario. Un buen uso del cuestionario requiere un conocimiento profundo del estilo de procesamiento de la información de la persona con autismo.

El cuestionario «*Autism Good Feeling*» ha sido traducido al español por Ana de Ramón Bellver (Doble Equipo) en 2019.



Autismo - Cuestionario de Sensaciones Agradables

El cuestionario contiene elementos que se refieren a todo tipo de cosas que pueden hacer a una persona sentirse bien. Obviamente, cada persona es diferente. Lo que hace sentirse bien a una persona, puede ser muy desagradable para otra persona. A continuación, puede indicar hasta qué punto las cosas o los eventos le aportan bienestar. Para cada categoría de elementos, hay lugar para agregar cosas que no se mencionan en la lista.

Cada 'item' se puede calificar de la siguiente manera:

- 3: *Esto me hace sentir muy bien.*** Disfruto mucho de esto

2: *Esto me hace sentir bien.* Disfruto de esto

1: *Esto me hace sentir un poco bien,* disfruto de esto un poco

0: *esto no me hace sentir bien; no disfruto especialmente con esto* (neutral, no siento nada) o incluso me parece desagradable

?: *no sé si esto hace sentir bien.*

Obviamente esta lista no es exhaustiva. Por lo tanto, queda espacio para agregar cosas que te hagan sentir bien o con las que disfrutes.

Aspectos sensoriales



Aspectos Sociales

	3	2	1	0	
Proximidad a ciertas personas					?
Ver a ciertas personas					
Cuando alguien comienza una conversación conmigo					
Cuando alguien me pregunta por mis intereses					
Me invitan a visitar a alguien					
Alguien que come o bebe conmigo					
Jugar a un juego con alguien (Indique qué juego)					
Alguien que me ayuda con una tarea difícil					
Fiestas					
Viajar con alguien					
Estar solo					
Ajetreo y bullicio de un grupo de personas.					
Pocas personas en la misma habitación que yo					
Actividad de grupo (por ejemplo, deportes), concretamente					
Recibir un "me gusta" en facebook o redes sociales					
Recibir un cumplido					
Estar conectado en facebook u otra red social					

Comunicación

	3	2	1	0	
Que me llamen					?
Que me miren estableciendo contacto ocular					
Que me pregunten como lo estoy haciendo					
Que me pregunten sobre mi pasión o mi hobby					
Que me guiñen un ojo					
Chistes / humor (bromas); de qué tipo.					
Cuando tengo tiempo para pensar la respuesta a una pregunta					
Comunicación escrita					
Comunicación por correo electrónico/facebook...					
Hablar por teléfono					
Hablar de mi mismo					
Hablar de mis temas favoritos, concretamente...					
Instrucciones y tareas claras					
Cuando las cosas son visuales o pueden visualizarse					
Tener tiempo para expresar lo que quiero decir					
Completar cuestionarios como este.					



Cambios /Transiciones	3	2	1	0	?
Cuando los cambios se anuncian con mucha antelación.					
Cuando se anuncien cambios con poca antelación.					
Si no me anticipan o informan de los cambios.					
Nuevas actividades					
Gente nueva					
Nuevos lugares					
Levantarse					
Ir a la escuela/trabajo					
Descansos					
Ir a casa					
Ir a dormir					
Ser capaz de completar una tarea o actividad					
Obtener tiempo suficiente para transiciones / cambios difíciles					
Cuando otros se une a planes hechos.					
Cuando las actividades comienzan y terminan a tiempo.					
Cuando obtengo una explicación clara sobre el cambio.					
Cuando todo está en el lugar correcto					

Rituales/Estereotipias

	3	2	1	0	?
Cuando puedo realizar mis rituales / rituales sin ser molestado.					
Tener un lugar y tiempo para mis actividades estereotipadas.					
Dije que está bien si me comporto estereotipadamente.					
Si puedo hacer un cierto ritual, concretamente...:					
Si puedo terminar una cierta línea de pensamiento, concretamente:::					

**Eventos agradables**

	3	2	1	0	?
Conocer gente favorita, (concretar):					
La posibilidad de conocer gente favorita.					
Hacer mi actividad favorita, (concretar):					
La posibilidad de hacer mi actividad favorita.					
Recibir un regalo / obsequio:					
Las Sorpresas					
Recibir una recompensa, (concretar):					

Actividades / Horario

	3	2	1	0	?
Mucha variedad en mis actividades / horario.					
Poca variación en mis actividades / horario.					
Ser capaz de elegir qué actividad estoy haciendo.					
Muchas opciones en el rango de actividades.					
Tener poca opción de elección de actividades.					
Actividades cortas					
Actividades largas					
Actividades fáciles					
Actividades difíciles					
Actividades con tiempo establecido/ fecha límite.					
Actividades sin tiempo establecido / fecha límite					
Actividades que son muy estructuradas y predecibles.					
Actividades con un "final claro" (donde sé cuándo terminará)					



¿Qué tipo de actividades te aportan buenas sensaciones?:

¿Hay ciertas personas que te hacen sentir bien? Escríbalas a continuación. Trata de mencionar lo que esa gente hace para que te sientas bien.



¿Hay también ciertos artículos / objetos que te dan una buena sensación? O animales?

O lugares? Escríbalas a continuación:

¿Hay ciertos pensamientos, ideas que te hacen sentir bien? Cosas, personas o eventos en tu mente que te dan una buena sensación? Escríbalas a continuación: