

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES EN INDIVI- DUOS CON EL SÍNDROME DE ASPERGER

Javier Caballero de la Cruz y Milagros Benavente Martín
Psicólogos.

Coordinadores del Programa de Integración de Jóvenes con disca-
pacidad del Excmo. Ayto. de Salamanca.

Fundación AFIM.

Sin duda, una de las principales dificultades que encuentran las personas con Asperger y con autismo de alto funcionamiento hace referencia directa a su falta de habilidades sociales en su sentido más amplio.

El contenido de nuestra intervención tiene que ver, precisamente, con el intento de mostrar como afectan estas dificultades, principalmente en el ámbito escolar, por ser este un contexto importante tanto en el ámbito de las relaciones con los iguales (compañeros), como de las relaciones con los adultos (maestros), así, partiendo de estas dificultades, plantearemos las posibles líneas de intervención que, una vez aplicadas, podrían paliar sus consecuencias.

Puesto que estos aspectos interpersonales no se enseñan de forma sistemática en la formación reglada, se hace necesario e imprescindible abordarlos de forma específica, adecuada y adaptada al grupo al que van dirigidos.

Hablamos de un tipo de aprendizaje no reglado que permite a los jóvenes adquirir nuevos conocimientos que, a través de la repetición y la práctica, han de convertirse en útiles herramientas que les permitan enfrentarse de forma más eficaz a los retos de la vida diaria.

Si bien durante la última década son numerosos los estudios y programas elaborados para trabajar habilidades sociales con la población en general y las personas con discapacidad en particular, avalados por muy buenos resultados, debemos tener en cuenta, que, dadas las características particulares de las personas con síndrome de Asperger, se hace necesario modificar y adaptar las diferentes estrategias a las particularidades del colectivo que nos ocupa.

Antes de centrarnos en los programas de intervención propiamente dichos, conviene aclarar algunos términos que pasamos a definir:

¿Qué son las habilidades sociales?

Sin entrar a considerar las distintas definiciones que diferentes autores han dado sobre las habilidades sociales, de forma simple podríamos definir éstas como, las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

Teniendo en cuenta esta definición generalista, no es difícil llegar a la conclusión de que en ella se encuentran dos de los aspectos más importantes a la hora de trabajar habilidades sociales, en la población en general, y también en las personas con síndrome de Asperger en particular: efectividad y satisfacción.

Es decir, aprender a enfrentar con efectividad situaciones sociales difíciles; por ejemplo, cuando son objeto de burlas o cuando son los últimos en ser elegidos para que se integren a un equipo... ofrecer habilidades adaptativas como herramientas, que permitan desenvolverse de forma eficaz en esos momentos.

Seleccionar de forma apropiada los contenidos de la intervención hará posible que esta tenga una orientación funcional y pragmática, de tal forma que los participantes puedan ver su aplicabilidad inmediata a su vida cotidiana.

Áreas de intervención

El colegio resulta un marco privilegiado para detectar los déficit en habilidades sociales de niños y jóvenes, puesto que es un contexto en el que pasan muchas horas y en el que se ven obligados a interactuar con otros en diversas situaciones, unas muy controladas, como suele ser en el aula, donde los roles están muy bien definidos y otras, más problemáticas, sin ninguna estructuración, como son los recreos. Basta con observar la hora del recreo de un colegio cualquiera para detectar, a simple vista, quiénes son los alumnos que por una u otra causa, no

están integrados al mismo nivel que sus compañeros, las señales son evidentes: pobre o inexistente relación con los iguales, aislamiento, niños que pasan el recreo "pegados" al maestro.... Estos déficits, que en ocasiones son agravados por una actitud negativa de los propios compañeros, inciden directamente en la autoestima, en la tolerancia al estrés...

En el caso de los alumnos con síndrome de Asperger, podemos encontrar, además, alguna de las siguientes dificultades, propias del síndrome, y que inciden aún más en esta problemática, entre otras: déficit en la comunicación social, inflexibilidad mental y comportamental, en algunos casos torpeza motora (que se manifiesta en los "juegos de patio", dificultad en procesos de toma de decisiones, gestión del tiempo, resolución de problemas, interés obsesivo por temas poco comunes a niños de su edad, incomprensión de reglas sociales convencionales, juegos de reglas....



FIG.1. Áreas de intervención.

En nuestra opinión, al tratar estos aspectos, estaríamos hablando de integración, pero, entendiendo integrar no como insertar al niño en un aula o en el recreo, sino como un proceso, y, por lo tanto, requiere de una serie de pasos estructurados, en los cuales las habilidades sociales tienen un papel muy importante.

Sin embargo, aunque los programas específicos de habilidades sociales y resolución de problemas interpersonales en distintos grupos se han mostrado eficaces, no siempre resultan suficientes, puesto que es necesaria la participación de los principales agentes implicados en el proceso mencionado, padres y maestros fundamentalmente.

Teniendo en cuenta estas apreciaciones, indicaríamos como principales áreas de intervención:

FORMAS DE INTERVENCIÓN

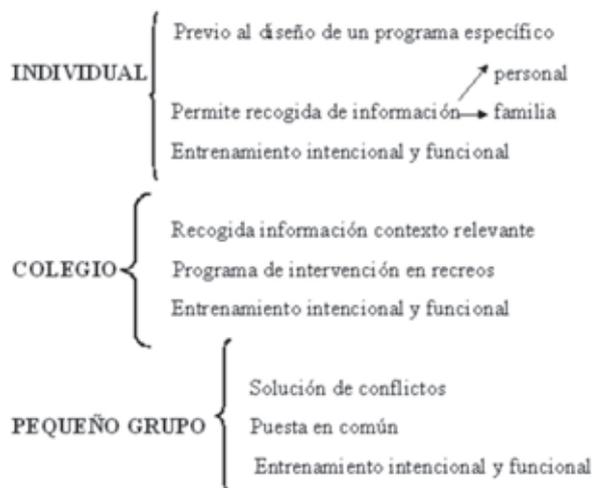


FIG.2. Formas de intervención

Objetivos generales

A la hora de establecer unos objetivos generales de trabajo, de cara a paliar estos déficits, se consideran prioritarios:

1. Promover la adquisición de estrategias de flexibilidad que ayuden a enfrentarse a los problemas cotidianos, estableciendo siempre un proceso lógico de menor a mayor dificultad, comenzando siempre por los contextos más cercanos.

2. Crear un marco de reflexión sobre la propia competencia interpersonal de forma que puedan mejorarla, trabajando habilidades de autorregulación y autorretroalimentación desde el primer momento.

3. Trabajar la motivación, incrementar el sentimiento de competencia (autoestima), comenzando con habilidades sencillas, favoreciendo en un primer momento un aprendizaje sin errores.

4. Corregir conceptos erróneos en cuanto a sí mismos y a los demás

5. Intervenir funcionalmente, es decir, lo que se aprende tiene aplicabilidad inmediata en la vida cotidiana.

Es evidente, que todos estos objetivos han de ser operativizados, favoreciendo la descomposición de cada habilidad en pequeños pasos y, tanto en el trabajo individual como en pequeños grupos, estableciendo un sistema individualizado, teniendo en cuenta las características particulares, intereses, preferencias y contextos habituales de cada individuo.

FINALIDAD

En resumen se pretende:

Reforzar la adquisición de reglas sociales y estrategias de flexibilidad

Promover el desarrollo de habilidades sociales

Es decir:

POTENCIAR

Estrategias de flexibilidad

Competencia en la comunicación

Capacidades positivas

La interrelación y el intercambio de experiencias

INCIDIR

En la autorregulación ante situaciones estresantes

En la autoestima y la motivación hacia el aprendizaje

En favorecer la toma de decisiones (autodirección)

Metodología

Desde nuestro punto de vista, el aprendizaje de habilidades sociales debe ser: intencional, práctico y funcional y abordar tanto una intervención individual como sesiones en pequeño grupo con la intención de favorecer el funcionamiento de los principales mecanismos que se emplean en el aprendizaje del comportamiento social (es necesaria una instrucción verbal, acompañada de tantos apoyos visuales como sea necesario, exposición a modelos significativos – bien sea compañeros, viñetas, video...-, experiencia directa y feedback interpersonal).

El proceso de toma de decisiones a la hora de diseñar el programa de habilidades sociales debe tener en cuenta tanto el perfil individual como el perfil de grupo, tomando como punto de partida aquellas habilidades que son más fáciles de identifi-

car como "patrón", puesto que estas primeras habilidades servirán a su vez, para que la persona se familiarice con el sistema de enseñanza, entienda la proyección del sistema y aporte situaciones específicas que hagan más eficaz el entrenamiento.

Las sesiones grupales de niños y jóvenes-adultos con síndrome de asperger no difieren mucho de las sesiones de entrenamiento con otros grupos, normalmente, acuden reconociendo sus dificultades sociales, los pequeños logros obtenidos así como el tomar conciencia de que pueden ir introduciendo pequeños cambios conductuales que producen efectos positivos, resultan en sí mismo reforzantes para el individuo y le ayuda a integrarse más en las sesiones participando de forma activa.

En nuestro caso, hemos podido comprobar, que el hecho de que en el trabajo en grupo seamos dos personas de distinto sexo, resulta de gran utilidad en el aula, entre otros por los siguientes motivos:

1. Al estar representados los dos sexos, la identificación individual es más sencilla.
2. A la hora de plantear situaciones específicas para los distintos role-playing, se cuenta con la presencia de modelos percibidos como competentes, principalmente para trabajar aspectos de interacción con el sexo opuesto.
3. En casos donde resulta más difícil la interacción con el sexo opuesto incluso en situaciones de ensayo, es más fácil llegar al joven o la joven.
4. Sin obviar, como dice el refrán, que "cuatro ojos ven más que dos", lo que permite un mayor control del grupo, centrarnos de forma alternativa en los aspectos verbales y no verbales de cada ensayo y retroalimentar de forma más eficaz.

Teniendo en cuenta lo expuesto hasta ahora, a lo largo de nuestra exposición, pretendemos, exponer de forma breve y, esperamos que clara y concisa, cuáles son los objetivos a tener en cuenta a la hora de programar actuaciones de intervención en habilidades sociales, así como las herramientas para lograr promover estrategias de flexibilidad, mejora en la competencia social y la interrelación.

Programa de intervención individual

Se establece como paso previo al diseño de un programa específico, requiere conocer las prioridades de intervención que se establecen a través de un proceso de recogida de información tanto del propio individuo como de las personas que se consideren relevantes (familia y colegio).

Así mismo, comprende una serie de sesiones dirigidas a padres y/o maestros, como asesoramiento y formación en la metodología específica para el trabajo en habilidades sociales y otras cuestiones relacionadas y que se consideran importantes para que los padres y maestros puedan participar de forma activa en la intervención. Durante toda la intervención se establece una comunicación continua y un seguimiento individual de cada participante

Programa de intervención en recreos

Tal y como comentábamos al principio de nuestra intervención, los recreos suponen un contexto de "interacción libre" donde los problemas de interrelación son más evidentes. La experiencia demuestra que estos problemas no desaparecen por sí solos, hace falta intervenir, de forma intencional, para paliar en lo posible las consecuencias de estos problemas.

Tras la recogida de información inicial y, una vez establecidos los pasos a seguir, planteamos la intervención en recreos desde dos líneas de actuación:

1. Con el Centro: cara a obtener los permisos necesarios, recogida de información, así como en la medida de lo posible, la colaboración de maestros a los que se explica la filosofía del programa, los beneficios y se ofrece la formación y asesoramientos necesarios.
2. Formación de voluntarios: se busca interferir lo menos posible en el transcurso habitual de las jornadas del centro, contamos con estudiantes muy motivados y cuya presencia en el recreo no se relacione por parte de los alumnos ni con aspectos académicos ni con el/los niños menos integrados. Se forma a estos voluntarios tanto en el síndrome como en las habilidades sociales, dándoles recursos para la intervención. Comenzamos con observaciones del recreo, para ver como es el espacio físico, los distintos grupos que se forman, el comportamiento individual..., después se plantea una intervención secuenciada, dinámica y con un fuerte componente lúdico, cuyo objetivo final es conseguir evitar el aislamiento de estos alumnos, pero trabajando con todos los alumnos, al menos con un grupo, y no solo con el que se constituye como eje central de la intervención.

Programa de intervención pequeño grupo: interacción con los iguales

Se trabaja con grupos pequeños y homogéneos, siguiendo el modelo de aprendizaje estructurado, el paquete de habilidades a entrenar se decide en función del grupo y una vez identificadas las áreas deficitarias específicas en competencia social y dentro de los subgrupos:

“Comprender al otro”, fundamentalmente habilidades relacionadas con la empatía, lenguaje no verbal, sentimientos...

“Conocer y regular mis emociones”, trabajando habilidades de autorregulación y tolerancia al estrés.

“Entrenar nuevas conductas adaptativas”, para hacernos más competentes socialmente.

A lo largo de todo el programa se promueve el refuerzo tanto intrínseco, enseñando a autorretroalimentar y autorreforzarse, como el extrínseco, creando la sensación de pertenencia al grupo y mostrando las ventajas de forma explícita.

ALGUNAS TÉCNICAS

- **GRUPO ESPECÍFICO DE REGLAS SOCIALES** (“lista de reglas sociales”, “recetas de interacción”...) Objetivo internalizar
 - **EL DETECTIVE** (buscar e identificar situaciones sociales nuevas donde las mismas reglas conductuales pueden ser aplicadas con éxito) Objetivo Generalizar
 - **LÁMINAS E IMÁGENES** (situaciones cotidianas, para observar, comentar, proponer finales, soluciones....)
 - **EL GEROGRÍFICO** (dedicada fundamentalmente a identificar el lenguaje no verbal dentro de las interacciones sociales, también ayuda a “descifrar” códigos sociales)
-
- **DIARIO DE HABILIDADES.** Para cada habilidad:

HABILIDAD	FUNCIÓN
Pasos de cada habilidad	¿Para qué sirve?

- **MOMENTO “FOTO”**
Trabajo del lenguaje no verbal durante los role-playing

Algunas diferencias observadas

A continuación, y para terminar con nuestra intervención mostramos un breve cuadro resumen, en el que se pueden ver las diferencias más significativas encontradas en nuestro trabajo con jóvenes con o sin discapacidad y grupos de jóvenes con síndrome de Asperger.

ALGUNAS OBSERVACIONES DE LOS GRUPOS

JÓVENES CON S.A.

- No hay líder de grupo
- Refuerzo social (aplauzo), si se explica por qué se hace
- Ayudas visuales más útiles que en otros grupos. Más útil el moldeado
- Alta preocupación por las hh de comunicación (tema recurrente)
- Tendencia a autoculparse del fracaso en situaciones sociales
- Mayor miedo al rechazo
- Interés en el sexo opuesto más evidente en los chicos
- Rigidez dificulta la generalización

OTROS GRUPOS

- Existencia de líder o líderes
- Mayor generalización del refuerzo social (más a menudo y más variado)
- Menos ayudas visuales y más modelado
- Más variación en la preferencia de hh.
- Tendencia a culpar a los demás del fracaso en situaciones sociales
- Menor miedo al rechazo
- Interés en el sexo opuesto similar en chicos y chicas

Ambos grupos responden al aprendizaje vicario, retroalimentan al compañero y aprenden a autorretroalimentarse

Bibliografía

Alonso, J.R.(2004): Autismo y síndrome de Asperger, Amaru Ediciones.

Arias, B.(2003): "Control de antecedentes y evaluación funcional de la conducta", V Congreso internacional de educación 2003: 11-23.

Attwood, T.(2002): El síndrome de Asperger, Paidós Ibérica.

Bandura, A.(1977): Social Learning Theory, Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.

Goldstein, A.(1989): Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia, Barcelona: Martínez Roca.

Monjas, I.(1996): Programa de enseñanza de habilidades de interacción social, Madrid: CEPE.

Serrano, I.(2003): "Agresividad y problemas de conducta en el aula", V Congreso internacional de educación, 2003: 51-60.