

# AUTISMO

**WISE MOVE**
[www.wisemove.eu](http://www.wisemove.eu)

Este folleto es parte de un juego de materiales gratuitos para ayudar a las personas con discapacidad del aprendizaje en el empleo. [www.workmaterials.org](http://www.workmaterials.org)

## ¿QUÉ SON EL AUTISMO Y EL SÍNDROME DE ASPERGER?

En esta ficha vamos a usar las palabras "Trastorno del Espectro Autista" o "TEA" para describir todo el "abanico" de circunstancias que incluyen a las personas con autismo y síndrome de Asperger.

**Los Trastornos del Espectro Autista o (TEA) son una discapacidad que afecta a todo el ciclo vital de la persona y que afecta la forma en que ésta piensa y ve el mundo.**

**Los TEA afectan a la persona en tres áreas principales:**

- En su comunicación y relación con otras personas.
- Dificultades en la vida social cotidiana. Puede resultarles muy difícil hacer amigos.
- En la imaginación y flexibilidad.



## AYUDAS VISUALES

**Muchas personas con Trastornos del Espectro Autista tienen también asociadas discapacidades del aprendizaje, pero otros tienen unas habilidades intelectuales iguales o superiores a la media y un buen nivel formativo.**

Las personas con TEA son "pensadores visuales". Ellos mismos nos dicen que "piensan en imágenes". Por eso les resulta muy útil el uso de ayudas visuales. Vea nuestra ficha informativa sobre ayudas visuales para obtener más información.



## LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS CON TEA PUEDEN TENER DIFICULTADES CON:

### a) La Interacción social

**Se refiere a hacer y mantener amigos**

- Dificultad para comprender cómo se sienten otras personas y sus opiniones.
- Dificultad con el contacto ocular, la expresión facial, postura corporal, y los gestos. La persona nos puede parecer poco amigable, incluso cuando está tratando de ser amable.



## b) Comunicación

- Retraso en el desarrollo o ausencia total de comunicación verbal. Pueden utilizar un lenguaje estereotipado y repetitivo o palabras o frases inusuales.
- A menudo comprensión literal del lenguaje.
- Dificultad para "leer" la comunicación no verbal, como el lenguaje corporal, la expresión facial o el tono de voz.



## c) Patrones de comportamiento, intereses y actividades restringidos, repetitivos y estereotipados.

- Dificultad para el uso de la imaginación o el pensamiento abstracto
- Apego a las rutinas (y, a menudo, dificultades para afrontar cambios en dichas rutinas).
- Intereses muy fuertes y marcados en ciertos temas.
- Alteraciones sensoriales - hipersensibilidad al ruido, olor, sabor o tacto.



**Estas dificultades no impiden que las personas con TEA puedan ser excelentes empleados.** Muchas personas con autismo y síndrome de Asperger tienen habilidades muy útiles para el trabajo, y en ocasiones, excepcionales.

## EMPLEADOS CON TEA



**Algunos rasgos asociados con el autismo pueden ser muy positivos en el lugar de trabajo, si están bien canalizados.**

**Los empleadores nos dicen que las personas con TEA suelen ser trabajadores altamente implicados, con unas elevadísimas tasas de asistencia.** Una vez insertados exitosamente, suelen mantener su puesto de trabajo durante mucho tiempo.

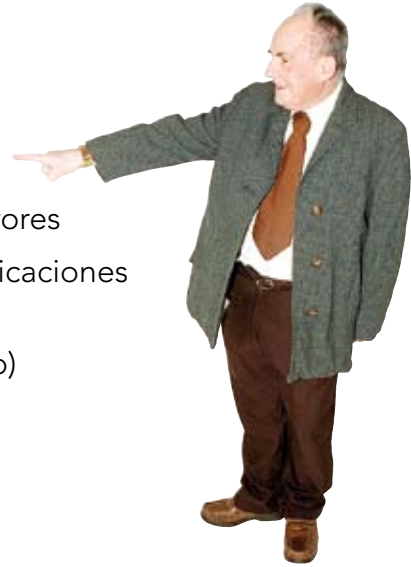
Pueden ser empleados particularmente fiables, que trabajan duro y muy motivados.

**Muchas personas con TEA prestan una enorme atención a los detalles y son meticulosos en el seguimiento de rutinas, normas y precisión de su trabajo.** A menudo disfrutan realizando tareas repetitivas (ya sean básicas o complejas), lo que significa que pueden destacar en ámbitos en los que otros empleados pierden el interés y la concentración.

**Muchas personas con TEA son muy inteligentes y tienen buen nivel formativo.**

## A menudo tienen las siguientes características:

- Honestidad, transparencia y autenticidad
- Fiabilidad
- Capacidad para concentrarse sin distracciones en una tarea en particular durante períodos prolongados
- Precisión (a menudo 100%)
- Atención extrema al detalle y capacidad para identificar errores
- Capacidad técnica (muchos de ellos tienen excelentes calificaciones y habilidades tecnológicas)
- Detallado conocimiento de datos (a menudo enciclopédico)
- Excelente memoria a largo plazo
- Conciencia y persistencia
- Capacidad de resolución de problemas lógicos



Una vez que una persona con TEA se ha insertado en un puesto de trabajo adecuado, puede ser mejor en ese puesto que alguien sin un TEA, por lo que muy a menudo son empleados altamente valorados.

## TIPOS DE PUESTOS DE TRABAJO QUE PUEDE SER BUENOS PARA LAS PERSONAS CON TEA

Cada persona con TEA tiene diferentes preferencias y habilidades, por lo que variarán los tipos de puestos que mejor se ajustan a cada individuo. Es difícil generalizar, pero hay algunos trabajos que se adaptan mejor que otros a las personas con TEA, como grupo:

- **Tareas en las que es necesaria la atención al detalle y la precisión**, por ejemplo: mecanización de datos o procesamiento de textos, trabajos de investigación, artesanía de diferentes tipos, como el tallado en madera, elaboración de joyas, cerámicas, etc
- **Tareas que impliquen números, estadísticas y datos**, por ejemplo: finanzas o contabilidad, estadística.
- **Tareas que constan de un procedimiento claro a seguir**, por ejemplo: gestión de correo entrante y saliente, archivo, trabajo de biblioteca o registro.
- **Tareas altamente estructuradas con formas correctas o incorrectas de ejecutarse**, por ejemplo: programación informática o sistemas de pruebas.
- **Para las personas que necesitan más apoyo**: trabajo de ensamblaje en una fábrica, copistería, restaurante de comida rápida, jardinería, etc.



Por lo general, a las personas con TEA no les gustan los puestos de trabajo que impliquen mucho contacto directo cara a cara con los clientes, o puestos de trabajo con elevadas demandas de memoria de trabajo a corto plazo, como cajero/a o camarero/a.

Asimismo, muchas personas con TEA no se sienten cómodas en ambientes donde haya cambios inesperados. De todos modos, cada persona es un individuo con diferentes capacidades, habilidades y destrezas.

## APOYO EN EL LUGAR DE TRABAJO

### ¿Cómo puedo ayudar a mi compañero/a con TEA en el trabajo?

A las personas con TEA puede resultarles difícil adaptar sus habilidades a una nueva función o actividades en el entorno de trabajo. Así, a menudo necesitan cierto nivel de apoyo en el puesto.



En algunos casos, puede ser fácil prestar este apoyo, como garantizar que las instrucciones son precisas, o que alguien le ayude a estructurar la jornada de trabajo con prioridades claras. Otras personas pueden necesitar un apoyo más intenso.

**Las personas con TEA están frecuentemente en situación de desventaja ante los procesos de selección habituales.** Para muchos, resulta muy difícil conseguir un empleo.

#### Pueden tener problemas con:

- **Ofertas de empleo** – A veces contienen una “jerga” confusa o solicitan habilidades que no son esenciales para desempeñar el trabajo con eficacia. Muchas personas con un TEA no se presentan como candidatos a puestos de trabajo que exigen estos atributos, ya que son conscientes de sus dificultades.
- **Entrevistas** - Las entrevistas son una de las áreas más complejas para las personas con TEA. Tienen problemas en la comunicación, la comprensión de lenguaje corporal, contacto visual, etc por lo que les resulta complicado demostrar sus habilidades y cualidades al empleador en un acto tan social.



**Puede ser muy útil la flexibilidad del empresario en la selección de personal.** Las personas con TEA pueden tener buenos resultados si tienen la oportunidad de mostrar sus habilidades durante un periodo de prueba en el puesto de trabajo durante unos días o semanas.

**Una vez que estén en su puesto de trabajo, hay muchas maneras de apoyar a las personas con TEA.** De nuevo, ninguna persona con un TEA es igual a otras por lo que estas son sólo ideas generales:

#### Orientarle sobre lo que se espera de su trabajo y ayudarle a organizarse:

**Al dar instrucciones o explicaciones a una persona con un TEA, es mejor ser conciso y concreto,** porque las generalizaciones les resultan difícil de entender e interpretan las cosas literalmente. También es útil dar instrucciones por escrito en lugar de hacerlo verbalmente.

**Lo mejor es descomponer las tareas complejas en pequeños pasos,** y resulta útil el que tenga una planificación sobre el orden en que deben hacerse las tareas y/o un calendario que indique cuando hacer qué. Ayudar a una persona con TEA a organizar su trabajo puede ayudarle a reducir el estrés, generando un trabajo más eficaz.



**También puede ser útil disponer de un horario regular para las tareas,** o reservar un corto período de tiempo al comienzo de cada día para ayudar a la persona a planificar su trabajo. Estas instrucciones se deben dar con tacto, tratándoles como los adultos que son.

## Aceptar las diferencias

**Los estilos de aprendizaje de las personas con TEA pueden ser diferentes a los del resto.** Para ellos puede resultar complicado aprender algunas tareas "fáciles" o realizar fácilmente tareas "complejas". Una vez que la tarea se aprende, suelen ejecutarse muy bien.



## Retroalimentación

**La mayoría de las personas con TEA agradecen los comentarios útiles y constructivos, pero deben hacerse con tacto.** Si ha cometido algún error, debe explicarle clara y cuidadosamente cuál ha sido el fallo, y principalmente lo que él/ella debería haber hecho o cómo hacer algo diferente.

Asimismo, las personas con TEA suelen ser muy perfeccionistas, por lo que puede generarles ansiedad el hecho de cometer un error. Les beneficia mucho proporcionarles soluciones concretas.



## Apoyo social

**Como compañero puede ayudar a una persona con TEA siendo empático y proporcionando apoyo moral si ésta se siente estresada, ansiosa o confundida.**

Todos los puestos y lugares de trabajo tienen normas sociales o laborales «no escritas». Es posible que tenga que explicarle estas "reglas" no escritas para evitar malentendidos y promover su integración social.



**En muchos casos, los descansos, desayunos y comidas son más difíciles que el tiempo de trabajo para algunas personas con TEA ya que son sociales y no estructurados.**



Podemos ayudarles incluyéndolos con los compañeros, proporcionándoles ideas sobre temas de conversación, y proponiéndoles actividades individuales como la lectura, o jugar a un juego de ordenador.

**Proporcionar formación al resto de la plantilla acerca de los TEA y cómo afectan a las personas también pueden ayudar.**

