



Amigos como tú. Amigos como yo.

TRANSCRIPCIÓN DEL VIDEO

Adrienne: “La primera pregunta que me gustaría hacerles es: ¿alguien puede decirme qué es un amigo? Sí”.

Niña: “Puedes pasar tiempo con tus amigos y hacer lo que sea con ellos”.

Adrienne: “Absolutamente. Entonces, se divierten con sus amigos, ¿cierto?”

Señora entrevistada: “Creamos el programa Amigos como tú, amigos como yo para promover la conciencia, la comprensión y la aceptación entre los niños y fomentar una inclusión social valiosa para todos ellos, no solo para aquellos con necesidades especiales”.

Narrador: “Ahora verá cómo los niños de una escuela primaria participan en una discusión interactiva y aprenden sobre el autismo y otros tipos de discapacidades. Descubren cómo apreciar las diferencias y encontrar similitudes que pueden crear nuevas amistades. Esta película para el capacitador brinda herramientas que facilitan relaciones positivas entre niños con distintas capacidades. El programa se adapta a niños de diferentes edades, comunidades y tipos de necesidades especiales. El denominador común es reforzar el deseo que todos tenemos de ser aceptados y de tener amigos”.

Adrienne: “¿Creen que animar a sus amigos cuando están tristes para que puedan ser amigos y que tener un amigo es lo mismo? ¿Les gustaría que los traten de la misma manera?”

Jeannie: “El programa comenzó con la carta de un alumno de 5.to grado que tenía un hermano con autismo y quería encontrar una manera de ayudarlo”.

Patrick: “Le escribí una carta a la Sra. Myer y le dije que quería hacer algo, como una recaudación de fondos”.

Jeannie: “Una vez que recibí la carta, buscamos la forma de ayudar a **Patrick**, a su familia y a su hermano y a otros niños que tienen autismo”.

Adrienne: “¿Ustedes y sus amigos son todos iguales o diferentes?”

Nueva niña: “Somos diferentes porque cada uno tiene una personalidad distinta, pero aún así podemos ser amigos”.

Adrienne: “Claro. Y ¿cómo es que son iguales?”

Niño: “A ambos les gustan las mismas cosas. Por ejemplo, si a ambos les gustan los deportes o cierta comida o película”.

Adrienne: “Entonces, ¿pueden ser iguales y diferentes?”

(Todos asienten)

Jeannie: “Lo emocionante es que puede ser un buen componente para sumar al programa de formación del carácter. Una vez que se implementa y se les enseña a los niños sobre todas las diferencias que pueden existir entre los demás niños y cómo pueden asimilarse dentro la cultura y el clima de la escuela, entonces, suma al programa que ya está puesto en marcha.

Jill: “Parte de la flexibilidad de este programa es que sentimos que se puede implementar en escuelas donde ya existe algún tipo de programa de formación del carácter o de lucha contra el acoso y que este puede vincularse fácilmente con esos otros programas. También puede usarse en escuelas donde ese es un concepto nuevo o donde quizás no lo han incorporado tanto como en otros distritos escolares”.

Adrienne: “Bueno, hablemos de helado. ¿A quién le gusta el helado? (todos levanta la mano) A todos les gusta el helado. ¿A quién le gusta el de vainilla? (algunos estudiantes levantan la mano) ¿A quién el chocolate? (algunos levantan la mano) ¿Quién toma el helado lamiéndolo de costado? (algunos levantan la mano) ¿Y quién comenzando desde arriba? (unos pocos levantan la mano). Entonces, a todos les gusta el helado, ¿cierto? Les gustan diferentes sabores, diferentes tipos de conos y lo toman de diferentes formas. Entonces, somos iguales y diferentes. Y está bien. Lo diferente está bien. Sin embargo, aunque todos sean diferentes, ¿podrían salir a tomar helado juntos?”

Estudiantes al unísono: “Sí”.

Adrienne: “¿No importa si a una persona le gusta tal sabor o tal otro sabor?”

Estudiantes: “No”.

Adrienne: “Lo diferente está bien y eso es bueno”.

Erika: “Uno de los mensajes es que las diferencias son buenas porque todos somos diferentes y tenemos amigos por distintas razones. Puede que tengas un amigo con el que te guste ver deportes y otro con el que te guste sentarte y estar callado, o uno con el que suelen compartir las vacaciones en familia. Y está bien tener amigos diferentes por razones diferentes. Y tener un amigo con autismo también puede ser un poco diferente, pero, de todas formas, pueden tener una amistad y compartir cosas”.

Adrienne: “Ahora la siguiente pregunta: ¿Son buenos en las mismas cosas que sus amigos? ¿Quién puede decirme algo en lo que sea realmente bueno?”

Niño: “Soy muy bueno dibujando, pero no en matemáticas”.

Adrienne: “¿Está bien no ser bueno en algo? (estudiantes asienten) Sí, está bien. Ahora, sobre las cosas en las que son realmente muy buenos... ¿Podrían ayudar a alguien que no sea tan bueno en eso?”

Estudiantes: “Sí”.

Jeannie: “Estos son programas de formación del carácter que nos ayudan a enseñarles a los niños sobre el respeto y la amabilidad. La belleza de nuestro programa es que está conectado con todo lo que hacemos, desde el momento en que los estudiantes atraviesan la puerta de entrada hasta el momento en que se van

cuando termina el día. Los principios que les enseñamos se encuentran en las aulas, en el patio, en la cafetería, en los pasillos”.

Erika: “Por supuesto, el programa se centra en el autismo y en la sensibilización sobre el asunto y sobre la tolerancia y en ser amigos de los niños con autismo. Pero creo que el programa toca mucho más que eso y realmente se centra en niños con diferentes necesidades, discapacidades, habilidades y tiene en cuenta el terreno en común que compartimos. Y se trata de que podemos hacer amistad con todos, incluso cuando son diferentes, no hay que tener miedo de hablar con alguien que actúe un poco distinto, podemos seguir intentándolo o intentar de otra forma y hacer que la escuela sea un lugar mucho más amistoso para todos”.

Narrador: “Estos principios se aplican a todos los aspectos de la vida de un niño y el mensaje se puede adaptar a cualquier población con necesidades especiales”.

Adrienne: “¿Todos tiene fortalezas y debilidades?” (los estudiantes asienten). ¿Y eso está bien, cierto? Absolutamente. Ahora, díganme algo. ¿Cómo les llaman a las cosas en las que son realmente buenos? ¿Cómo les dicen?”

Estudiantes: “habilidades”.

Adrienne: “Habilidades. Y a las cosas que les cuesta mucho hacer o cuando su cuerpo o su mente no les permiten hacer algo que quieren hacer, ¿cómo le llaman a eso? Sí”.

Otro estudiante: “Discapacidades”

Adrienne: “Podríamos llamar discapacidades a muchas cosas, pero, por lo general, una discapacidad es cuando tu brazo, tu pierna o tu mente no funciona. Entonces, una discapacidad física es algo que se puede ver. ¿Cierto? Bien, entonces eso es una discapacidad visible. Ahora, vamos a fingir que fui a esquiar, bajé por una gran pendiente, me caí y me quebré el brazo y la pierna. Okey, todos son mis amigos y yo estoy en silla de ruedas porque no puedo moverme, ¿podemos ir a jugar a los bolos? ¿No? ¡Vamos chicos, me encanta ir a jugar a los bolos con ustedes! Tengo una idea. ¿Quién podría ser mi amigo y empujar la silla de ruedas por el salón de bolos? (la mayoría levanta la mano). Tú puedes. Gracias. Y quién de ustedes, mis amigos, puede conseguir... saben que hay una rampa en la mesa de entrada. ¿Quién podría conseguirme la rampa para los bolos? Gracias. Tú podrías hacer eso por mí. Ahora estoy lista para ir a jugar a los bolos. Me voy a sentar aquí, en mi silla de ruedas, y tendré a mi amigo que empujará mi silla de ruedas hacia adelante. Tengo a mi amigo que consiguió la rampa y la bola, y ahora... ¿Qué conseguí?”

Niño: “Un strike”.

Adrienne: “Hice un strike. Bien, eso es genial. Acabo de jugar a los bolos con ustedes. ¿Importaba que estuviera en una silla de ruedas y no pudiera jugar a los bolos de la misma manera que ustedes? (los niños niegan con la cabeza). ¿Aún así nos divertimos?”

Estudiantes: “Sí”.

Adrienne: “Eso es lo importante. Entonces, lo diferente está bien”.

Jeannie: “En la escuela es importante fomentar la amistad y que los líderes de la escuela, ya sean los maestros, los administradores, los secretarios o los conserjes, ayuden en esta área”.

Erika: “Realmente sentimos que las escuelas lidian con el niño en su totalidad, así que no es solo una cuestión de enseñarles lo académico, sino también cómo llevarse bien entre ellos. Creo que cualquiera que esté interesado en este tipo de programa y lo quiera introducir en su programa escolar podría tomarlo y modificarlo a su gusto. Así que, ya sea un maestro, un consejero, un administrador de la escuela o un padre,

depende del distrito escolar, pueden acercarse al director, al supervisor o al director de servicios especiales. Según el distrito escolar, a través de cualquiera de esas personas se puede comenzar”.

Adrienne: “Ahora, ¿pueden decirme si todas las discapacidades son físicas? ¿Las podemos ver? ¿Son todas visibles? (los estudiantes niegan con la cabeza) Existen discapacidades no visibles. Hablemos de algunas de ellas. ¿Cómo se llama cuando una persona tiene problemas de audición? (levantan las manos) Sí”.

Niño: “Sordo”.

Adrienne: “Sordo. Está bien, una persona sorda tiene una discapacidad auditiva. A la persona que no puede o tiene problemas para hablar, lo llaman mudo. ¿De qué manera se puede comunicar una persona?” (los estudiantes levantan sus manos)

Niña: “Lengua de señas”.

Adrienne: “Entonces, podemos usar la lengua de señas. Bien, ¿qué tal alguien más?” (los estudiantes levantan las manos).

Otra niña: “Podría usar la escritura”.

Adrienne: “Podría usar la escritura. ¡Excelente! ¿Otra cosa que nos gustaría usar? Sí”.

Niño: “Podrías dibujar sobre lo que están hablando”.

Adrienne: “Claro, podríamos usar imágenes. Entonces, si tuviera una imagen de una pizza y te diera la tarjeta que dice pizza, ¿Qué pensarías que quiero comer? ¡Todos!”

Estudiantes: “¡Pizza!”

Adrienne: “Puedo usar imágenes para comunicarme sin palabras”.

Erika: “El conocimiento es poder y comprender a los niños que nos rodean, ya sean niños con un desarrollo normal o con necesidades especiales, creemos que realmente nos ayudará a reducir cualquier tipo de ansiedad o miedo que alguien pueda experimentar al pasar tiempo con una persona que actúa, habla, se expresa o se comporta diferente”.

Adrienne: “¿Cómo se llama a esa discapacidad invisible en la que a alguien le puede resultar un poco difícil concentrarse o quedarse quieto o callado por mucho tiempo? ¿Cómo se llamaría? Sí”.

Niño: “TDAH”.

Adrienne: “ADHD o TDAH, ¡bien! ¿Alguien sabe qué es?”

Niña: “Puedes tener problemas para quedarte sentado para ver una película durante mucho tiempo o algo así”.

Adrienne: “Bien, ¿y, cómo puedes ser amigo de alguien durante esa larga película? ¿Qué podrían hacer ustedes?”

Misma niña: “Podrías levantarte y tomarte un descanso, caminar y luego volver en cinco minutos y seguir viéndola otro rato”.

Adrienne: “Gran idea, esa es una buena forma de ser un buen amigo. Todas estas personas que tienen algún tipo de desafío, ¿cuáles creen que son sus fortalezas? ¿Tienen fortalezas? (los estudiantes asienten) Sí. Así como ustedes son buenos en algunas cosas y no tanto en otras, lo mismo le pasa a una persona con una discapacidad. Ellos también tienen cosas en las que son buenos. Al igual que ustedes pueden ayudar a alguien que tiene una discapacidad, visible o invisible, ¿podrían ellos ayudarlos a ustedes?”

Estudiantes: “¡Sí!”

Adrienne: “Sí pueden. Pueden ser muy buenos en los rompecabezas, en un juego de computadora, en determinada asignatura de la escuela y pueden ayudarte. Puede que no sean capaces de hablar o de comunicarse igual que ustedes, pero al menos sabemos que tienen fortalezas y debilidades, como ustedes”.

Narrador: “Refuerza el mensaje de que cada persona tiene habilidades y dificultades. Cada uno de nosotros puede compartir sus fortalezas y ayudar a los demás con sus desafíos”.

Erika: “Notamos que cuando hacemos este programa en clase, a veces los padres, que han dudado sobre si hablar o no con el niño sobre su diagnóstico, ven que hay una manera alentadora de hacerlo. Entonces pueden tomar esto como un modelo para hablar sobre personas que tienen diferentes fortalezas y desafíos. Es muy importante que sepamos que el niño o niña tiene alguna forma de entender lo que le está pasando, para que realmente pueda desarrollar la capacidad de autodefensa desde una edad temprana”.

Adrienne: “Okey, una discapacidad invisible más, díganme otra que conozcan”.

Niño: “¿Autismo?”

Adrienne: “¿Alguien ha oído hablar sobre el autismo? (los estudiantes levantan la mano) ¿Conocen a alguien que tenga autismo? (casi todos los estudiantes levantan la mano). Ok, hablemos un poco sobre el autismo. A veces, los niños con autismo pueden decir cosas fuera de contexto o no siempre saben cuál es el momento apropiado para decir algo o ni siquiera saben qué es lo correcto o lo incorrecto a la hora de hablar. También a veces repiten las cosas que uno dice. ¿Todos saben lo que es el eco? Levanten la mano si saben lo que es el eco. (todos levantan la mano). Hay algo que se llama ecolalia, que es cuando hablas con alguien y esa persona repite lo que dices. Algunas personas con autismo pueden no entender algunas de las expresiones que usas, por ejemplo, si te digo que pases por mi casa. ¿Eso significa que hay que atravesar la casa o que iremos a mi casa?”

Estudiantes: “Que iremos”.

Adrienne: “Que iremos, claro”.

Estudiante que tiene un hermano con autismo: “Si mis amigos no lo conociesen sería más difícil para ellos entenderlo, pero la mayoría de mis amigos lo conocen y les cae bien. Le gusta estar cerca nuestro, así que lo dejamos andar con nosotros. Es importante entender el autismo porque si sabes de autismo y ves a alguien que sufre esta discapacidad en la calle o en un juego o algo así, puedes acercarte a ellos y hablarles. Entenderán que estas tratando de ayudar”.

Adrienne: “Algunos niños con autismo desarrollan los sentidos que ustedes tienen, pero de una forma más sensible. Los sonidos pueden ser demasiado fuertes para ellos, así que tal vez en un lugar lleno de gente... ¿Cuándo se pone más ruidosa su escuela?”

Niña: “A la hora del almuerzo”.

Adrienne: “A la hora del almuerzo, la cafetería puede ser muy ruidosa y una persona con autismo puede tener dificultades para sentarse en un lugar muy ruidoso. Bien, entonces díganme, ¿cómo podemos mejorar el ambiente de la cafetería para alguien que es muy sensible al sonido?”

Niño: “Podrías decirle a la gente a tu alrededor que se tranquilice”.

Adrienne: “Claro, podríamos hablar un poco más despacio. Podemos controlar el volumen en la sala, excelente”.

Narrador: “Trabaje con los niños para generar ideas sobre maneras prácticas y significativas de apoyarse unos a otros, tanto en ambientes estructurados como no estructurados. Las actividades y las clases sobre las discapacidades y la inclusión se deben incorporar a los entornos naturales”.

Adrienne: “¿Quién puede decirme una regla social de la biblioteca? Cuando van a la biblioteca, díganme una regla social”.

Niño: “Tienes que estar en silencio”.

Adrienne: “¡Muy bien! Una regla social de la biblioteca es estar en silencio. ¿Quién puede decirme una regla social del aula? Cuando el profesor hace una pregunta, ¿qué se supone que tienen que hacer?”

Niño: “Levantar la mano”.

Adrienne: “Levantar la mano, esa es una regla social. No gritamos, levantamos la mano. Los niños que tienen autismo no siempre saben esas reglas sociales. Puede que no entiendan que deben estar callados en una biblioteca o que no sepan cómo acercarse en el patio, en el recreo, para jugar con los demás. Podríamos ayudarnos unos a otros a entender esas reglas sociales, ¿verdad? Y no siempre se trata de alguien con autismo, puede pasar con cualquiera que no entienda una regla o lo que se espera, podríamos ayudarnos mutuamente.

Jeannie: “A veces, hay niños que tienen autismo y se sienten aislados o excluidos y a veces tienen diferencias que otros estudiantes simplemente no entienden, y cuando los niños no entienden lo diferente, puede ser aterrador para ellos. Entonces muchas de las cosas que haremos como escuela será educar a los demás estudiantes para que tengan más conocimiento sobre cuál es la posible discapacidad del niño con el cual comparten aula”.

Erika: “En la escuela hay familias que tienen niños con autismo u otras discapacidades y que mantienen mucha privacidad con respecto a eso. Nuestra intención no es ir por ahí y señalar a quién tiene un problema de audición o un problema de aprendizaje o autismo. Solo queremos que se reconozca que todos estamos luchando contra algo y que todos tenemos algunas cosas en las que somos realmente buenos; y descubrir cómo podemos ser amigos, ¿cómo podemos llevarnos bien a pesar de todo?”

Adrienne: “Pueden preguntarme. ¿Qué preguntas tienen con respecto al autismo y los niños con autismo?”

Niña: “¿Por qué todos los niños... todos los niños con autismo quieren estar solos o se puede salir con ellos a veces?”

Adrienne: “La respuesta es probablemente no, tal vez no sepan cómo preguntarte, o tal vez no conozcan las reglas sociales de la amistad. Así que yo probablemente los animaría a pensar un poco diferente y tal vez ir a ver a alguien que puede estar alejado o solo y tratar de hacer algo que ellos estén haciendo o invitarlos a ser parte de lo que ustedes estén haciendo”.

Niño: “¿Cómo juego con alguien que tiene autismo?”

Adrienne: “Puedes jugar con alguien que tiene autismo de la misma manera que juegas con cualquier otra persona, pero recuerda que puede ser que no entiendan las reglas o que jueguen un poco diferente. Puedes cambiar las reglas del juego para ellos o explicar las reglas un poco más simple y a veces, alguien que tenga autismo puede ser capaz de mostrarte cómo están jugando y así, puedes jugar de la misma manera que ellos y puedes aprender una manera de jugar el juego que antes no conocías. ¿Recuerdan que hablamos de las diferentes formas de comunicación? Tenemos algunas formas de comunicación que pueden darse a través de nuestra expresión corporal, lengua de señas o imágenes, pero a veces, nuestro lenguaje corporal dice

mucho. Cuando estamos molestos a veces nuestro lenguaje corporal está solo y nos encontramos solos o a veces nuestro lenguaje corporal está muy abierto y excitado”.

Narrador: “Ayuda a los amigos de los niños con autismo a darse cuenta de que pueden comunicarse más eficazmente si etiquetan sus sentimientos o los muestran con gestos”.

Adrienne: “Algunas veces los niños con autismo pueden no ser capaces de leer sus expresiones faciales. Es posible que no sepan que están tristes o enojados por el aspecto de su cara o por lo que su cuerpo está diciendo. ¿Cómo podemos ayudar a una persona que tiene autismo a entender cuando están tristes o enojados con algo? ¿Qué podrían decir o hacer?”

Niña: “Decirle que estás enojado”.

Adrienne: “Claro. Así que, en lugar de usar solo la expresión facial o el lenguaje corporal, a veces también tenemos que usar nuestras palabras y decirles por qué estamos molestos y enojados. (un estudiante levanta la mano) Sí, dime”.

Niño: “¿Puedo contagiarme de autismo?”

Adrienne: “¡La respuesta a esa pregunta díganmela todos!”

Estudiantes: “¡No!”

Adrienne: “No, no puedes contagiarte de autismo. La mayoría de las discapacidades visibles e invisibles no son contagiosas. Así que puedes ayudar y ser amigo de niños con autismo o cualquier otra discapacidad, como eres amigo de otras personas y no puedes contagiarte. Ahora, ya hablamos de que todos somos diferentes y todos somos iguales, pero cuando están molestos o enojados, ¿cómo se calman? ¿Todos nos calmamos de la misma manera o de una manera diferente?”

Estudiante: “Diferente”.

Adrienne: “Diferente, todos somos diferentes. Entonces, ¿cómo se calman cuando están molestos o enojados?”

Niña: “Voy a mi cuarto y escucho música”.

Adrienne: “Yo también. Escucho música. ¿Quién más puede decirme qué hace para calmarse?” (Los estudiantes levantan la mano)

Niño: “Veo televisión”.

Adrienne: “Y por acá, ¿qué haces para calmarte cuando estás enojada?”

Jeannie: “Leo un libro”.

Adrienne: “Todos tenemos formas diferentes de calmarnos. Es una forma de expresarse. Bueno, incluso las personas que tienen autismo tienen maneras de calmarse, así que al igual que todos somos diferentes, las personas con autismo también son muy diferentes. Para calmarse o expresarse, incluso si están emocionados, algunos niños con autismo agitarán las manos de esta manera. (*lo demuestra*) Otra manera en que una persona con autismo puede expresarse es meciéndose para adelante y para atrás. (*lo demuestra*) Tal vez puedan vocalizar, puedan decir cosas en un tono de voz muy alto y tal vez lo estén haciendo porque hay mucho ruido en la cafetería y necesitan hablar aún más fuerte, lo cual podría significar que algo les está molestando. ¿Eso es algo que deberíamos observar fijamente?”

Estudiantes: “¡No!”

Adrienne: “No, así es. Eso no es algo de lo que debamos hablar a sus espaldas o con nuestros amigos. Solo tenemos que aprender acerca de cada persona, de nuestros amigos y descubrir cuáles son sus fortalezas y sus debilidades y cómo se expresan, porque entonces empezamos a entender quién es esa persona, qué los molesta y cómo actúan y reaccionan ante las cosas. ¿Aceptamos a nuestros amigos por quiénes son?”

Estudiantes: “Sí”.

Adrienne: “Absolutamente”.

Jeannie: "Creo que la conciencia sobre el autismo es muy importante para los estudiantes porque les enseña a los niños sobre el respeto hacia los demás y sobre la aceptación y la tolerancia".

Jill: “El programa amigos como tú, amigos como yo se puede usar en cualquier entorno, ya que no está diseñado solamente para el aula. Se puede usar con los exploradores, las porristas, en un equipo de deportes o en cualquier otro grupo de niños en el que se quiera fomentar una sensibilización e inclusión significativa”.

Erika: “El programa es tan fácil de implementar que realmente se amolda a lo que ya se está haciendo con respecto a todas las capacidades en todos los programas de formación del carácter. Es fácil. Es divertido. Tiene sentido para los niños y es algo que pueden llevarse con ellos a medida que crecen”.

Jill: “Parte del programa de amigos como tú, amigos como yo va más allá de lo que mostramos en el video, donde vamos al aula y trabajamos en directo con los niños; también desarrollamos muchos otros recursos que un maestro en un distrito escolar puede usar para respaldar esta visita con los niños. Realmente animamos a la gente a visitar el sitio web de Children's Specialized Hospital donde pueden descargar todos estos recursos”.

Narrador: “Visite www.friendslikeyoufriendslikeme.org Allí encontrará materiales de apoyo del programa "Amigos como tú. Amigos como yo”.

KOHL'S ♥Cares



RWJBarnabas
HEALTH

Children's
Specialized
Hospital



RWJBH.org/CSH