



# STAR Autism Support

## Trabajando Juntos: Una Serie Para Cuidadores

**Esta serie brinda información y capacitación sobre temas de interés para los cuidadores de personas con autismo u otras discapacidades de desarrollo. Estos talleres discuten estrategias efectivas basadas en evidencia para que los cuidadores apoyen a sus hijos en el hogar o en la comunidad. Las destrezas abordadas incluyen comunicación, comportamiento, autoayuda, autogestión y conciencia de seguridad. Las presentaciones incluyen conferencias, demostraciones, ejemplos en video, discusión e ideas prácticas para ayudar a adolescentes y adultos con una variedad de necesidades de apoyo.**

### **Sesión 1 – Identificando Estrategias que Funcionan**

¿Cómo afecta el autismo el aprendizaje y el comportamiento? Esta sesión presenta la importancia de usar prácticas basadas en evidencia para apoyar las necesidades de aprendizaje de adolescentes y adultos con autismo y otras discapacidades relacionadas. Los cuidadores aprenderán qué estrategias han demostrado ser efectivas y cómo pueden colaborar con los educadores para apoyar a su hijo en el hogar y la escuela.

### **Sesión 2 – Comportamiento: Aumentando los Comportamientos Deseados en el Hogar y en su Comunidad**

Para abordar los comportamientos percibidos como desafiantes, es importante que los cuidadores entiendan y utilicen de manera efectiva los principios de comportamiento para ayudar a los niños a comprender las expectativas y aumentar los comportamientos deseados. Esta sesión identifica los términos conductuales de uso común y brinda una variedad de consejos y sugerencias que las familias pueden usar para desarrollar comportamientos positivos en el hogar y en la comunidad.

### **Sesión 3 – Visualízalo: Uso Eficaz de los Apoyos Ambientales**

Esta sesión describe cómo diseñar entornos estructurados, organizados y predecibles que apoyen la independencia y el éxito. Aprenda a usar horarios visuales, apoyos visuales y arreglos ambientales efectivos para enseñar a adolescentes y adultos con autismo destrezas y rutinas importantes.

### **Sesión 4 – Comprensión: Apoyos del Cuidador para Aumentar el Lenguaje Receptivo**

En esta sesión, los cuidadores aprenderán cómo ayudar a aquellos a quienes apoyan con autismo a comprender el lenguaje. Al agregar apoyos durante las rutinas y preenseñar conceptos relacionados con las rutinas, los cuidadores pueden aumentar las destrezas del lenguaje receptivo, que son importantes para comprender y responder a las solicitudes, así como las destrezas de comunicación expresiva.

### **Sesión 5 – Comunicación: Apoyos del Cuidador para la Enseñanza del Lenguaje Expresivo**

Expresamos nuestros deseos y necesidades a través de varios modos de comunicación, y hay muchas formas en que los cuidadores pueden aumentar las oportunidades lingüísticas en el hogar y en la comunidad. En esta sesión, los cuidadores aprenden cómo crear oportunidades a lo largo del día para practicar destrezas de comunicación verbal y no verbal, así como también cómo responder a los intentos de comunicación de manera que aumente la motivación.

### **Sesión 6 – Pubertad y Adolescencia: Preparándose Usted y a su Hijo .**

La pubertad trae consigo nuevos desafíos que pueden ser difíciles de explicar y enseñar a los niños con autismo. Es importante que los cuidadores se asocien con el personal educativo para iniciar discusiones sobre los cambios corporales temprano e identificar nuevas rutinas para enseñar, como afeitarse, usar una toalla menstrual y usar desodorante. Además, los equipos deben utilizar herramientas visuales y estrategias didácticas específicas para enseñar la diferencia entre los comportamientos públicos y privados relacionados con la pubertad. Se compartirán recursos y herramientas gratuitas para que los equipos educativos y las familias puedan trabajar juntos para navegar estas nuevas situaciones.

## **Sesión 7 – Destrezas de Seguridad: Aumentando la Conciencia en el Hogar y en la Comunidad**

A medida que los adolescentes y adultos con autismo aprenden a manejarse en situaciones sociales de manera más independiente, se les exige que usen destrezas para resolver problemas y aumenten la conciencia de seguridad. Es importante enseñar específicamente a los adolescentes y adultos sobre las relaciones saludables cuando se encuentran con otros en Internet o en persona. Las situaciones nuevas pueden ser confusas y aquellos que tienen un historial de fugas pueden necesitar más apoyo para su seguridad. Se compartirán recursos y herramientas gratuitas para que los equipos educativos y las familias puedan trabajar juntos para navegar estas nuevas situaciones.

## **Sesión 8 – ¡Puedo Hacerlo Yo Solo! Higiene Personal y Actividades de la Vida Diaria**

Las destrezas de autoayuda, como el arreglo personal y la higiene personal, son cruciales para la vida independiente y la aceptación social de los adolescentes y adultos con autismo. En esta sesión, los cuidadores aprenden cómo el autismo y las discapacidades del desarrollo afectan las actividades de la vida diaria y las estrategias para desarrollar destrezas como ducharse, completar las tareas diarias, preparar comidas y navegar en el transporte. A través de rutinas y motivación, los cuidadores y el personal educativo pueden apoyar la independencia en estas destrezas en el hogar y en la comunidad.

## **Sesión 9 – Aprovechar al Máximo la Hora de la Comida**

Los desafíos a la hora de comer son comunes para las personas con autismo y otras discapacidades de desarrollo. Esta sesión describe la importancia de tener una rutina consistente a la hora de comer y estrategias para hacer que la hora de comer sea una experiencia positiva para todos los involucrados. Los cuidadores identificarán los desafíos comunes a la hora de comer y aprenderán estrategias prácticas para abordar la alimentación selectiva, la sobrealimentación y la subalimentación.

## **Sesión 10 – Prosperando en un Mundo Social**

Los adolescentes o adultos con autismo y otras discapacidades de desarrollo se benefician del aprendizaje y la práctica de destrezas específicas para prosperar en un mundo social. Esta capacitación destaca importantes destrezas de aprendizaje social y emocional (SEL, por sus siglas en inglés), como el control de los impulsos, la identificación e interpretación de las emociones y los comportamientos de autocontrol durante las rutinas diarias. En esta sesión, los cuidadores aprenderán cómo trabajar con equipos educativos para identificar destrezas para practicar en el hogar y en la comunidad.