

Yo te entiendo y te quiero ayudar

Autor: Sánchez Navarro, Lucía (Maestra. especialidad en Educación Infantil, Profesora de primaria).

Público: Educación Primaria y Secundaria. **Materia:** Educación Especial, Ética. **Idioma:** Español.

Título: Yo te entiendo y te quiero ayudar.

Resumen

El Síndrome de Asperger es la dificultad de interacción social, es decir, discapacidad para comprender el mundo social que lo rodea. Hay que tener en cuenta el gran cambio a paso de la Educación Primaria a Secundaria. Esto va a dar lugar a un aumento de cambios muy importantes. Por ello, debemos adelantarnos a su manifestación e intentar favorecer e integrarlos de la mejor manera posible en el nuevo contexto escolar. Con este programa de intervención que publico, intento dar respuesta a la ausencia de recursos de habilidades sociales en esta población en el ámbito educativo.

Palabras clave: Trastornos Espectro Autista, Síndrome de Asperger, Habilidades sociales, Intervención Adolescentes y Educación Secundaria.

Title: I understand you and I want to help you.

Abstract

We have to keep in mind the great change that a student with Asperger' Syndrome experiences through the passage of Elementary to Secondary Education. This will lead to an increase of very important changes. Therefore, we must anticipate its manifestation and try to favor and integrate them in the best possible way in the new school context. With this intervention program that I publish, I try to answer the lack of social skills resources in this population in the educational field.

Keywords: Autism Spectrum Disorders, Asperger' Syndrome, Social Skills, Intervention Adolescents, Secondary Education.

Recibido 2019-01-23; Aceptado 2019-01-29; Publicado 2019-02-25; Código PD: 104178

El TEA (Síndrome de Asperger) varía en su grado de manifestación, pero todos los casos tienen en común la dificultad de interacción social. Es decir, discapacidad para comprender el mundo social que les rodea, para empatizar con los demás..., originando comportamientos sociales inadecuados.

El cambio de la Educación Primaria a la Secundaria, a lo cual hay que añadir el proceso de cambio de la adolescencia, puede originar serias dificultades de adaptación en este grupo de alumnos.

Por ello con el programa de trabajo que presento a continuación, intento dar respuesta a la ausencia de recursos de intervención en habilidades sociales en el contexto educativo para esta población. Así mismo, refleja la información obtenida en relación a las necesidades de intervención, a través de entrevistas con padres, profesionales y usuarios relacionados con este tipo de trastorno en diferentes instituciones. Se basa en técnicas de intervención de teoría cognitivo conductual y de la función ejecutiva, tales como historias sociales, modelaje y conversaciones en forma de historietas. El objetivo principal es intentar ayudar a estos adolescentes, concretamente a los del primer nivel de Educación Secundaria, a mejorar sus habilidades sociales y a través de ellas, mejorar su ajuste y adaptación social.

Pero antes de seguir ¿qué entiendo por asperger?

Todavía hoy en día, el síndrome de Asperger, o TEA, (Trastorno del Espectro Autista) según las clasificaciones internacionales más actualizadas (v.g: DSM-V o ICD-11), es un gran desconocido. La mayoría de las personas, no saben qué exactamente, e incluso ni han oído hablar nunca de ello, aunque que destacar que en el último año se está oyendo más este término entre las aulas. Aún así, en ocasiones entre colectivos como el médico y el educativo, que deberían estar al corriente para detectarlo y tratarlo, no parece que haya habido criterios operativos claros.

Para un espectador ajeno, quizás pudiera ser más fácil observar los diferentes síntomas durante los primeros años de vida, cuando aún no se han podido elaborar mecanismos de defensa. Aunque la realidad es que los impedimentos (limitaciones) normalmente continúan en alguna medida, durante toda la vida.

Es imprescindible tener en cuenta la: detección, diagnóstico y tratamiento adecuado para que nuestros alumnos reciban una correcta e idónea adaptación a sus necesidades, tanto social como curricular, de manera que se produzca el desarrollo completo de la persona y así se sientan integrados en su grupo-aula, y puedan tener una vida social lo más

normal posible, en la que sepan comunicarse, sean más tolerantes, sepan seguir unas normas, regular su comportamiento a otras personas, sentirse seguros en situaciones desconocidas, etc.

Con las actividades llevabas a cabo, pretendo que el alumno mejore sus habilidades sociales (conjunto de conductas aprendidas de forma natural y que por tanto, pueden ser enseñadas, que se manifiestan en situaciones interpersonales, socialmente aceptadas y orientadas a la obtención de reforzamientos ambientales o auto-refuerzos).

Un ejemplo para que podamos entender un poco mejor el pensamiento de las personas con asperger sería: nuestra madre nos dice que vayamos a la panadería y que compremos tres barras de pan (esa es nuestra meta), tenemos que coger dinero y salir a la calle dirección hacia la tienda (los pasos intermedios que utilizamos), en la panadería solo queda una barra de pan, como mi madre me dijo que comprara tres barras y no hay, me vuelvo a casa sin ninguna (autoevaluación), al llegar a casa mi madre me dice que tenía que haberme traído la barra que quedaba.

Este proceso lo habríamos hecho de manera automática, pero para las personas con síndrome de asperger, y que tienen dañadas las funciones ejecutivas, muestran ciertas dificultades en cada uno de los pasos de este proceso

Por todo lo anterior, el **objetivo principal** de este trabajo es ayudarles a mejorar y potenciar su proceso de aprendizaje en las habilidades sociales para que su desarrollo, adaptación e integración sean lo más adecuado posible. Todo ello a través del trabajo de: ser más autónomo en todos los ámbitos de su vida, pertenencia a un grupo de clase/amigo, saber diferenciar emociones/sentimientos tanto propios como de los demás..etc. Para la elaboración de las actividades, me baso en la terapia cognitivo-conductual, de solución de problemas (D'Zurilla y Goldfried, 1971), la teoría de la función ejecutiva (Burgess, 1997, Lucría, 1980) las historias sociales (Gray, 1994), uso de conversaciones en forma de historieta (Gray, 1994) y modelaje (Bandura, 1969).

Resalto la importancia de formular estrategias y habilidades sociales centradas en la interacción con iguales.

El programa: con la exposición de este programa, pretendo poder ayudar a cualquier docente que lea este artículo que le pueda resultar útil en su trabajo diario tanto dentro como fuera del aula. En la realización de este programa de intervención me he basado por una parte, en la información recopilada a través de diversas entrevistas y encuestas a profesores y otros profesionales, padres y alumnos en relación a las necesidades de intervención, en distintas instituciones y asociaciones relacionadas con este trastorno. Y por otra parte, en las técnicas que han mostrado su efectividad más destacada como ya he mencionado en el marco teórico.

Está dirigido a alumnos con TEA (Síndrome de Asperger), en edades entre 12-13 años, correspondientes al primer nivel de Educación Secundaria.

Su aplicación se llevará a cabo durante el segundo trimestre, ya que así, se pueden observar y tener un primer contacto con estos alumnos a lo largo del primero. Obtener mayor información, conocerlos mejor y ver la adaptación tanto de los alumnos en la etapa de secundaria, como de los profesores ante sus nuevos estudiantes. Así la puesta en práctica del programa sea más lo más efectiva posible.

En el tercer trimestre se llevarán a cabo las correspondientes evaluaciones y modificaciones de mejora (aunque el programa esté diseñado para el segundo trimestre, en el tercero se seguirá llevando el conveniente seguimiento de estos alumnos).

Se aplicarán semanalmente las sesiones, con una duración de una hora aproximadamente (modificables según las circunstancias), trabajándose con un mínimo de 3 alumnos con Asperger o con toda el aula de referencia.

Las sesiones al mes serán: dos en pequeño grupo (alumnos con el Síndrome) y otras dos en gran grupo (15 alumnos máximo). Todo el trabajo va a intercalar estos dos ámbitos, teórico, el cual es más a nivel personal (para los alumnos con asperger) y práctico. La parte teórica llevará un ritmo personal, en que se trabajará a través de una libreta individual para estos alumnos con Síndrome de Asperger, mientras que las actividades prácticas se pondrán en común y se valorarán en las reuniones periódicas del grupo. Algunas sesiones, si se cree beneficioso se pueden realizar durante dos sesiones seguidas, si el profesional que las lleve a cabo lo cree conveniente.

Es necesario también, intervenir con el grupo de compañeros del aula. Como he mencionado inicialmente, el alumno con Síndrome de Asperger muestra problemas para la interacción social, por ello aunque intentará mantener relaciones con sus compañeros, debido a su carencia de habilidades sociales, esas relaciones pueden resultar malogradas, produciéndose en nuestros alumnos decepción y desengaño. Es muy común que los estudiantes con Síndrome de Asperger tengan un papel negativo dentro del grupo-clase, lo cual hace que sean rechazado e incluso a veces marginado.

Por todo esto, una idónea intervención con sus compañeros para una buena inclusión, es un aspecto muy importante que no debemos olvidar.

Por lo anteriormente mencionado, se debe realizar una intervención específica con el grupo de compañeros, la cual puede ser realizada por el tutor, el profesor de pedagogía terapéutica o el orientador según se vea conveniente, para ello se debe contar con el permiso de los padres, poniendo en su conocimiento el trabajo que se va a realizar, así como los objetivos perseguidos. Los alumnos con Síndrome de Asperger no estarían durante estas reuniones de trabajo.

Con esta intervención en el grupo, se pretende que el alumnado se conciencie sobre los problemas y la situación de exclusión vivida por los alumnos con Síndrome de Asperger en el aula y en el colegio, de forma que se desarrollen actitudes de: comunicación, generosidad, amistad, igualdad, empatía...etc. A través de esta sesión, podemos observar si en nuestra aula se producen situaciones de exclusión, y en tal caso, poder hacer que nuestros alumnos recapaciten al respecto para que así puedan modificar su actitud en estos entornos.

Al inicio de curso, con anterioridad a la intervención con el alumnos, es preciso recopilar la mayor cantidad posible de información de nuestros alumnos con asperger, es decir, su historial escolar, si ha tenido algún tipo de adaptación o ha recibido apoyo del profesorado...etc, para ello, los nuevos profesores que van a trabajar con estos alumnos, tendrán una reunión de coordinación con el equipo de orientación de primaria que haya estado con ellos en los años anteriores, y así, recoger información de las debilidades y los puntos fuertes de estos alumnos. Además, dicha reunión servirá también para asesorarles, y que conozcan mejor las características de estos alumnos, en el caso de que no las conozcan, y para que comprendan su situación y así, puedan ofrecer una respuesta educativa lo más ajustada posible en función de sus necesidades.

Una vez recogida la información sobre las habilidades básicas de interacción social, reunión con el equipo de orientación (diagnóstico), entrevista con los padres, encuesta semiestructurada, reuniones con sus compañeros de aula, observación de sus conductas y habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones, sentido del humor..., observamos que es en el ámbito educativo donde se va a llevar a cabo la más idónea intervención, ya que es ahí donde podemos ver en qué habilidades hay mayor carencia, ya que nuestros alumnos pasan bastante tiempo tratando e interactuando con sus compañeros, como es el caso del recreo, los intercambios de clase o momentos libres que se den en el aula. Por todo ello, el papel que desempeña el orientador es muy importante para poder brindar un amplio abanico de recursos y modelos a todos los agentes que trabajan y conviven con estos alumnos como son los profesores y familiares.

Junto con la información obtenida de la encuesta estructurada, entrevista con los padres y de la reunión con el equipo de orientación, tenemos que tener claro qué habilidades vamos a trabajar (las más comunes y las que expondré de una forma estándar para trabajar en este curso), siempre adaptándolas a nuestros alumnos son:

1. Apreciar los sentimientos de otras personas.
2. Entender las expresiones no verbales de los otros.
3. Desarrollar capacidades comunicativas.
4. Saber iniciar, mantener y terminar una conversación.
5. Desarrollar actitudes de aceptación y tolerancia hacia uno mismo y los demás.
6. Saber utilizar técnicas de agradecimiento y cortesía.
7. Ser capaz de resolver conflictos rompiendo rutinas.

Una vez que sabemos que los alumnos presentan serias dificultades en las habilidades sociales con sus iguales, necesitaremos saber específicamente cuáles de todas ellas, son en las que presentan más problemas y cuáles necesitan ser trabajadas mejor. Para ello propongo una **encuesta semi-estructurada** de elaboración propia para conocer mejor a nuestros alumnos y la cual conforme avance el curso repetiremos con las modificaciones que creamos oportunas para observar la evolución. También tendremos en cuenta, la información obtenida por el equipo de orientación.

“ENCUESTA”: *Yo soy así*

Antes de dormirme, muchas veces pienso...

Me gusta sobre todo...

Me gustan las personas que...

Tengo confianza en las personas que...

Estoy contento cuando...

Querría que mis padres supieran que...

Tengo miedo cuando...

Me pongo triste cuando...

Mi principal cualidad y defecto son...

Si me cambian mi horario del día ¿cómo me siento?

Los demás normalmente me ven: triste, alegre, enfadado y/o con miedo...etc

Mi asignatura favorita es..

Lo que más miedo te da de tus relaciones es...

En una relación te produce dolor o cambiarías...

Lo que más te gusta en este momento de tus relaciones es...

Cuando hablo con una persona nueva en qué me fijo, cómo me comporto y cómo me siento?

Si me preguntan y no sé responder me siento y actúo...

Si no se respetan mis normas y se sigue mi orden en todo, me siento...

¿Con qué personas me ayudan a mejorar y quiénes me lo impiden?

¿Qué problemas me suelo encontrar cuando hablo o juego con otra persona?

Otros materiales que utilizaré para llevar a cabo el programa serán diversos como: materiales específicos elaborados para estos alumnos, **materiales didácticos**: tijeras, cartulinas, pegamentos, pictogramas...etc., ordenador, cámara, pizarra digital y el aula.

Para trabajar las habilidades que me he propuesto y que he mencionado anteriormente (en el apartado de procedimiento), me basaré en la teoría cognitivo-conductual, (D'Zurilla y Goldfried, 1971), la teoría de la función ejecutiva (Burgess, 1997, Luria, 1980;) que junto con las historias sociales (Gray,1994), conversaciones en forma de viñeta (Gray,1994) y modelaje (Bandura,1969), las tendré en cuenta para trabajar con estos alumnos en las habilidades sociales pertinentes.

ACTIVIDADES PARA REALIZAR CON LOS ALUMNOS

“ME MIRO EN MI ESPEJO”

En muchas ocasiones ni nosotros mismos nos damos cuenta de que no sabemos qué cualidades o defectos tenemos y tampoco nos paramos a pensar cómo nos ven los demás. Esta actividad en pequeño grupo servirá para conocernos mejor y que nos conozcan, y así podamos desenvolvernos con más soltura en nuestro día a día.

Objetivos: Saber utilizar técnicas de agradecimiento y cortesía. (este objetivo se trabajará en todas las sesiones del programa). Desarrollar actividades de aceptación y tolerancia hacia uno mismo y hacia los demás.

Materiales: Rotuladores y espejo

Desarrollo: Cada alumno tendrá un espejo pequeño con su nombre en el que a través de él van a ver cómo son, cómo se sienten con ellos mismos, lo que más le gusta y lo que menos de cada uno, y también cómo le ven sus compañeros, si coincide con lo que él pensaba, si está de acuerdo y si cree que debe y puede cambiar algún aspecto.

Los estudiantes se pondrán en círculo, el profesor también lo hace para que sirva de ejemplo para sus alumnos, y así éstos se sientan más motivados y participativos. Comenzamos poniendo en una de las caras del espejo tres cualidades buenas y otras tres menos buenas que pensamos que tenemos, y a continuación vamos rotando el espejo de manera que por la otra cara nos vayan escribiendo nuestros compañeros otras características que ven ellos en nosotros. Cuando ha vuelto el espejo a nuestras manos, comentamos uno a uno en voz alta primero lo que nosotros hemos escrito y a continuación lo que nos han puesto nuestros compañeros, y comentamos como grupo que somos, siempre con respeto, si estamos de acuerdo, cómo nos hemos sentido con lo que nos han escrito y si debo o no cambiar algún aspecto mío.

Para terminar cada uno se plantea lo que le gustaría ver la próxima vez que se mirara en el espejo y lo escribe en el centro.

Esta dinámica puede servir como compromiso para que ellos intenten cambiar lo que no les gusta y reflexionen sobre si realmente han visto lo que querían ver.

“ARCO IRIS DE EMOCIONES”

Darnos cuenta y fijarnos en las pequeñas cosas es un trabajo imprescindible para poder saber resolver un conflicto tanto personal como interpersonal y para tener el conocimiento adecuado para diferenciar las expresiones y la entonación con que se dirigen a nosotros. Hay que insistir en la importancia de saber distinguir las emociones, deben conocer que las personas sufren cambios en sus estados de ánimo y que es importante saber identificarlos para actuar adecuadamente.

Esta actividad se llevará a cabo en gran grupo, y consiste en identificar y poner en práctica diversas emociones como: alegría, tristeza, enfado, miedo, orgullo, aburrimiento...etc. se presentarán diversas tarjetas, unas con fotografías o dibujos de personas en distintos estados de ánimo y otras con los nombres de esos estados.

Objetivo: Identificar y relacionar emociones con diversas situaciones y saber cuándo debemos ponerlas en práctica.

Materiales: Varias fotos o dibujos grandes que expresan las emociones que se van a trabajar. Tarjetas plastificadas con el nombre de cada una de las emociones que estamos estudiando para repartirlas a los alumnos. Cámara de fotos y pizarra digital.

Desarrollo: Primero repartiremos las tarjetas de los dibujos y fotos de manera que cada grupo de 4-5 alumnos tenga una, a continuación esos alumnos explicarán al resto de sus compañeros(a través de un pequeño teatrillo, con mímica o con un dibujo, estas opciones irán rotando de manera que todos los grupos realicen una de cada) qué emoción representa el dibujo y qué les hace pensar eso, se hará así con todos los alumnos. También, los alumnos se harán fotos expresando distintas emociones, que se verán en la pizarra digital, y que el resto de alumnos deberá saber identificarlas. A continuación, se repartirán las tarjetas que llevan escritas las palabras de las emociones y cada alumno tendrá que escribir dos situaciones que represente la que le ha tocado, después las compartirán con sus compañeros, los cuales tendrán que adivinar de qué emoción se trata.

Al final de cada actividad y para una adecuada **autoevaluación**, contestaremos a las ciertas preguntas que nos ayudarán a mejorar nuestra puesta en práctica, a valorar los resultados del programa a través de la observación directa y a ir avanzando positivamente cada vez más:

¿Nuestros alumnos participan en las actividades y se sienten motivados? ¿Hemos sido capaces de lograr los objetivos que nos hemos marcado? En caso negativo, ¿qué deberíamos mejorar y cómo? ¿El contenido aprendido con las actividades es funcional y práctico para nuestros alumnos? ¿Son capaces de aportar ideas y tener un comportamiento adecuado como grupo? ¿Se ha producido algún cambio en el comportamiento y evolución de nuestros alumnos tanto fuera como dentro del aula?

CONCLUSIONES

El objetivo principal que he pretendido con la elaboración de este programa de intervención en adolescentes con TEA (Síndrome de Asperger), es el de ayudarles a mejorar y potenciar su proceso de aprendizaje en las habilidades sociales para que su desarrollo, adaptación e integración sean lo más adecuado posible. Para ello he tenido en cuenta las características más comunes en estas personas como son dificultades en: la interacción social, entender a los demás, comunicar sus sentimientos a otros, respetar otras ideas y sentimientos diferentes a los suyos, entablar una conversación (inicio, mantenimiento y escucha), interpretar expresiones literales o con doble sentido, utilizar patrones de entonación, cambio de rutinas (como por ejemplo, cambios de profesores y asignaturas y en ocasiones también problemas motores).

Utilizamos diariamente la expresión “cada niño es un mundo”, para referirnos a que no hay dos alumnos iguales, por lo que en los niños con asperger ocurre lo mismo. Tienen unas características comunes, pero no podemos decir que tengamos en nuestra aula dos alumnos iguales. Es decir, unos presentan más o menos problemas en unas áreas, mientras que en otros ocurre en otras. Por ello, es muy importante que se realice una buena evaluación, de manera que el diagnóstico que obtengamos sea lo más preciso y acordado posible a las carencias o potencias de nuestros alumnos y así poder poner en práctica las pautas y actividades más idóneas, en este caso de nuestros alumnos con asperger, en el trabajo de las habilidades sociales.

Para que el programa sea lo más eficaz y productivo posible es muy importante una buena y frecuente colaboración y coordinación con las familias y profesores. Que se produzca un seguimiento de este programa y así observar y darnos cuenta de la evolución de nuestros alumnos y ver en qué aspectos de los planteados han mejorado: su integración en el grupo de compañeros, comunicación con los demás, aceptación de que otros puedan tener una opinión diferente a la mía, tener una conversación, solución a un imprevisto o problema que pueda surgir sin haberlo planeado con anterioridad, control de sus estados emocionales, capacidad para adaptarse a los cambios...etc. Es decir, aspectos que para nosotros pueden ser fáciles o que realizamos de manera automática e inconsciente pero que para nuestros alumnos son un gran reto a superar día tras día.

Bibliografía

- Attwood T. Síndrome de Asperger: Una guía para padres y profesionales.
- Church, C., Alisanski, S., & Amanullah, S. (2000). The social, behavioral and academic experiences of children with Asperger syndrome. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities
- Gray, C. (1998). Social stories and comic strip conversations with students with Asperger syndrome and High- Functioning Autism
- Lozano Martínez, Josefina; Alcaraz García, Salvador; Colás Bravo, Pilar (2010). Experiencia educativa sobre la comprensión de emociones y creencias en alumnado con trastornos del espectro autista. *Revista de Investigación Educativa*, 28 (1), 65-78.
- Monfort, M. y Monfort I. (2001) *En la mente*. Entha Ediciones. ISBN: 84- 932013-1-6
- Varios autores. (2006). *Los trastornos generales del desarrollo. Una aproximación desde la práctica*. Vol. I, II, III. Ed. Junta de Andalucía.