



Pubertad, sexualidad y discapacidad

SESION 4: Relaciones Saludables.
Mariana Garcia, Ph.D

Agenda



- Proveer un contexto para la session de hoy
- Hablar sobre las relaciones saludables



Padres en Acción II: Introducción a la adolescencia y temas relacionados.



Sesiones anteriores



- Hablamos sobre la pubertad, sexualidad
- Revisamos las bases del ABA
- Hablamos un poco sobre los comportamientos difíciles
- Hablamos del cuadro del comportamiento A-B-C
- Hablamos de los casos de estudio y como aplicar estrategias

La sesión de hoy/ reflexión



- ¿Que se considera una relación saludable?
- ¿Qué tipos de relaciones existen?
- ¿Qué piensa usted sobre la parte social de su hijo?

Amistades



¿Qué es amistad para su hijo?



¿Que sabemos?



- ☞ Perciben la amistad de una manera diferente.
- ☞ Muchos quieren tener amigos, pero no saben cómo mantener una amistad.
- ☞ Muchas veces se pueden apoyar practicando algunas habilidades sociales.
- ☞ A veces sienten soledad porque no pueden tener amigos.
- ☞ Son más propensos a ser víctimas de bullying y abuso.



Posibles conceptos de amistad:



- Inmaduro
- Duran poco
- Amistad no es lo mismo que interés por romance
- El que lo acompaña a almorzar
- Pueden ser radicales (si juega conmigo es mi amigo si no, no lo es).
- Posesivas

¿Porque son importantes las amistades?



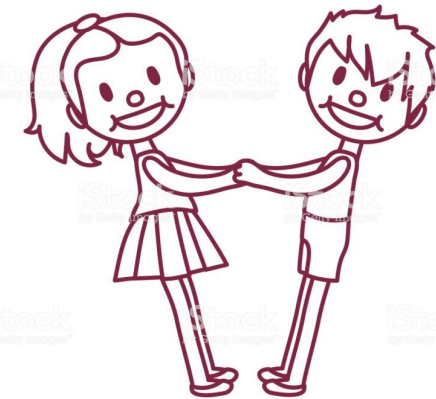
Algunas investigaciones hablan sobre los beneficios de las amistades en personas con autismo.

- Ayudan a mantener una buena autoestima
- Reducen probabilidades de tener depresión
- Reducen la ansiedad
- Reducen la probabilidad que su hijo/a se sienta aislado/a y rechazado.

Etapas de Amistad



- **Etapa 1: 3-6 años**
- **Etapa 2: 6-9 años**
 - Reciprocidad: intereses similares
 - “Mi mejor amigo”
 - Sentido del humor – muchas personas con autismo tienen su propio sentido del humor. El reto está más en identificar cuando otros hacen una broma.



Etapa 3: 9-13 años



- Necesidad de compañía
- Duran más
- Es posible que solo quiera tener amigos del mismo sexo
- Experiencias mutuas diferentes a juguetes
- Autoestima



Etapa 4 de amistad: 13 años en adelante



- Intereses comunes
- Amistades menos posesivas
- Pasan más tiempo con amigos que padres



Comentarios de la comunidad



- “Las habilidades sociales son otro idioma para mí. Muchas de mis interacciones con pares son raras y sin intuición. Tengo que adivinar que comportamiento es apropiado o no, a diferencia de mis amigos, que cuentan con un instinto social sin esfuerzo. Estas dificultades navegando mi diario vivir son la mayor desventaja de mi problema neurológico. Al tener discapacidad, he notado que la gente no sabe cómo comportarse con una persona como yo, y mis esfuerzos de hacer amigos solo alejan la gente”

¿Qué puede hacer usted como padre?



- ✍ Enseñar y explicar cómo funcionan las amistades – sea explícito.
- ✍ Identificar que habilidades tienen y como se puede complementar su “kit” de habilidades
- ✍ Practicar estrategias con ellos
- ✍ Ayudarles a escoger quien es un buen amigo
- ✍ Enseñarles cómo protegerse de personas que se pueden aprovechar de ellos.



Comunicación



- Usted le puede preguntar cosas como:
 - ¿Porqué ____ es tu amigo?
 - ¿Qué cosas son importantes para ti con tus amigos?
 - ¿Cómo sabes que es tu amigo?

¿QUE SON LAS HABILIDADES SOCIALES?



Las habilidades sociales son las habilidades que se relaciona con la interacción entre las personas y la comunicación ya sea verbal o no verbal. Puede incluir situaciones como: iniciar o responder a una conversación, dar o responder un saludo, un gesto, entender espacios personales, entendimiento del tiempo, entre muchas otras cosas.



Ejemplos



SALUDAR A LAS PERSONAS

EMPATÍA

COMENZAR UNA

CONVERSACIÓN

LOS SALUDOS

LAS PRESENTACIONES.

PEDIR FAVORES Y DAR LAS GRACIAS

PEDIR DISCULPAS

UNIRSE AL JUEGO DE OTROS NIÑOS.

INICIAR, MANTENER Y FINALIZAR

CONVERSACIONES

RESPONDER A LAS PERSONAS

COMPARTIR Y TOMAR TURNOS

PEDIR AYUDA

VINCULO

ASERTIVIDAD

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

COMUNICACIÓN DE

EMOCIONES

AUTOCONTROL

CRITICAS – DAR Y ACEPTAR ESCUCHAR

EL MODELO DE LOS 5 PASOS



1. Identificar el nivel de funcionamiento social de su hijo/a

2. Distinguir si la habilidad que se va a enseñar ya la tiene y no la sabe usar, o no la tiene.

3. Seleccionar estrategias

4. Implementar la estrategia

5. Evaluar el proceso

Estrategias



Interacción con compañeros o pares

- Analice en que ambientes esta usualmente su hijo.
- ¿Con quién interactúa más seguido?
- ¿Cree que podría, con ayuda de algún profesional, conseguir un niño mentor que apoye a su hijo con las estrategias? Piense en familiares, vecinos, la iglesia, la escuela o lugares donde frecuenta.
- Puede usar hermanos si es esta una posibilidad.

Reconociendo emociones



- Empiece con fotos. Usted puede cortar revistas o libros, o puede usar el internet para conseguir imágenes explícitas de las emociones.
- Después, puede usar programas de televisión o videos de situaciones sociales. Puede preguntarle a su hijo si puede identificar alguna de las emociones que se están mostrando en el video y hablar sobre eso.
- Finalmente, puede hacer el mismo ejercicio usando la vida cotidiana. Usando ejemplos que ve en su casa, en la comunidad o en alguna situación en particular donde su hijo exprese o sienta esas emociones.



Historias sociales – actividades que le gustaría hacer con amigos



- Le puede indicar como podría ser una salida, cuáles son las partes del plan, que cambio de actividades se van a realizar y reforzar habilidades como el saludo, como responder si le hablar, etc.
- Se sugiere que usted acompañe las historias sociales con **juego de roles**, de esta manera su hijo/a puede practicar algunas de las cosas que se explican en la historia social.



Juego de Roles



Esta estrategia se usa para practicar situaciones o actividades que requieren nuevas habilidades sociales y estrategias, o para practicar algunas habilidades en las que su hijo tiene algún tipo de dificultad al poner en práctica.

- El juego de roles puede ser espontaneo o preparado.
- El juego de roles es particularmente importante para practicar habilidades como iniciación de conversaciones con otra persona, responder a una conversación, o terminar una interacción.



Uso de videos



- Modelar un comportamiento es una estrategia que se ha demostrado muy efectiva en la adquisición de cualquier comportamiento.
- *Leer historias*
- *Usar juegos que involucren conversaciones.*



Apoyos para etapa 4 de amistad



- Animales: “ Yo solo empecé a sentirme vivo y verdaderamente natural cuando estaba solo con mi gato”.
 - Confianza
 - Autoestima
 - Comodidad y tranquilidad
 - No juzgan/burlan o Bullying
 - A veces tienen más compasión y empatía con los animales
- Amigos por internet
- Grupos de apoyo
- Información sobre relaciones románticas



¡Tenga en cuenta!



- Estas estrategias funcionan mejor si se combinan y se tiene un seguimiento apropiado.
- También, es ideal complementar con terapias y con apoyo de profesionales.
- Usted como padre puede apoyar a su hijo en casa y hablar con sus terapeutas para mantener un apoyo constante y coordinado.

MARCOS..



- Marcos tiene autismo. Estaba estudiando en una academia y había una niña que le gustaba mucho. Y él le dijo que le gustaba mucho y que deseaba tener relaciones sexuales con ella. Cuando los padres se dieron cuenta lo llevaron al psiquiatra.
- Marcos hizo esto porque buscó por internet como conquistar una chica y él siguió los consejos al pie de la letra. Él no entendió el contexto y fue directamente a preguntar a la chica.
- Los padres lo llevaron directamente al médico, pero nunca preguntaron por qué hizo eso. Después de visitar al psiquiatra, Marcos quedó confundido y deprimido.



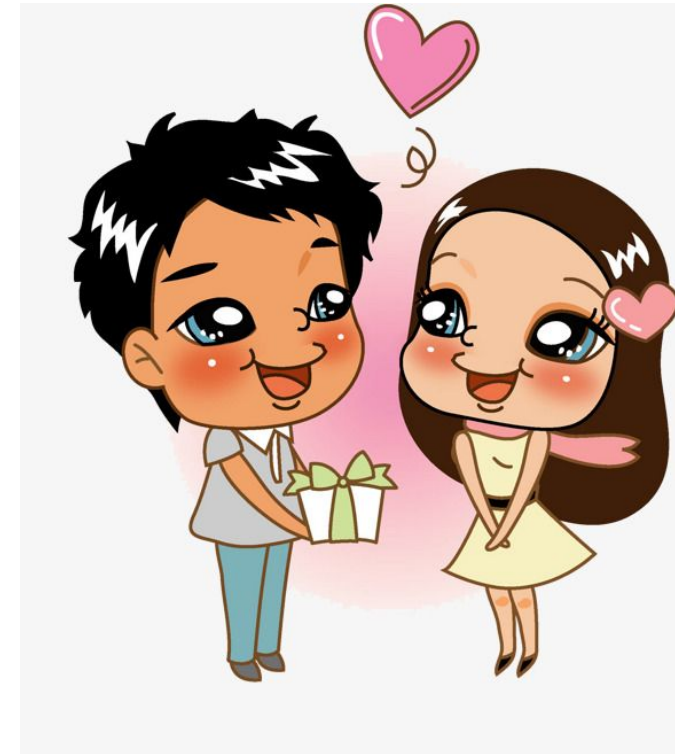
¿Romance?



- ¿Qué piensa usted al respecto de la historia de Marcos?
- ¿Cuáles son mitos conocidos sobre el romance y la sexualidad?
 - Angelitos o niños eternos
 - Hipersexuales y peligrosos
- Perder el miedo
- Hablar con ejemplos reales
- Etapa que más nos define y nos ayuda a encontrar la orientación sexual.



- Es importante reconocer que ellos, al igual que muchos otros chicos, van a querer entrar en algún tipo de relación romántica.
- Un grupo de habilidades sociales le puede ayudar a desarrollar estas habilidades para estas situaciones
 - Entender gestos
 - Cuando alguien está interesado y cuando no
 - Usualmente ellos no saben cómo hacer y esto puede llevar a depresión, ansiedad o inseguridad.



¿Qué significa el consentimiento?



- Recibir un “**si**” que es tomado como una decisión propia. Una decisión propia es algo que sucede sin mentiras, sin presión, sin amenazas, chantajes, intimidación o fuerza.
- **Comprender el significado del consentimiento puede ayudar a su hijo/a a entender que lo que el/ella decida cuenta y es importante.**
- También le ayuda a aprender el respeto a los demás y que los demás lo respeten a él/ella.
- Le ayuda a incrementar la autoestima
- Le ayuda a protegerse del acoso, abuso sexual o victimización.

Preguntas importantes



- ¿Quién, cómo y dónde te pueden tocar?
- ¿A quién, cómo y donde puedes tocar?

1. Necesitas mi permiso para aproximarte o tocarme
2. Por favor escucha cuando te digo que te detengas
3. Me iré si no escuchas
4. Le diré a alguien más lo que paso



¿Qué es una novia/o?



- Como diferenciar una amistad de un romance
- “Yo tengo una dificultad enorme con la expresión verbal del afecto. No es solamente que me siento avergonzado, pero también quiero que la gente entienda que tengo que hacer un esfuerzo enorme para decirle a mi esposa como me siento acerca de ella”.
- Ansiedad
 - Deseos sexuales pueden volverse casi obsesivos o ausentes.
 - Controladores



¿Qué puede hacer usted?



- Explicarle o ayudarle a entender la diferencia entre un romance y una amistad
- Ellos necesitan educación sobre:
 - Entendiendo y expresando afecto y amor
 - Gustar otra persona
 - Dar un complemento
 - Estar enamorado
 - Que es el matrimonio, el amor
 - Romance e intimidad
 - La mejor forma de enseñar esto es con historias sociales.
- ¡Hágalo natural!

¿Qué viene con los romances?



- Concepto del amor
- Educación sexual
- Orientación sexual
- Relaciones benéficas y saludables

- ¿Está usted preparado para esto?

- Es importante reflexionar sobre nuestras creencias, valores, etc., para poder entender a nuestros hijos.
- Importante estar educado para afrontar estas situaciones.

Educación sexual



- Mejor que aprenda de ustedes porque son en quien más confían
 - Si no, lo harán a través del internet o la televisión y esto puede generar confusiones o mal interpretaciones.
- Sexualidad no es algo vergonzoso
- No es un tema que se habla con alguien que recién conoce.
- **Todo hay que contextualizarlo. Cómo y cuándo se dicen las cosas**
- Un proceso natural. No esperar a que tengan 18 años. Puede ser muy tarde
- Hablar esto temprano, reduce probabilidades de embarazos no deseados, enfermedades.
- No es conveniente que les prohíban tener pareja. Lo mejor es la educación.

¿Desde donde empieza todo?



Pubertad

Higiene

La menstruación

Publico vs privado

Autoestimulación

Tocar y
aproximarse a los
demás

Prevención de
abuso

Educación sexual

El círculo de amistades



Información
Básica

Gente Ocasional -
Conocidos

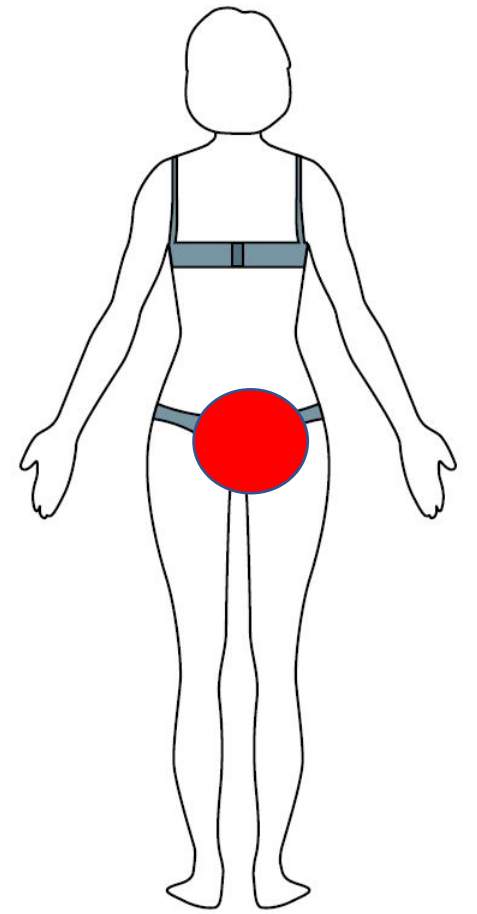
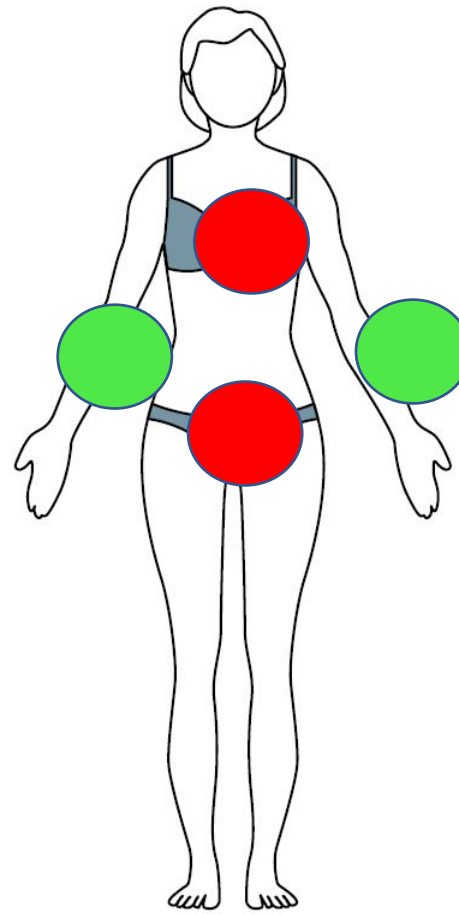
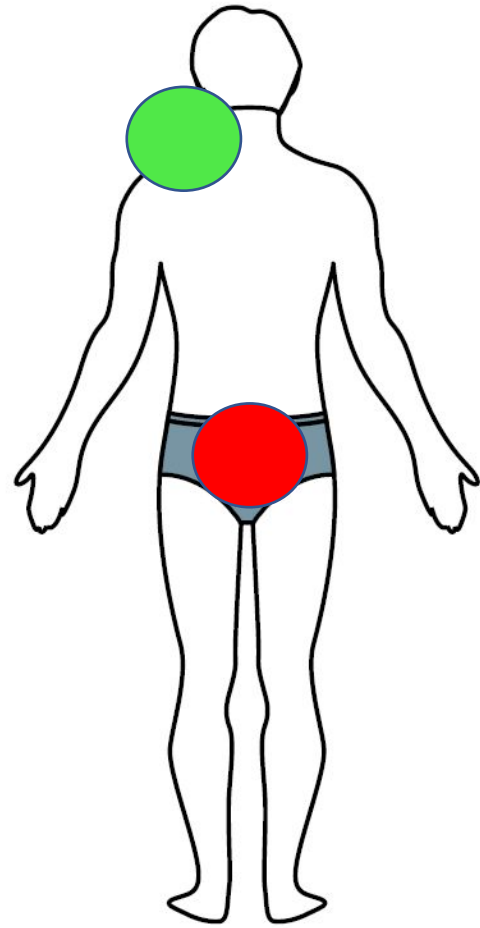
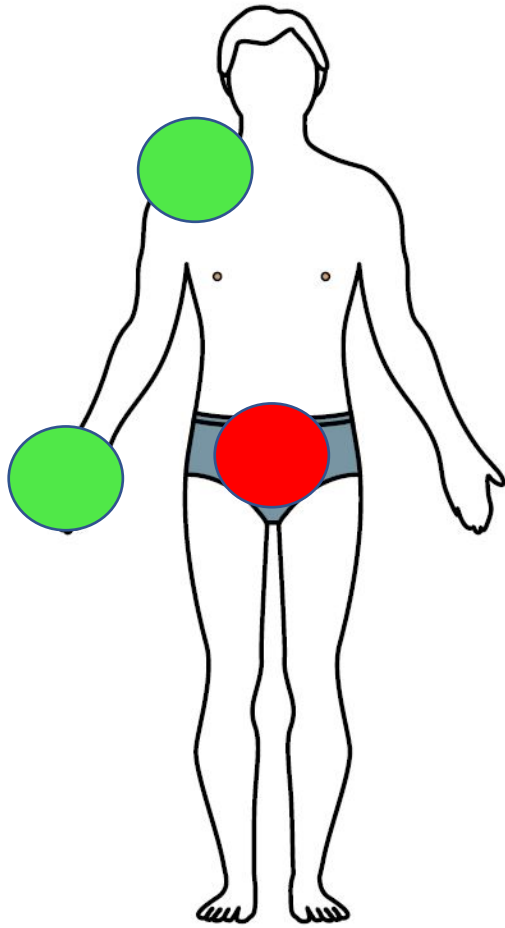
Gente frecuente
Otros familiares

Cantidad
substancial

Gente Diaria
Familia inmediata y amigos

Los que mas
necesitan
saber





Identificar extraños



- Extraños de confianza



- Extraños peligrosos



¿Qué dicen ellos?

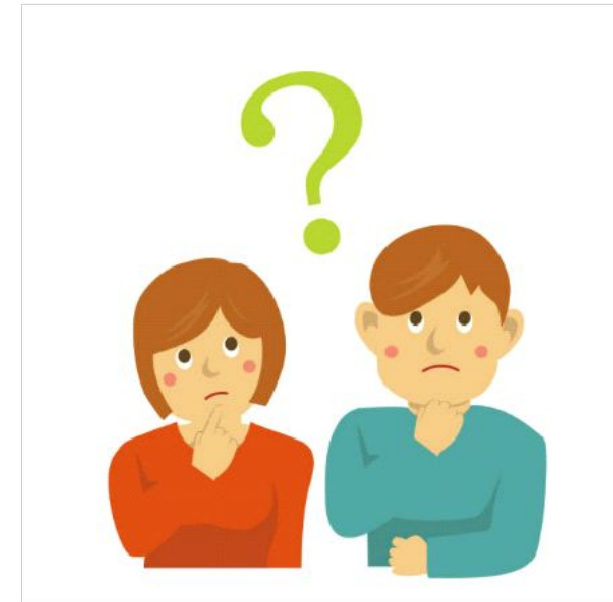


“Mi cerebro muestra que algunos circuitos emocionales entre la corteza frontal y la amígdala no están del todo enganchados. Circuitos que influyen en mis emociones y están relacionados con mi habilidad de experimentar amor, pero no es igual que la mayoría de personas neurotípicas. ¿Esto significa que mi amor es menos valioso que lo que siente otra persona?”



¡Para recordar!

- Es normal que estas conversaciones sean complejas para usted. Recuerde siempre el propósito de enseñar a sus hijos sobre estos temas.
 - Esto le ayudara a prevenir muchas situaciones en las cuales su hijo puede ser víctima de abuso, o acusado de abuso si no sabe los límites de lo que es y no es apropiado.
 - No saber limites puede incluir problemas legales.
 - Puede hablar con los profesionales encargados de los cuidados de su hijo/a para reforzar este tipo de enseñanza.
 - La falta de conocimiento en este tema puede resultar en depresión, ansiedad o problemas de salud mental.
 - No sienta vergüenza de estos temas, es una parte natural del ser humano.
- Nadie mas que usted quiere lo mejor para su hijo/a, esto los va a beneficiar para su vida como adulto y para la toma de decisiones responsablemente.



Para tener en cuenta



- Intervenciones de comportamiento
- Educación a la familia
- Apoyos de transporte
- Servicios de apoyo en la transición
- Cuidado de salud mental.
- Apoyos de habilidades de vida y experiencia
- Servicios de comunicación
- Cuidado Médico
- Apoyos sociales
- Apoyos vocacionales



Aspectos de la adultez



Mensajes de representantes de la comunidad autista!



“Yo creo que es muy importante recordar a los padres sobre las fortalezas únicas de sus hijos y como pueden acomodarlos y apoyarlos para que ellos puedan ser exitosos. Gente autista puede y debe tener una vida llena de felicidad y satisfacción. Apoyos como apoyos de comunicación, aceptar sus movimientos repetitivos no agresivos, descansos o entender diferentes formas de hacer cosas, ¡es muy bueno! Siempre y cuando los comportamientos no incluyan acciones violentas contra ellos o contra otras personas , el comportamiento esta bien”. Helen Rottier.

Para cerrar



- Todo es un proceso
- Requiere tiempo y ser constante
- Busque recursos y apoyos
- Tenga paciencia
- Enfóquese en la comunicación

Sus comentarios son muy valiosos



- https://uic.ca1.qualtrics.com/jfe/form/SV_24hfl1BzZUX50W
2



**THE
UNIVERSITY OF
ILLINOIS
AT
CHICAGO**



GRACIAS

mgarc75@uic.edu