

ORIENTACIONES PARA TRABAJAR CON ALUMNADO

CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES DERIVADAS DE

TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA (T.E.A)

¿A QUÉ LLAMAMOS TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA?

Bajo este término se engloban aquellos trastornos severos del desarrollo, que conllevan una **alteración neurobiológicamente determinada en el procesamiento de la información**. La persona que los presenta suele tener un aspecto e inteligencia normal, o incluso superior a la media, si bien presenta un estilo cognitivo particular y, frecuentemente, habilidades especiales en áreas restringidas.

Este tipo de trastornos se manifiestan de diferente forma en cada individuo, pero todos comparten ciertas características (más o menos evidentes en cada caso) como: dificultades para la **interacción social**, especialmente con personas de su misma edad, alteraciones de los patrones de la **comunicación no-verbal, intereses restringidos, inflexibilidad cognitiva y comportamental**, dificultades para la **abstracción de conceptos**, coherencia central débil en beneficio del **procesamiento de los detalles, interpretación literal del lenguaje**, dificultades en las **funciones ejecutivas y de planificación**, incapacidad para la **interpretación de sentimientos y emociones** ajenos y propios.

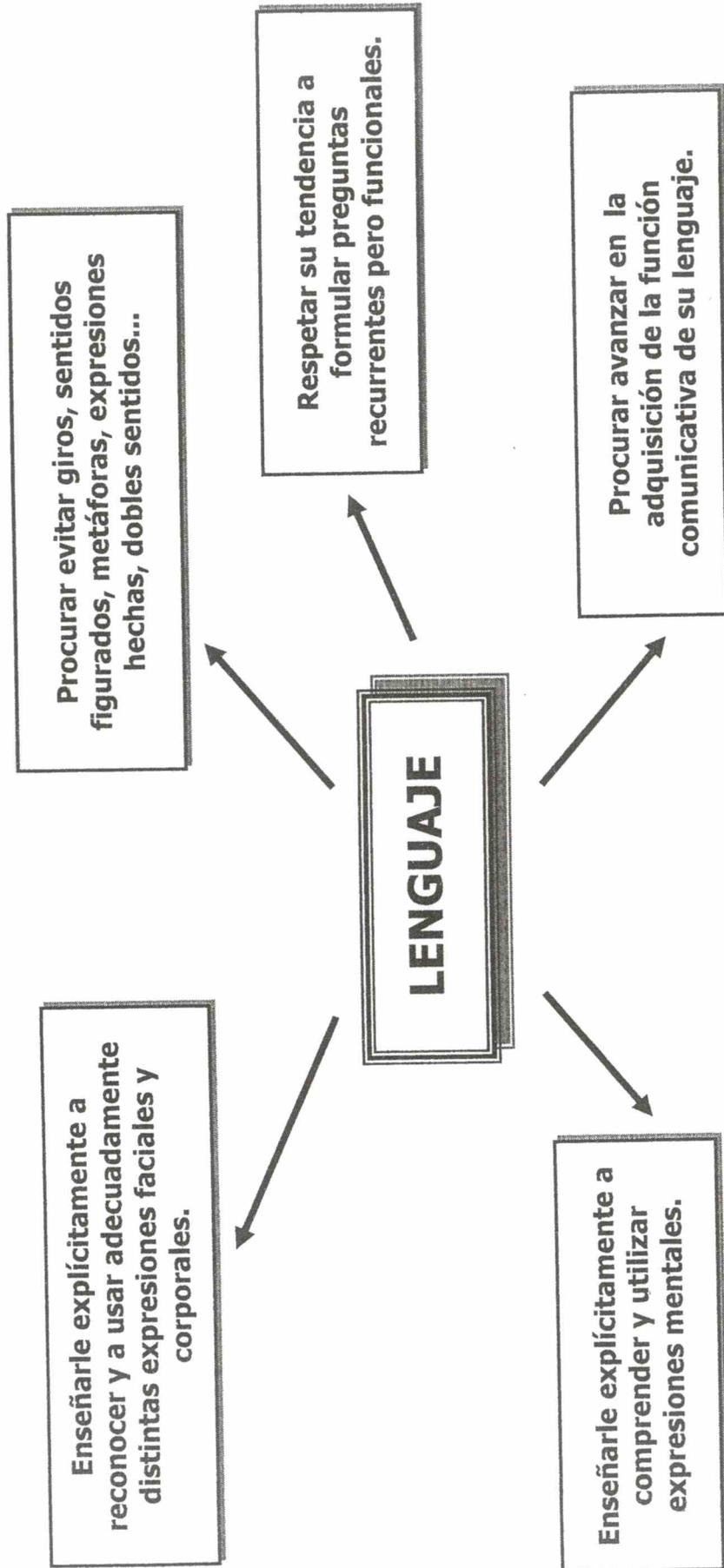
Algunas dificultades que suelen aparecer durante la adolescencia son:

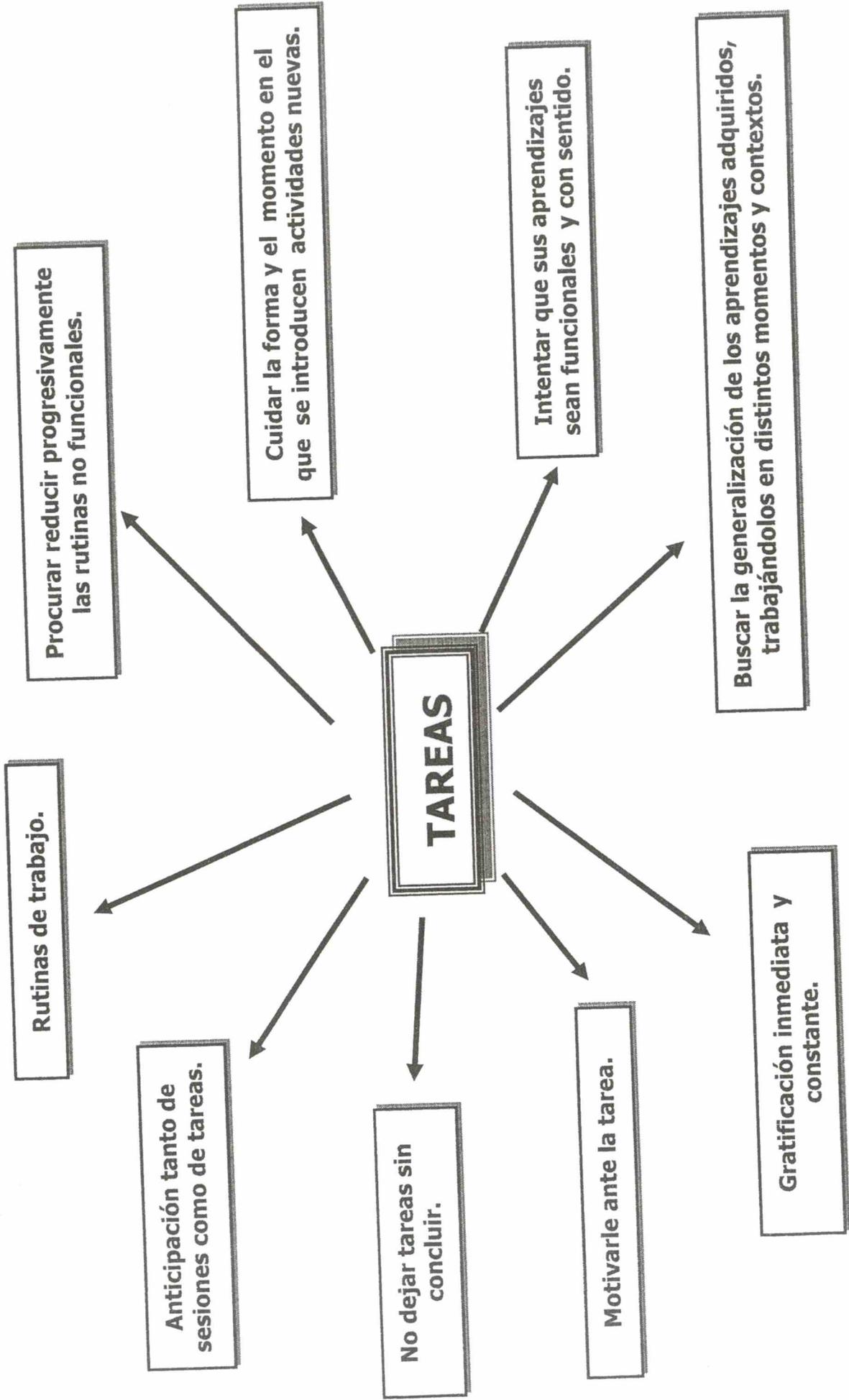
- Inmadurez emocional.
- Reacciones emocionales desproporcionadas y poco ajustadas a las situaciones.
- Intereses inmaduros y poco acordes con la edad.
- Mayor conciencia de ser diferente.
- Sentimientos de incompreensión y de soledad.
- Vulnerabilidad a alteraciones psicológicas como la depresión, la ansiedad y el estrés.
- Descuido de la higiene y el cuidado personal (si bien algunos desarrollan rituales obsesivos en relación con la higiene).
- Aumento de las obsesiones y los rituales de pensamiento y comportamiento.
- Dificultades académicas: lentitud, problemas de adaptación a los cambios de horarios, profesores, aulas, etc.; torpeza para elaborar planes de estudio y secuenciar tareas; desmotivación; dificultades para captar la idea principal de un texto y seleccionar información relevante.

Las cualidades y aspectos positivos que muestra en la etapa adolescente son:

- Fuertes valores morales: sinceridad, compañerismo, bondad, defensa de los derechos humanos y crítica de las injusticias que observan a su alrededor.
- Persistencia en alcanzar sus metas y objetivos.
- Gran deseo de superación.
- Personalidad sencilla, ingenua y "transparente".
- Ausencia de malicia y de dobles intenciones.
- Mejor dominio de las reglas sociales básicas.

PAUTAS GENERALES DE ACTUACIÓN:





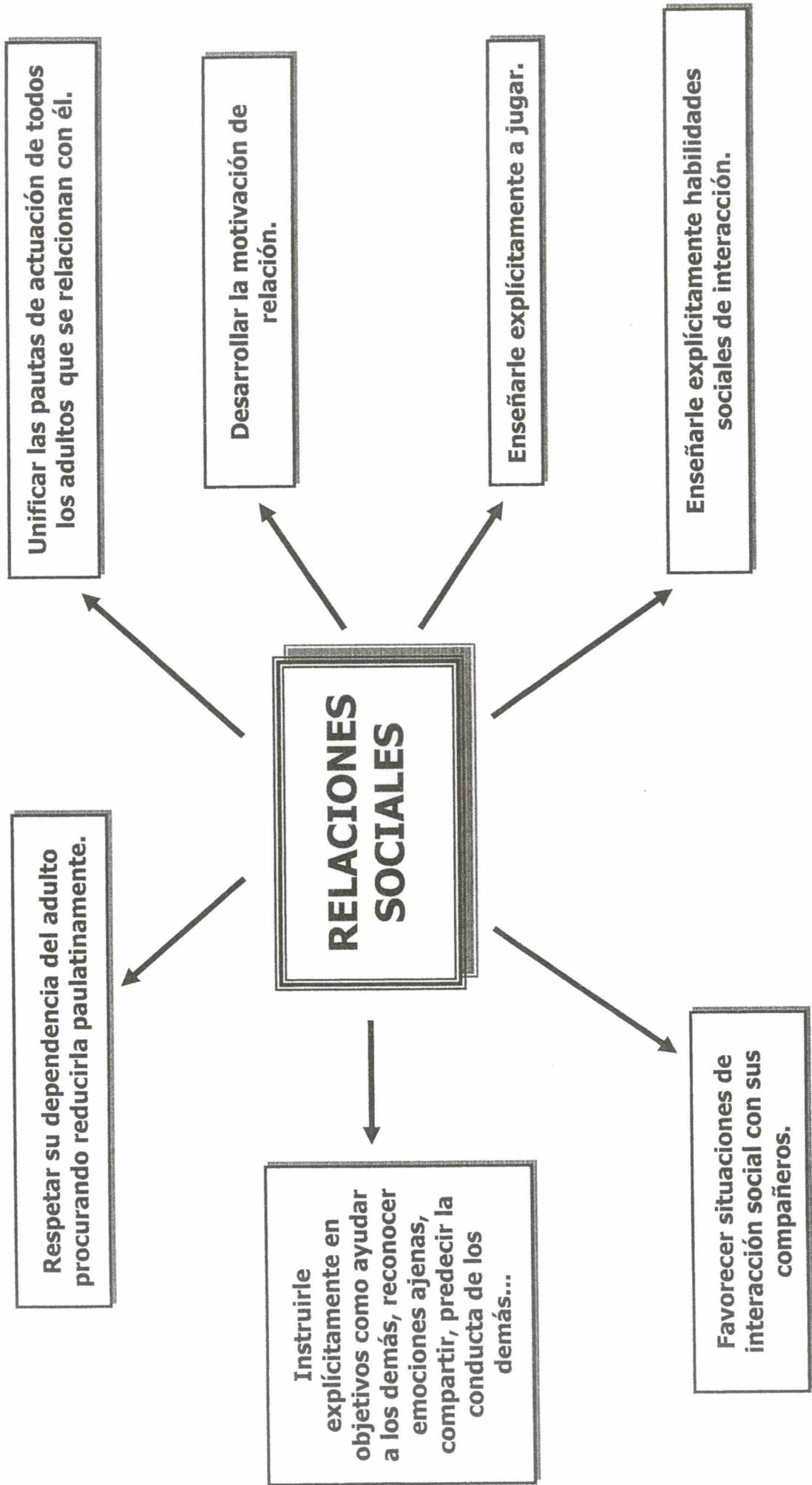
Evitar la hiperestimulación.

Mantener el ambiente lo más constante posible.

AMBIENTE EN EL AULA

Relajado y sereno.

Pautas sencillas y concretas para su desenvolvimiento en el aula.



ÁMBITOS Y PAUTAS CONCRETAS DE ACTUACIÓN

PAUTAS PARA MEJORAR LA COMUNICACIÓN

⇒ Afianzar en general sus **HABILIDADES BÁSICAS DE COMUNICACIÓN:**

- Respetar y utilizar los turnos de palabra.
- Respetar opiniones de los otros.
- Observar señales no verbales más frecuentes de los otros.

⇒ Mejorar la **COMUNICACIÓN EN CLASE:**

- Mencionar el nombre del alumno antes de dar una explicación, orden...
- Repetir las instrucciones que se dan al grupo, al alumno individualmente, por medio de otro compañero, del profesor de apoyo o del profesor del aula.
- Utilizar frase cortas con nexos explícitos, con palabras claves y concretas.
- Atraer la atención del alumno antes de hablarle. Conviene que esté cerca del profesor, en las primeras filas.
- Organizar las explicaciones: resumir los puntos, repetir, organizar y dividir la información en partes adecuadas.
- Controlar cada paso del discurso, realizar pausas para que el alumno procese la información.
- Utilizar claves visuales, mediante pictogramas en forma de diagramas.
- Si se usa un lenguaje abstracto, explicarlo antes de realizar el trabajo concreto.
- Mejorar su atención y comprensión invitándole a que pregunte.
- Si hay una conducta inadecuada, conviene mantener el tono neutral y usar un lenguaje tan simple como se pueda. Explicar la conducta que nos gustaría ver y ser muy claro acerca de las consecuencias.
- Algunos escuchan y comprenden mejor si no miran al hablante. No insistir en que mire mientras hablamos.

⇒ Impulsar una **INTERACCIÓN VERBAL** más ajustada a sus posibilidades y limitaciones (interpretaciones literales):

- Procurar no usar giros ambiguos, concretar tiempos y espacios. Emplear expresiones como "hablaré contigo cuando termine la clase, a las 13h." en lugar de decir "dame 5 minutos", "el examen termina a las 14 h", "los ejercicios se entregan el día 10 a 2ª hora"...
- Usar frases cortas, simples y directas: "Por favor, silencio" en lugar de "no quiero oír este ruido".
- Explicarle qué debería hacer cuando no entiende algo. Que pregunte.
- Enseñarle algunos refranes y giros comunes, y su interpretación.
- Evitar: modismos (p.ej: Respetar, guardar la respiración, esperar la señal de partida...), segundas intenciones; dobles sentidos (Chistes); sarcasmos (p.e. decir "estupendo" cuando acaba de tirar algo); apodos cariñosos (amiguete, colega, chico listo)
- Evitar sobrecarga verbal. Sea claro, use frases cortas.
- No confiar en el alumno para transmitir mensajes importantes a sus padres hasta no estar seguros de que domina esta habilidad.

⇒ Ofrecer otras posibilidades en sus **ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES:**

- Planificar el tiempo de ocio con otros adolescentes.
- Realizar intervenciones en el I.E.S. que fomenten el trabajo en grupo desde tutoría, plástica, tecnología, educación física...

PAUTAS PARA TRABAJAR SUS DIFICULTADES EMOCIONALES

- Evitar o modificar los desencadenantes, en la medida de lo posible, en lugar de intentar cambiar el estilo de pensar y sentir del alumno. En definitiva, adaptar el entorno.
- Ofrecerle claves y estrategias de autocontrol para salir de situaciones estresantes y reforzarle cada vez que lo consigue.
- Hablar con el alumno después de un incidente, cuando ya esté calmado y de una manera simple y objetiva.
- Ofrecerle rutinas diarias firmes.
- El alumno debe ser avisado de cualquier cambio predecible que se vaya a producir.
- Enseñarle estrategias para aliviar la ansiedad. Utilizar técnicas de relajación.
- Intentar desarrollar con el alumno un vocabulario emocional que le permita expresarse en determinadas situaciones.
- Estar atentos a la periodicidad en los cambios de humor. Si son cíclicos y sin causa aparente pueden ser síntoma de depresión.
- Preguntarle por su estado de manera periódica. No podemos esperar de él que se comunique a este nivel con nosotros espontáneamente.
- Es importante que el alumno tenga un referente claro en el centro hacia el que dirigirse en caso de necesitar ayuda de cualquier tipo.
- Ofrecerle documentación para un mayor autoconocimiento de su trastorno, así como lugares de encuentro y posibilidad de comunicación con otras personas del mismo perfil.

PAUTAS PARA ABORDAR SUS DIFICULTADES EN IMAGINACIÓN / RIGIDEZ

- ⇒ Cuando existen **TEMAS OBSESIVOS DE CONVERSACIÓN**, es importante:
 - Enseñarle de forma explícita cuándo y con quién es apropiado conversar sobre su particular tema favorito de interés.
 - Limitar la frecuencia de esas conversaciones a ciertos "tiempos especiales" previamente fijados.
 - Al mismo tiempo, debemos elogiarle y prestar atención cuando no hable sobre sus intereses.
- ⇒ Ante la **INSISTENCIA EN NORMAS**, es necesario:
 - Procurar hacerle comprender que las reglas a veces pueden ser transgredidas, negociadas o flexibilizadas, explicándole detalladamente el porqué ocurre esto a partir de sus propias experiencias o del trabajo con "Historias sociales".
- ⇒ Con sus **FOBIAS**, primero debemos:
 - Intentar comprenderlas, si es posible, preguntándole explícitamente qué es lo que le desagrada y le produce rechazo. Así, obtendremos la información necesaria, para luego...
 - poder realizar una desensibilización, que consistirá en ir exponiéndole de forma muy gradual al origen de su ansiedad mientras le ofrecemos situaciones placenteras y relajantes que garanticen su bienestar emocional. También nos serán de utilidad las "Historias Sociales".
- ⇒ En cuanto a la **INTRODUCCIÓN DE CAMBIOS** en sus rutinas diarias o en la forma de hacer las cosas, puede resultar de gran ayuda:
 - Confeccionar y usar un horario en el que estén organizadas sus rutinas diarias. Éste debe mostrar claramente todas las tareas que componen la rutina y su secuencia, para lo que colocaremos en él tarjetas individuales (con una palabra, dibujo esquemático, fotografía o símbolo) identificativas de cada una de las actividades.
 - Cuando se vaya a alterar la rutina habitual o a introducir algún pequeño cambio en su actividad, será preciso explicarle con antelación y detalladamente lo que va a suceder, qué se va a hacer, dónde, cuándo, etc., para reducir todo lo posible su ansiedad. Para ello usaremos siempre un lenguaje simple, claro y preciso, incluso videos o fotografías. A veces, puede tranquilizarle mantener consigo durante la nueva situación una imagen o un objeto familiar.

- ☑ Intentar ir reduciendo el tiempo que emplea en sus rutinas paulatinamente, hasta conseguir que su duración sea la habitual. Para ello, podemos fijar el tiempo de inicio y de finalización de las mismas en su horario, establecer una señal que marque el fin de la actividad, e ir poco a poco eliminando pasos de la rutina, comenzando por los más cortos, más pequeños o menos importantes.
- ☑ Entrenarle para lograr interrumpir una tarea inacabada. Para ello será necesario darle las explicaciones previas oportunas del porqué de esa interrupción y de cuándo podrá volver a terminarla. También podemos utilizar el horario, en el que marcaremos el momento en el que va a poder retomar la tarea.

PAUTAS PARA MEJORAR SUS HABILIDADES PARA EL TRABAJO

⇒ **LA MOTIVACIÓN** puede ser un problema, porque una característica muy típica de las personas con Trastornos del Espectro Autista es un interés muy intenso sobre un tema específico (y con frecuencia muy reducido) y un interés muy limitado por otros temas.

El origen social de la motivación que funciona con muchos jóvenes, no parece actuar tan fuertemente con este alumnado, que no parece estar interesado en "agradar a la gente" o imitar a su adulto favorito. Además, sus limitaciones en imaginación pueden hacer ineficaces a largo plazo los incentivos y gratificaciones (resultados de los exámenes, perspectivas de estudios posteriores, etc.)

- ☑ Puede ser posible dirigir determinadas áreas del currículo hacia sus intereses, así como usar cualquier interés obsesivo como fuente de recompensa y motivación (p. ej: "si terminas este trabajo a las 10:30, podrás estar 10 minutos trabajando en tu proyecto espacial")
- ☑ Las expectativas, lo que se espera sobre la cantidad y la calidad de la productividad en el trabajo necesitan ser explícitas y detalladas. Es mejor empezar con metas a muy corto plazo, y gradualmente ir extendiendo su duración.
- ☑ Los incentivos externos pueden ser útiles, pero es mejor recompensar poco y con frecuencia. Hemos de ser cuidadosos al elegir la recompensa, pues las usadas normalmente en clase pueden no ser efectivas. Es siempre mejor preguntarle acerca de posibles recompensas/premios.
- ☑ Usar sistemas visuales para conseguir que sepa cómo lo está haciendo y cómo conseguir su recompensa elegida, sobre todo cuando ya es capaz de enfrentarse a demoras importantes.

⇒ Frecuentemente parecen tener grandes dificultades con la **ORGANIZACIÓN PERSONAL**, pueden parecer sobrecargados y confusos al tener que enfrentarse simultáneamente con el lenguaje, la estimulación perceptual y las demandas sociales. Estos alumnos a menudo parecen no ver la conveniencia de hacer un esfuerzo extra para la organización personal. Estos problemas de organización personal muestran por sí mismos diferentes niveles:

TIPO DE PROBLEMA	PROPUESTA DE ACTUACIÓN
Saber cómo orientarse en espacios abiertos y cómo ir de A hasta B.	<ul style="list-style-type: none"> ☑ Facilitar un mapa para moverse por el centro. ☑ Ofrecerle apoyo personal para moverse alrededor del centro, preferiblemente un compañero. ☑ Marcar áreas para sentarse u orientarse en espacios abiertos con moquetas, cojines para sentarse etc.
Saber dónde poner las preguntas en su hoja de trabajo o cómo compaginar dibujos y textos en una hoja en blanco.	<ul style="list-style-type: none"> ☑ Marcar el comienzo del trabajo con una señal (por ejemplo una luz verde) y el final de forma similar. ☑ Agrandar las hojas de trabajo (fichas) e indicar muy claramente donde deberían ir las preguntas, marcando esta área con límites claros o colores.
Tener los materiales necesarios para una sesión determinada.	<ul style="list-style-type: none"> ☑ Hacer una lista de qué es necesario para cada sesión y cuyo acceso sea inmediato.
Saber qué traer de casa y llevar a casa en un día determinado.	<ul style="list-style-type: none"> ☑ Elaborar un horario escrito o con símbolos (agenda). El horario podría servirle a los padres para saber qué necesita llevar al centro el próximo día.

- ⇒ El alumno puede tener una buena **CONCENTRACIÓN**, pero aquello sobre lo que se concentra puede ser muy "peculiar". Además, muestran dificultades para elegir aquello sobre lo que deberían concentrarse, especialmente si no han oído o no han comprendido las instrucciones.

Otras limitaciones se deben tanto a que pueden ser particularmente vulnerables a distracciones de origen externo y que parecen tener dificultades para eliminar la estimulación irrelevante (particularmente sonidos e información visual); como al hecho de que sus pensamientos y preocupaciones pueden ser también experimentadas como muy intrusivas, con frecuencia causándoles angustia. Finalmente, si encuentran el IES como causa de estrés, podrían ensimismarse dentro de su propio mundo de fantasía.

- ☑ Una estrategia fundamental es proporcionarles niveles altos de estructura, e ir poco a poco moviéndonos hacia diferentes niveles.
- ☑ En la práctica puede ser extremadamente útil establecer una "zona de trabajo" separada, donde el trabajo individual pueda ser completado. Lo ideal sería las menos distracciones posibles, lejos de las "zonas de tránsito", mirando hacia una pared en blanco y separados de alguna manera (suelen ser útiles los biombo de cartulina). Asegurarse de que todos los materiales de trabajo están disponibles y organizados antes de empezar la sesión. El propósito es establecer una asociación entre esta situación y "conseguir acabar el trabajo".
- ☑ Las ayudas visuales pueden ser muy útiles. Pueden usarse para mostrar qué actividades se van a hacer próximamente (son particularmente útiles si son motivantes). También pueden mostrar los pasos, de una manera más detallada, en una tarea determinada, además pueden ser usados símbolos o palabras para recordar reglas básicas o lo que se espera del alumno. Límites externos de tiempo (usando un reloj de cocina o similar) combinados con tareas muy específicas asignadas pueden ayudar al alumnado a concentrarse. Si a todo esto unimos el uso de incentivos, esto puede motivarle a hacer el esfuerzo necesario para resistirse a las distracciones.
- ☑ Es necesario que las tareas sean cuidadosas y claramente estructuradas. Los pasos necesarios han de ser explícitamente detallados y el producto final esperado descrito de manera detallada.
- ☑ Es necesario ser realista sobre los pasos del trabajo y del nivel de concentración que se espera.
- ☑ Dependiendo de las relaciones con sus compañeros de clase, puede ser útil usar un sistema de "colegas" con otros niños/as que le ofrezcan ocasionalmente apoyo que le ayuden a concentrarse (usando alguna ayuda agradable o una "palabra clave").

- ⇒ A muchos de estos alumnos no le gustan los cambios y se mantienen dentro de los patrones de hacer las cosas de la misma manera y con las mismas personas. Esta situación puede crear una **SOBREDEPENDENCIA** tanto porque algunas veces la presencia de los adultos parece actuar como una especie de ayuda física que si desaparece, le impide continuar, incluso si la tarea es muy familiar, como porque algunos chicos/as no tienen la motivación social para ser independientes y raramente se sienten orgullosos al decir "déjame que lo haga por mí mismo" como otros chicos/as hacen. Muchos suelen tener una pobre autoestima y escasa confianza y se sienten más seguros cuando están con un adulto. Algunas veces el adulto que los apoya siente que el alumnado sólo hace adecuadamente su trabajo si está todo el tiempo con él, pudiendo de esta forma reforzar involuntariamente la dependencia.

- ☑ Tan pronto como haya aprendido algunas habilidades, será necesario dedicar un tiempo durante el día donde pueda practicarlas independientemente. El centro de atención debería ser el desarrollo de su independencia más que la tarea en cuestión.
- ☑ Para ayudarlo a comprender qué se espera de él, conviene presentar su trabajo personal tan estructurado como sea posible, por ejemplo, ocupar una mesa especial, presentar las tareas secuenciadas y con indicaciones claras de cuando empezar y terminar.
- ☑ Elogiar cada vez que termine correctamente una tarea sin necesidad de apoyo. Enseñarle alguna forma de comunicar a alguien cuando ha finalizado, por ejemplo verbalmente, con una tarjeta o recogiendo los materiales.
- ☑ Animar a los compañeros para que sean ellos, mejor que un adulto, los que le proporcionen apoyo, por ejemplo invitándole a jugar, trabajando con el ordenador, etc. Puede ser necesario evitar la ayuda excesiva.

⇒ El alumnado TGD puede tener **PROBLEMAS PARA RETENER LA INFORMACIÓN** porque muchos tienen añadidas dificultades con la motricidad fina, lo que hace que tengan grandes dificultades para escribir. Algunos también tienen que concentrarse en los mecanismos de la escritura manual y, si además tienen que pensar acerca de lo que están escribiendo, su escritura puede verse afectada más aún.

Incluso, aunque pueden ser capaces de escribir bien al principio de una actividad, rápidamente llegarán a sentirse cansados; o, mostrarán dificultades más grandes con la escritura manual si están ansiosos. En general, presentan dificultades con las tareas que deben acabarse en un tiempo límite y encuentran difícil acabar parte de ese trabajo.

- ☑ Aunque es importante el desarrollo de habilidades de escritura manual, sin embargo, éste no es el único método que puede ser útil para ayudar al alumnado a retener la información. Algunas alternativas que pueden ser utilizadas son: un ordenador, una grabadora, cortar y pegar, etc.
- ☑ Puede ser necesario planear qué se espera del alumnado con relación a su capacidad para recordar (o grabar en su memoria) su trabajo semanal de varias sesiones. El propósito es establecer un listado de métodos (y ofrecer claridad y confianza al profesorado). Estas expectativas podrían estar marcadas claramente en su agenda (horario).
- ☑ Reconocer los momentos de ansiedad, y si es posible, reducir la presión en esos casos.
- ☑ Usar marcadores de tiempo, tales como relojes de arena, piezas de música conocida, relojes de cocina etc. Estos marcadores darán una ayuda visual o sonora de cómo pasa el tiempo y la necesidad de acabar su trabajo escrito en un tiempo determinado.

⇒ En algunos casos el alumnado con TGD tiene dificultades para acceder a su memoria. No es que no tengan memoria, más bien parecen tener dificultades para recuperarla. **RECUPERAR LA INFORMACIÓN RETENIDA** es una actividad en la que con frecuencia parecen necesitar una clave muy precisa y específica. Muchos tienen dificultades para responder a preguntas abiertas por ejemplo "*¿Qué has hecho hoy en la escuela?*", pero son capaces de responder a preguntas con alternativas, por ej. "*¿Has ido a montar a caballo o a la piscina?*"

- ☑ Proporcionarle claves que le ayuden a recuperar información procedente de su memoria. Organizar la información y darle títulos o "palabras clave" que le servirán de recuerdos.
- ☑ Comunicar a sus padres, quizás a través del cuaderno de su tarea diaria, una lista de palabras claves que sirvan para activar la memoria del alumno.
- ☑ Ser conscientes de las dificultades con las preguntas abiertas y usarlas sólo cuando estemos seguros de que será capaz de recordar la respuesta. En otros momentos apoyarle con preguntas que le proporcionen una clave, tales como las preguntas con alternativas.
- ☑ Si se espera que memorice determinada información específica intentar animarlo a que la procese activamente. Pueden serle útiles algunas técnicas como:
 - a) Utilizar diagramas o dibujos para recordar la información.
 - b) Intentar personalizar la información mediante la construcción de enlaces personales entre la información o los conceptos y lo que realmente conoce.
 - c) Cuando se hable de experiencias con el alumnado poner más énfasis en su compromiso personal y reacciones que en las actividades.

⇒ A la hora de plantear al alumnado TEA un **TRABAJO PARA CASA** debemos tener en cuenta que algunos no pueden enfrentarse ello, porque confunden los límites entre el hogar y la escuela y esto produce desconcierto. Además, presentan otra carencia como es la falta de la motivación social más común: la de gustar a padres y profesores.

Otras limitaciones vienen dadas por el hecho de que muchos/as no pueden "ver el punto", la razón por la que deberían hacer su trabajo de casa, incluso aunque ellos/as sean capaces de verbalizar porqué debería ser completado ese trabajo, por ejemplo para tener mejores notas. En otros casos, algunos intentan dar razones para no hacer su trabajo en casa. Esas razones pueden haber sido válidas en alguna ocasión, pero ellos/as continúan utilizándolas en todas las ocasiones, ya sean apropiadas o no. No obstante, la mayoría realiza algún trabajo en casa, con frecuencia sobre temas que les interesa, pero pueden tener dificultades para encontrar límites temporales debido a sus pobres habilidades de organización personal.

- ☑ Trabajar con los padres. Mantenerlos informados y tratar de buscar formas para que puedan ayudar a motivar al alumnado y a tratar de que se organice.
- ☑ Asegurar que todos los profesionales dan claras instrucciones que puedan ser comprendidas tanto por los padres como por el alumnado (puede no entender sus propias instrucciones escritas una vez fuera del contexto escolar)
- ☑ Puede ser de gran ayuda una reunión para establecer las normas con relación al trabajo en casa, incluyendo a los padres, el profesional de apoyo y el alumnado, que se puede beneficiar al ver y oír discutir a cada uno sobre el asunto y no tener que imaginar qué sabe cada uno.
- ☑ Procurar un acercamiento de todo el personal al problema. El acuerdo es esencial porque, en caso de existir discrepancias, el alumnado podría llegar a no entender el comportamiento de los profesionales o a aprovecharse de la falta de acuerdo.
- ☑ El castigo es poco probable que sea efectivo y puede agravar el problema. Los castigos en la hora del recreo le alejan de las oportunidades para socializarse que necesita. Hay que pensar en algo motivante para el alumnado con relación al trabajo.