



<http://elsonidodelahierbaelcrecer.blogspot.de/>



RECOMENDACIONES PRÁCTICAS EN EL DÍA A DÍA CON UNA PERSONA CON AUTISMO

Textos: Anabel Cornago - Ilustraciones: Moritz Liebenecht
Adaptación: Asociación CONECTA y Acciones contra los mitos del autismo

Con el autismo no se acaba el mundo, sino que comienza un nuevo camino para el que hay que estar muy bien preparado.



Soy ante todo una persona, por eso tengo mis puntos fuertes y débiles. Mi deseo es disfrutar una vida plena. Necesito cariño, reconocimiento y elogios, y estoy dispuesto a aprender.

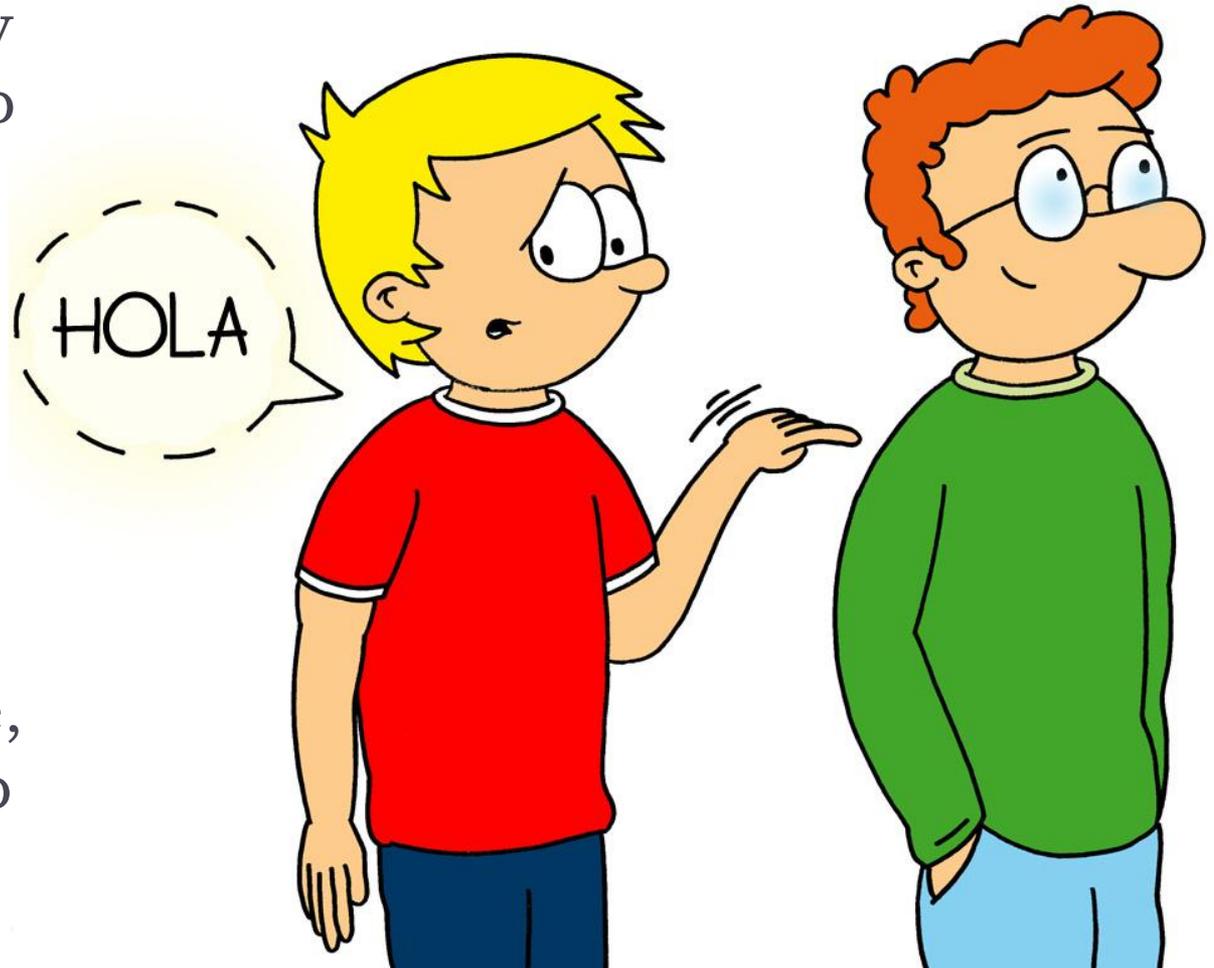
Cada día descubro que el mundo es una aventura. Yo soy un explorador nato. Voy a usar una metáfora: mis papás y los educadores me dan el mapa, la linterna, el equipamiento, las orientaciones, las posibilidades de caminos y el destino. Pero poco a poco voy necesitando conocer sólo el destino y menos equipamiento.

- Compárame siempre conmigo mismo, y no con los otros. Así disfrutarás a tope cada logro.
- Mantén una visión positiva y cree en mí.



HAZME CASO

Hazme caso y
oríentame, no
me des la
espalda.

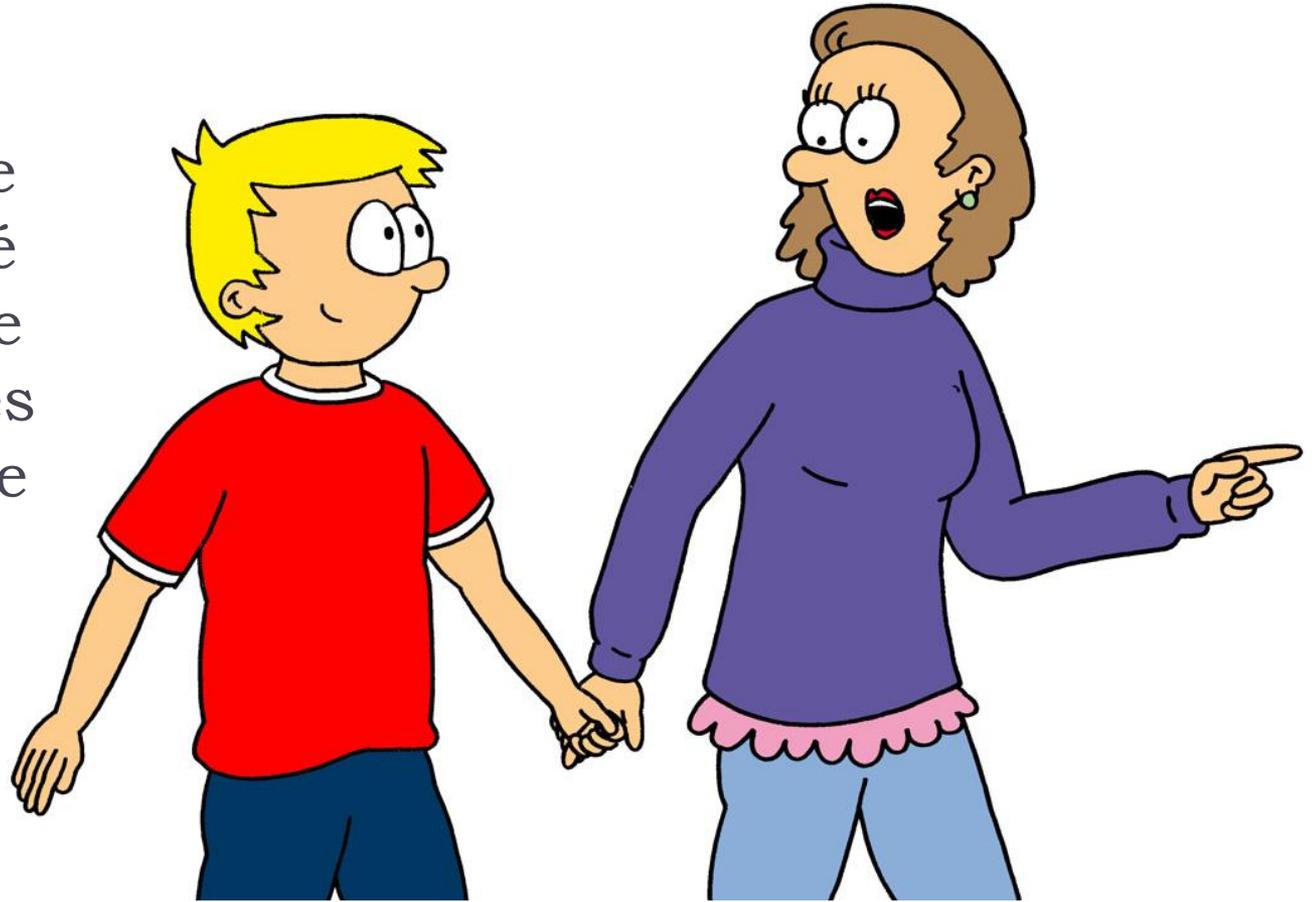


Háblame de
frente y con
poco lenguaje,
muy concreto
y claro.



GUÍAME

Guíame, dime
qué tengo que
hacer, llévame
a hacerlo, pues
a mí me puede
faltar la
iniciativa.



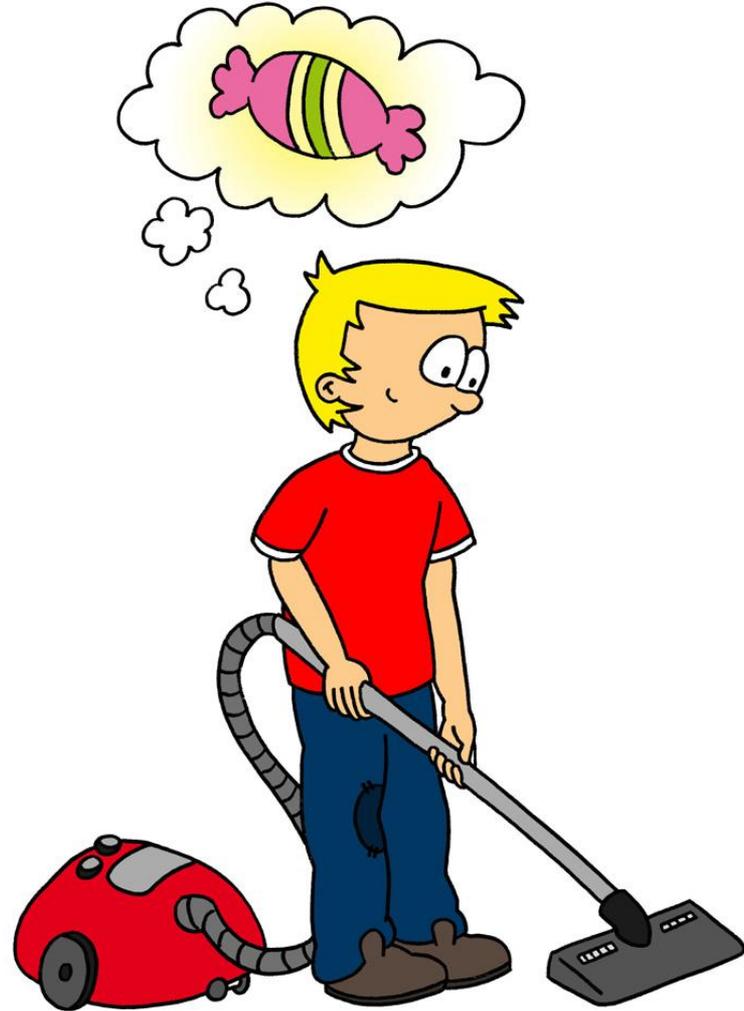
DIVIÉRTETE CONMIGO

Diviértete
conmigo,
motívame para
hacer mi
trabajo, busca
la interacción.
Lo podemos
pasar muy
bien juntos.



DAME MOTIVACIÓN

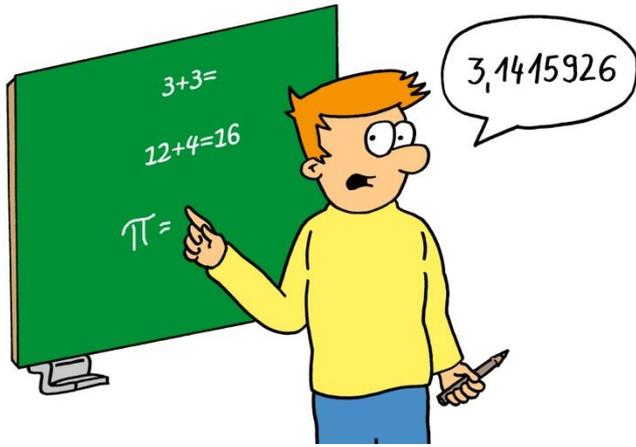
La motivación,
el elogio y las
recompensas
son
importantes
para mí.



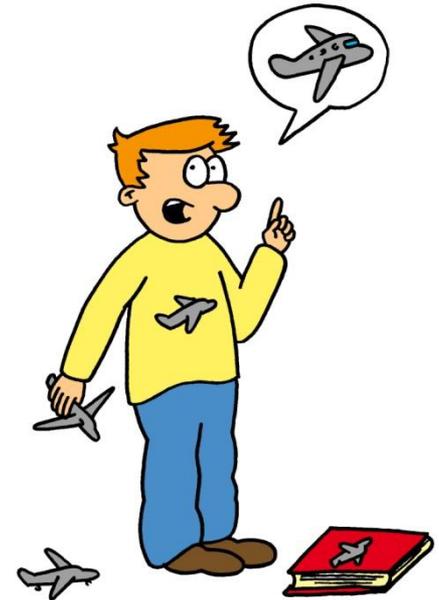
APROVECHA MIS INTERES

Hay montones de cosas que sé hacer muy bien, dame la oportunidad de demostrártelo.

Trabaja conmigo mis puntos débiles para que pueda mejorar.

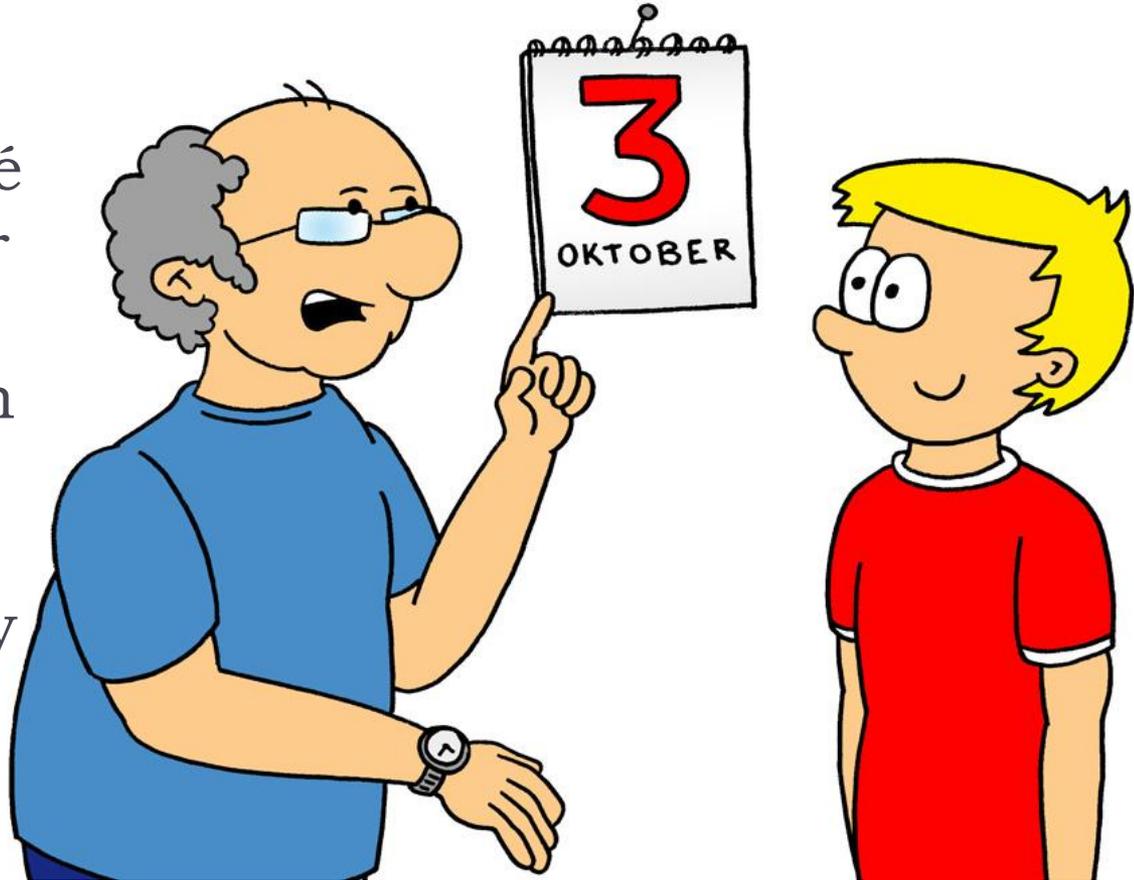


Suelo interesarme por temas muy concretos, aprovéchalo para sacarles partido. De esta forma podré aprender siempre muchas cosas nuevas. Juntos lograremos grande metas.



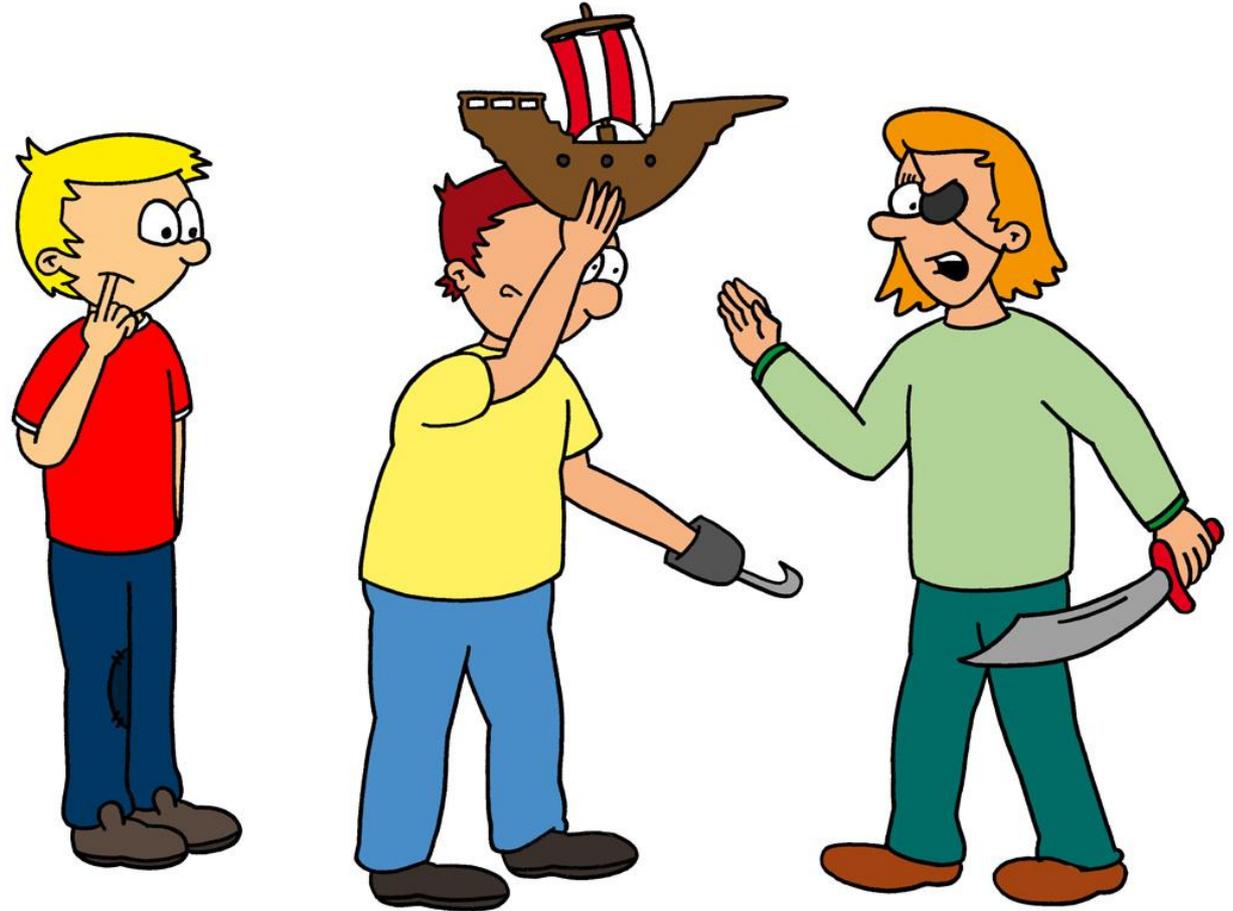
ANTICIPÁME LAS COSAS

Anticipa qué va a pasar, qué vamos a hacer y ayúdame a entenderlo con **apoyo visual**. No me gustan las sorpresas y sí las estructuras.



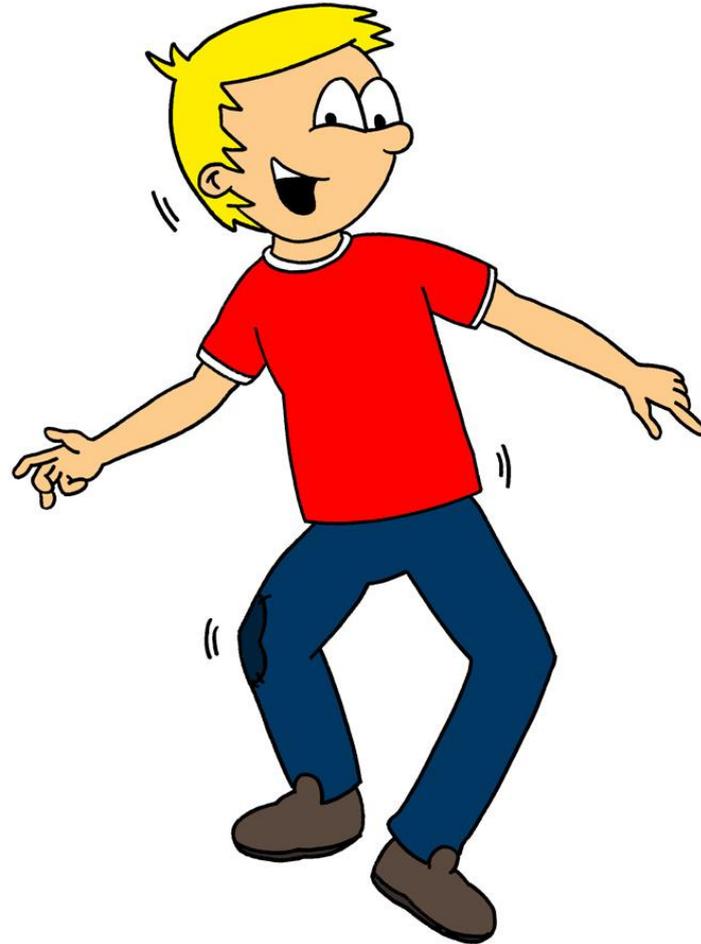
AYÚDAME A JUGAR

Me gusta jugar con los otros niños, pero a veces no sé cómo hacerlo. Busca que no me rechacen y me impliquen en sus juegos. También me puedes ayudar ensayando los juegos conmigo .



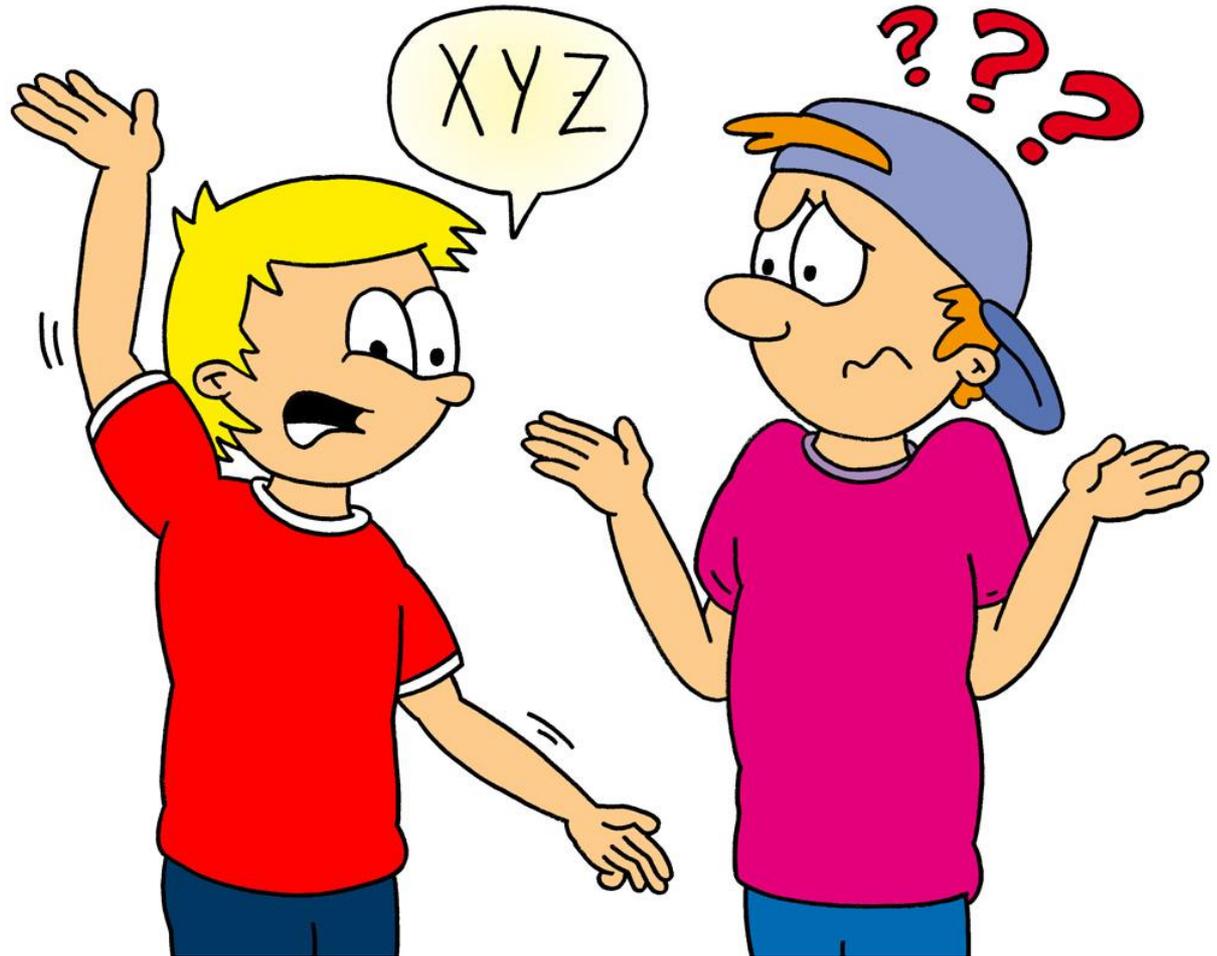
DIME QUÉ HACER

Cuando veas
que tengo
estereotipias,
que me excito,
que no sé que
hacer, por
favor, ven a
mí, dime qué
hacer u
**ofréceme una
alternativa.** El
aburrimiento
es un gran
enemigo



TEN PACIENCIA

A veces tengo problemas para comunicarme o para expresar qué quiero decir. Ten paciencia, escúchame y ayúdame a comunicarme.



LAS RABIETAS TIENEN SIEMPRE UN MOTIVO

Cuando estoy confundido o excitado, puedo tener una rabieta. Eso no significa que sea un niño maleducado. Siempre hay una razón para mis rabietas, es importante que lo averigües para que me puedas ayudar.

Algunas razones pueden ser:



Posibles causas

- ▶ **Hiperestimulación sensorial:** Mi cerebro filtra y trabaja de forma distinta la información que me llega a través de los sentidos. Hay sonidos, texturas, luces, olores, aglomeraciones, etc. que me molestan mucho. Incluso pueden darme miedo. Conoce cuáles son y evita exponerme a ello.
- ▶ **Frustración:** No siempre logro lo que quiero hacer, y ello provoca que me frustre. Mi nivel de tolerancia a la frustración es a veces muy pequeño. Si haces las cosas conmigo o me ayudas a lograrlo, me frustraré mucho menos. Conforme más autonomía tenga, mi frustración será menor.



-
- ▶ **Acontecimientos inesperados:** La anticipación, el apoyo visual y un ambiente estructurado me ayudan siempre porque me siento seguro al saber qué va a ocurrir.
 - ▶ **Problemas de comunicación:** A veces no entiendo o no puedo expresar lo que quiero decir. Habla despacio conmigo, de frente, con palabras precisas. No me abrumes con palabras y divide en frases concretas lo que quieras decirme. Utiliza apoyo visual.
 - ▶ **Canalización de emociones propias o de otros:** Todas las emociones están dentro de mí, pero a veces me cuesta ordenarlas en su contexto adecuado. También puede resultarme complicado entender por qué tú te sientes de cierta manera porque no estoy dentro de tu cabeza.
 - ▶ Compréndeme, pues con tu ayuda aprendo muy rápido.

RECUERDA

- ▶ Las personas con autismo SÍ nos comunicamos, nos esforzamos a diario, sentimos y ni somos indiferentes ni vivimos aisladas en nuestro mundo.
- ▶ Gracias por creer siempre en mí.

