

Cosas para explicar a un profe sobre el autismo



Con alguna frecuencia me invitan de un cole para que les cuente cosas sobre el autismo. El motivo es siempre el mismo: cada vez tienen más niños en clase afectados por un TEA y quieren saber más. Es una gozada que quieran aprender, que estén decididos a hacer mejor las cosas cada día, que quieran ayudar aún más a sus alumnos. El punto de partida para escribir este post ha sido información diversa del blog [Quirks and Chaos](#) que escribe Lisa Smith, una madre de siete hijos, dos de ellos con necesidades especiales y los consejos aportados por Pat Hensley, una maestra jubilada y Ellen Notbohm. Como en otras ocasiones integro sus comentarios, aporto mi experiencia e intento adaptarlo a nuestra realidad, que no siempre es igual que una clase en los Estados Unidos. Muchos profesores conocen bien estas cosas pero nadie mejor que ellos sabe que un repaso siempre viene bien y quizá para otros pueda ser de utilidad. Estos son los mensajes clave:

El autismo es un trastorno de espectro. Quiere decir que hay mucha variabilidad de un niño a otro. Los maestros y maestras que han tenido algún niño en clase con autismo ya tienen una idea de qué va pero es importante que tengan claro que no todos los niños con TEA son iguales y que van a tener que adaptarse a ese muchacho concreto. Lo que para un niño funcionó el año pasado puede que no sea así este curso y viceversa. A los padres les gustará que les preguntes sobre su hijo, valorarán tu disposición y su información te ayudará a que la clase vaya mejor.

El comportamiento es comunicación. Un comportamiento negativo puede ser una forma de queja, un intento de salir de una situación en la que se siente abrumado o necesitado de una respuesta. Ningún niño quiere portarse mal. Intenta encontrar la causa, puede ser útil anotar qué es lo que sucedía antes de ese cambio en el comportamiento, con qué personas estaba, la hora del día, el contexto... Es ideal si consigues encontrar una pauta que te ayude a prevenirlo o evitarlo.

Adapta lo que puedas tu enseñanza a su aprendizaje. Aprovecha, como con cualquier otro niño, sus fortalezas y sus peculiaridades. Algunas ideas:

- Organiza las cosas paso a paso, en orden, con una secuencia pautada, bien concretado todo.



- Da instrucciones muy claras. Es mejor, «dejad los lápices, cerrar los cuadernos y ponerlos en fila para salir al patio» que «Hoy hace muy bueno. Vamos a dar la clase fuera. Tan pronto como terminéis de escribir, dejad lo que estáis haciendo y vamos para la salida». No des nada por asumido. Es posible que haya escuchado las instrucciones pero no las comprenda. Es posible que ayer lo tuviera claro y hoy ya no.
- Explica con nitidez cuándo está terminada la tarea. Hay quien hace una foto a cómo tiene que quedar y lo enseña al estudiante (así tienen que quedar las pinturas cuando terminas). Usar imágenes es a menudo una buena idea y muy fácil de hacer con nuestros teléfonos móviles.
- Dirígete a él en primera persona y de forma individual. Es posible que no entienda que una instrucción para toda la clase es también para él. Es posible que necesite más práctica que otros niños para dominar algunas tareas.
- Usa sistemas diversos para enseñarle: imágenes visuales, guiarle la mano, un compañero que sirva de ejemplo... repetir la información no suele estar de más.
- Haz preguntas cerradas mejor que abiertas. Funciona mejor que le digas «¿Quieres leer o dibujar?» a que le preguntes «¿Qué quieres hacer ahora?»
- Dale pocas opciones. Si tiene que elegir algo, un cuento, que tenga que hacerlo entre dos o tres, no toda la estantería.
- Las rutinas y los preavisos suelen ser útiles para un muchacho con TEA. La flexibilidad, la paciencia, la capacidad de adaptación son habilidades necesarias para la vida cotidiana, pero los muchachos con autismo no llevan bien en general los cambios súbitos, las sorpresas, las alteraciones en lo esperado. Cosas como que aparezca un profesor nuevo o una salida no programada pueden causar ansiedad o una rabieta. Informarle cuanto antes de cualquier plan nuevo y darle varios avisos previos antes de que empiece una nueva actividad pueden ser buenas sugerencias.

- Suelen funcionar mucho mejor los refuerzos positivos que los castigos pero suele ser así siempre ¿verdad?
- No empeores un mal comportamiento. Corrígele con delicadeza.
- Un esquema visual, un calendario o un horario con imágenes pueden ser herramientas muy útiles para tenerle bien centrado.
- Explora, si es posible, el mundo de los ordenadores. Pueden ser una gran ayuda (no se cansan) en algunas tareas.
- Y siempre, paciencia.

Los niños con autismo requieren tiempo extra para procesar las instrucciones verbales. Necesitan un lenguaje claro y con frases cortas, instrucciones muy básicas, de uno o dos pasos y un período de unos segundos después de hacer una pregunta para responder. Si ves que tienes que repetir la pregunta, no la formules de otra manera, pues entonces el procesamiento de lo que has dicho vuelve a la casilla de salida. Repite sencillamente y tranquilamente las mismas palabras. Intentar que responda más ágilmente, que se dé prisa, lo único que hará normalmente es hacerle ir más lento.

Un respiro puede ser una gran ayuda. Un muchacho con TEA puede beneficiarse de tener un lugar tranquilo donde retirarse y autoregularse. En circunstancias ideales puede ser una esquina tranquila, con cojines y alfombra, con algún libro y un mp3 con audífonos con alguna música favorita. Tras relajarse un poco puede reintegrarse a las tareas de la clase.

La comprensión del lenguaje y la expresión verbal son dos cosas diferentes. Muchos niños con autismo entienden mucho más de lo que sus profesores piensan y puede ser que no sea capaz de expresar todo lo que realmente quiere decir. A veces, por el contrario, es capaz de recitar frases largas y complejas pero sin entender en realidad nada de lo que está diciendo. Hace falta interactuar con él y explorar para ver lo que realmente entiende y lo que requiere volver sobre ello.



Los niños con autismo son literales. Les cuesta mucho, siempre en general, el lenguaje figurado, el pensamiento abstracto, cualquier cosa parecida a una metáfora. Si en una excursión dices «coged mi ritmo», los otros alumnos entenderán sin problema que tienen que andar un poco más rápido y seguir tu paso pero es posible que ese niño se ponga a buscar el «ritmo» por el suelo. Pasa continuamente y aunque hay momentos divertidos, hay otros que son frustrantes. Cuidado con las frases hechas como «hablar por los codos» o «dormirse en los laureles». No suelen entender el sarcasmo. Si al pasar junto a tu mesa tira los papeles y dices «¡Genial!», puede pensar que ha hecho algo bien e intentará repetirlo. También sucede con preguntas que en realidad son instrucciones. Es decir, si le dices «¿Quieres leer la siguiente página?», la respuesta puede ser «no». Si lo que quieres es que lea, díselo y mejor para todos. Una frase como «has dejado el pupitre muy desordenado», para él es la descripción de un hecho y de ahí no se infiere necesariamente que lo tiene que ordenar.

Los niños con autismo se focalizan en un tema. Muchos muchachos con TEA tienen «su tema». Pueden querer hablar sobre ello durante horas y no va a ser fácil sacarles de ahí. Muchas veces son temas que no tienen interés para los otros niños ni para el profesor ni para nadie. El sujeto preferido a veces puede usarse como palanca para aprender cosas (en vez de sumar manzanas puedes sumar dinosaurios si ese es su tema), o como recompensa tras la consecución de una tarea (puede abrir un rato el libro de los dinosaurios), pero lo más normal es que le distraiga de lo que tiene que hacer en clase pues le interesa menos que volver a su tema.

Los niños con autismo necesitan ayuda en sus interacciones sociales. Muchas veces estos muchachos parecen no tener interés en sus compañeros y si se le deja «ahí» no aprenderán las habilidades sociales básicas, fundamentales para su vida. La escuela es un ambiente ideal y en algunas cosas tiene condiciones que no se pueden reproducir en el hogar.

- Enséñale y ejercita las habilidades sociales básicas como esperar turnos, compartir o la distancia social.
- Permítele también que se quede fuera de algunas actividades, como deportes o juegos que pueden ser difíciles de entender o nada agradables para él.
- Ten cuidado con que no le hagan ningún tipo de acoso o bullying.

A veces hay problemas sensoriales. Algunos niños con autismo pueden tener hipersensibilidad a estímulos visuales (una iluminación muy potente), auditivos (el zumbido de un frigorífico o un fluorescente, algún aparato eléctrico como un sacapuntas o el aireador del acuario), olfatorios (olores de comida, de la calle...) o táctiles (texturas). Puedes intentar modificar lo que le rodea, cambiarle de lugar, a ver si se encuentra mejor. Los terapeutas ocupacionales pueden ayudar para hacer el aula más agradable, atendiendo a esos estímulos sensoriales. Intenta eliminar distractores.

Los niños con autismo tienen estereotipias. Las estereotipias son movimientos estereotipados o comportamientos repetidos que pueden parecer muy raros a sus compañeros. Se suelen producir cuando está excitado, aburrido o estresado. La atención y la guía durante el tiempo que está en el colegio harán que sean menos



frecuentes.

Puede ser útil explicar a sus compañeros lo que es el autismo. Se trata de explicar a sus compañeros, de forma lógicamente adaptada a su edad y mejor con el acuerdo de los padres, las cosas básicas de los TEA:

- Que todos somos únicos y diferentes a los demás.
- Que el autismo es una cosa de nacimiento de la que nadie tiene la culpa.
- Que salvo en algunas particularidades en casi todo es uno más de la clase.
- Que no es que se porte mal sino que el autismo se nota en hacer algunas cosas de manera diferente.
- Que le cuesta hacer algunas tareas, comunicarse y hacer amigos, así que todos tenemos que esforzarnos un poco más y ser comprensivos y buenos compañeros.
- Que no hay nada de qué asustarse ni de qué preocuparse.

Los niños con autismo dicen las cosas como las ven. Te puede decir en público que tienes que adelgazar o que tienes un olor raro. No te lo tomes como algo personal, jamás quiere ofender ni hacer daño. La mejor solución es siempre el buen humor.

El resto del personal también puede ser de gran ayuda. El conductor del autobús, el personal del comedor, los alumnos en el prácticum... todo ellos pueden también aprender y echar una mano.

Nuestro nivel como sociedad lo marca el cómo tratamos a los que son algo diferentes.

Para leer más:

- Autism Speaks. 12 Things I'd Like Teachers to Understand about Autism.
<https://www.autismspeaks.org/blog/2015/03/09/12-things-i%E2%80%99d-teachers-understand-about-autism>
- Hensley P. 22 Tips for Teaching Students with Autism Spectrum Disorders.
<http://teaching.monster.com/benefits/articles/8761-22-tips-for-teaching-students-with-autism-spectrum-disorders>
- Notbohm E.
<http://www.pasoapaso.com.ve/index.php/component/k2/item/3743-10-cosas-que-debe-saber-un-maestro-que-tiene-alumnos-con-autismo>