

EDUCACIÓN FÍSICA Y S. ASPERGER . Algunas recomendaciones prácticas

Las clases de E.F. para los alumnos con síndrome de Asperger suelen ser generadoras de ansiedad y de comportamientos inadecuados por varios factores:

En primer lugar, porque cuando no hay normas explícitas y se proponen tiempos de juego libre, u organizado por los propios alumnos, las normas de juegos suelen ser implícitas y ellos no las comprenden a no ser que se le expliquen razonada e individualmente.

Por otra parte está el hecho de que las clases son grupales y en ellas se da una gran cantidad de interacciones sociales simultaneas; la enorme cantidad de energía que estos niños necesitan para procesar todos estos estímulos sociales pueden hacer que el alumno se bloquee o comience a mostrar comportamientos no acordes a la situación; afloren estereotipias, se adopten posturas corporales inadecuadas, etc.; comportamientos, que por otra parte son vistos por los demás niños como algo extraño y “raro”. Esto va a incidir en una percepción negativa del alumno por parte de los demás miembros del grupo.

El ruido y el bullicio general, los gritos o bien los ecos (si estamos en un gimnasio cubierto) suponen una cantidad excesiva de estímulo auditivo. Estos niños son incapaces de filtrar este tipo de estímulos y por tanto los reciben todos a la vez. Un fenómeno curioso que se da en ellos muy a menudo es una especie de defensa del sistema nervioso central que lo que se conoce como el fenómeno de la “desconexión auditiva” en virtud de la cual el alumno parece virtualmente “sordo” a las llamadas de los demás, del profesor, o de las explicaciones que pueda dar el mismo.

Al respecto del punto anterior, sucede que las instrucciones dadas en grupo no suelen ser comprendidas, tanto por el fenómeno antes citado, como por el estado de ansiedad en el que se encuentran, o por que están concentrados en observar lo que hacen los demás niños intentando comprender “qué pasa”. No se enteran de estas instrucciones dadas por el profesor a toda la clase, es como si “la cosa no fuese con ellos”, así que, una vez todo se pone en marcha, ellos suelen actuar por imitación de los demás, habilidad que por otra parte, suele en ellos ser deficitaria. Es posible que lo hagan todo mal o vayan al revés que el resto de la clase etc. En este punto hay que tener especial cuidado para que no sean objeto de burla por el resto de sus compañeros y sobre todo hay que tener presente que su actitud no es intencionada, ellos hacen “lo que pueden” intentando adaptarse a una situación que no suelen comprender, por lo que cualquier recriminación personal sobre “su actitud” no será comprendida y generará aún más confusión; hay que armarse de paciencia y explicar al alumno lo que se espera de él con frases cortas y concretas, las explicaciones verbales largas e inespecíficas harán que se pierda. Para esto vendría muy bien cualquier ayuda visual, una pizarra por ejemplo, el ejemplo de la conducta de un compañero que lo haga primero, etc.

Nunca será suficiente insistir en el hecho de que al ser normalmente torpes de movimientos y con pobre coordinación motriz suelen ser objeto de burla y ello es muy perjudicial para su autoestima, que ya suelen tener por los suelos normalmente. Es a tenor de esto importante que no se les incluya en juegos competitivos, (no tienen noción de la idea de equipo, ni apenas capacidad de colaboración). Cuando haya que emparejarse o formar grupos debe ser el profesor el que los forme y pre- asigne a cada alumno a un grupo,

sin dejar a los alumnos que se organicen espontáneamente porque nadie lo querrá en su equipo y esto vuelve a hacer mella en el concepto de sí mismo. Ellos son conscientes de este rechazo, lo sufren y lo peor de todo es que no lo comprenden.

Es interesante que puedan trabajar con otro alumno que sea tranquilo, tolerante y colaborador, trabajar con él, temas de psicomotricidad y de coordinación motora (botar una pelota, pasársela de uno a otro, encestar, etc. siempre sin ánimo de competencia sino de colaboración.

Sobre todo hay que tener en cuenta que estos niños se fatigan enseguida tanto física como mentalmente, y además son insensibles a niveles bajos de dolor por lo que hay que estar atentos a su integridad física. También tienen alterada la propiocepción, pueden ser incapaces de darse cuenta de los estímulos de su propio cuerpo y responder a el sentimiento de malestar con conductas inapropiadas, por lo que hay que estar atentos a que puedan sentir sed, calor, frío o agotamiento y decirles que beban, que se abriguen o que paren un poco si están exhaustos, cosas de las que ellos muchas veces no son conscientes y ni se les ocurre pedir o plantearse. Es típico el caso del niño que esta en clase en Junio sudando a chorros y con el abrigo puesto (ni siquiera ha sido consciente de que se siente mal por el calor y no se lo quita hasta que el profesor le hace caer en la cuenta de ello y le dice “quítate el abrigo”)

Si el ambiente de clase es estructurado y bien organizado y ellos saben lo que se espera de ellos, pueden al menos no sufrir males mayores y en algún caso ejercitar movimientos que les ayuden en su coordinación motora.

Hay autores que recomiendan incluso que a los niños con síndrome de Asperger se les dispense de hacer gimnasia mediante un certificado médico, esto es algo que queda a la elección de los padres y de los profesionales. En muchos casos se recomienda que no den una de las clases de E. F. para dedicarse a ir al aula de apoyo a trabajar aspectos en los que tengan dificultades o simplemente para que trabajen solos en su clase sobre deberes escritos (ya que son muy lentos escribiendo), haciendo tareas atrasadas o en el mejor de los casos a llevar a cabo en ese tiempo algún programa de habilidades sociales dirigido por el gabinete de orientación del centro. Otra oportunidad de practicar programas de aprendizaje explícito de habilidades sociales es precisamente (además del tiempo de recreo) la clase de Educación Física y es por ello, que lo deseable es tener algún monitor de apoyo que incida en la misma integrándose él mismo en juegos cooperativos, con grupos de dos o tres alumnos en los que se trabaje de forma explícita el aprendizaje de la espera, el turno, la colaboración, la flexibilidad de las reglas, etc.

BIBLIOGRAFÍA:

EL SÍNDROME DE ASPERGER: Una guía para la familia

Tony Attwood. Ediciones Paidós Ibérica, S.A.

El síndrome de Asperger. ¿Excentricidad o discapacidad social? Pilar Martín Borreguero
Alianza Editorial

EDUCACIÓN FÍSICA ANTE EL RETO DEL TRASTORNO AUTISTA. (Ponencia)

7 de noviembre de 1999

Pedro Herrero García (Valladolid – España). Maestro especialista en Educación física.

Psicopedagogo del Gabinete psicopedagógico SPAI

Rafael Jorrete Lloves

www.asperger.es aspergerandalucia@hotmail.com