

(ENCUENTRO DE MATERIALES)

TÍTULO: TRABAJANDO LAS EMOCIONES CON PERSONAS CON AUTISMO Y SÍNDROME DE ASPERGER.

AUTORES: Marlene Horna Castiñeiras, Fernanda de Uña Piñeiro, Lucía Fachal Criado, Mercedes Boquete Arias.

DIRECCIÓN: C.E.E. Duques de Lugo, Santiago de Compostela ASPANAES (Asociación de Padres de Personas con Espectro Autista de la Provincia de A Coruña).

RESUMEN:

Hoy en día nadie pone en duda la vital importancia que la comprensión y expresión de emociones tiene para la buena adaptación social y para la calidad de vida de las personas. Pero ¿qué pasaría si un compañero estuviera llorando y no fuéramos capaces de reconocer su estado emocional y lo que éste conlleva?, ¿y si, aún reconociéndolo, permaneciéramos impasibles o no supiéramos cómo ofrecerle consuelo? y, por otro lado, ¿qué pasaría si nos encontráramos mal pero no supiéramos cómo llamar a ese estado, cómo comunicarlo, qué es lo que nos ha llevado a sentir así o qué hacer?. Las personas con autismo y síndrome de Asperger tiene una dificultad específica para el contagio, reconocimiento y comprensión de emociones que es independiente de la capacidad intelectual general del individuo. Muchas veces, además, pueden no ser capaces de reconocer sus propios estados emocionales y saber qué es lo que les ha llevado a sentirse así.

Contrariamente a la antigua creencia errónea de que personas con autismo son emocionalmente frías, indiferentes y carentes de afectos, hoy todos sabemos que definitivamente sí tienen emociones, sufren, se entristecen y se alegran como todos,. Sin embargo, tal vez sus emociones sean más inmaduras y estén sujetas a experiencias ligeramente diferentes a las nuestras, en palabras de Oliver Sacks: *“Una persona con autismo puede tener emociones violentas, fijaciones y fascinaciones de enorme carga emocional o como Temple (Grandin), una ternura y preocupación casi arrolladoras respecto a ciertas cosas. En el autismo no es el afecto en general lo defectuoso, sino el afecto en relación con experiencias humanas complejas, predominantemente las sociales, pero también las que tienen que ver con éstas: estéticas, poéticas, simbólicas”* (Sacks, 1995/1997, pág. 351).

Es frecuente que muchos niños pequeños con autismo, a pesar de su buena capacidad cognitiva, no sean conscientes de su trastorno: *“No podía imaginar qué estaba haciendo mal. Tenía una rara falta de conciencia de ser distinta. Nunca llegué a entender por qué no encajaba”* (Temple Grandin en Sacks, 1995/1997, pág. 332). Pero en la adolescencia (o antes) el panorama cambia y muchas personas con autismo inteligentes toman conciencia de la necesidad de seguir los códigos de conducta de la sociedad y tratarán de cumplirlos, a pesar del enorme coste que para ellos supondrá. Sin embargo, y a pesar de sus grandes esfuerzos por entender y adaptarse a nuestro complejo mundo social, suelen ser conscientes de su diferencia y del frecuente rechazo social que sufren y esto, unido a su soledad y a la atribución del fracaso en las relaciones sociales a variables internas relacionadas con su personalidad, hacen que muchos desarrollen estados depresivos y de ansiedad crónicos (Martín, 2004).

Ayudar a las personas con autismo y síndrome de Asperger a reconocer, expresar y comprender las emociones de los demás y las suyas propias es un aspecto clave para mejorar su calidad de vida. Gracias a ello podrán comprender muchas de las razones de sus problemas sociales y de las cosas que les suceden y, en la medida de lo posible, a partir de ahí tratar de compensar la falta de empatía y reciprocidad emocional a través de su inteligencia. Temple Grandin comenta que para ella, como para Asperger (1952), la adaptación social debe proceder por vía del intelecto. Temple toma sus decisiones sociales siguiendo un razonamiento lógico, calcula las intenciones y estados de ánimo de los demás. Afirma que en su cabeza tiene almacenado un gran banco de datos, una “videoteca de experiencias” sobre las reacciones de la gente ante ciertas situaciones: las cosas que molestan a la gente, cómo hay que actuar en determinadas situaciones, etc. Para resolver muchas de las situaciones sociales que se le presentan Temple echa mano de esta videoteca y, a partir de toda la información disponible, toma una decisión lógica sobre cómo actuar *“He cambiado complejidad emocional por complejidad intelectual”* (Grandin, 1999).

Nuestra intención es presentar una serie de materiales para trabajar diversos aspectos relacionados con las emociones, en un intento de “traducir” ese abstracto y complejo mundo a algo más concreto y simple, más fácilmente entendible para las personas con autismo y síndrome de Asperger. Los materiales diseñados abarcan los diferentes grados de afectación dentro del espectro autista y, a través de fotografías, dibujos, gráficos, viñetas, historias, etc. se explican aspectos como: reconocimiento de las diferentes formas de expresión emocional (palabras, gestos, tonos de voz), diferentes grados de una misma emoción, vocabulario emocional, la empatía, cómo influyen diferentes factores en la paciencia de las personas, cómo puede experimentar una misma persona diferentes emociones a la vez, qué efecto pueden tener nuestras manifestaciones emocionales en los demás, técnicas de autocontrol, comentarios empáticos según el contexto, síntomas para reconocer nuestros propios estados emocionales, el humor, etc. La presentación de los materiales se haría a través de una exposición en Power Point. Además, la gran mayoría de los materiales estarían también presentes para que las personas interesadas que lo desearan pudieran examinarlos.

