



## Abilità Sociali - Tempo libero

In allegato la ricerca di materiale web su questo argomento del Centro Servizi Autismo V Circolo PC

Condividiamo in particolare l'articolo tratto da [Insettopia](#)

### [Come essere amico di qualcuno che ha l'autismo](#)

"Alla mia bimba più piccola piace giocare con il piccolo Ale, ma vorrebbe sapere perchè non lei parla", così ci ha scritto la nostra lettrice Elena pochi giorni fa. A volte non sembra, ma nonostante le persone autistiche abbiano dei problemi di interazione sociale, riescono davvero ad apprezzare l'amicizia. Tuttavia, il livello di contatto sociale desiderato varia a seconda della personalità di ciascuno.

Quando le persone incontrano Andrew Phillips, lo liquidano velocemente perchè lo ritengono troppo ansioso, potenzialmente irritabile e alcune volte distante. Per le persone che lo conoscono più da vicino invece Andrew è divertente, dolce e molto furbo. "Questi sono due ragazzini completamente diversi", commenta sua madre.

Tutto questo accade perchè Andrew, 14 anni, ha un disturbo autistico, il più grave tra quelli appartenenti allo spettro, che include anche la Sindrome di Asperger e il Disturbo Generalizzato dello Sviluppo. "Fa molta fatica nel comunicare con gli altri in maniera significativa, quindi per essere amico di Andrew devi avere il tempo di avvicinarti e conoscerlo", continua sua madre. Lo scorso Marzo, il Centro per la Prevenzione e Controllo delle Malattie ha pubblicato nuovi dati che suggerivano che 1 bambino di 8 anni su 68 è affetto da autismo, circa il 30% in più rispetto al 2013.

Questo significa che nelle scuole elementari esiste la possibilità concreta che i vostri figli possano conoscere uno (o più) di essi. Considerate dunque queste cose:

**Non pensare che lui o lei non considerino il valore dell'amicizia.** Sì, ci sono parecchie sfide a livello comunicativo e problemi di interazione sociale. Ma questo non significa che non abbia valore. "La verità è che le persone autistiche, come le persone neurotipiche, differiscono molto nei livelli di socievolezza e di voglia di amicizia" dice Lydia Brown, autistica. Alcune persone con il disturbo sono socievoli, altre invece sono assolutamente introversive. "Ma esattamente come tutti gli altri, apprezziamo chi vuole esserci amico per l'interesse che dimostra verso le persone che siamo".

**Sii paziente.** Non cercare di cambiarlo perchè possa diventare ciò che tu consideri accettabile. "Devi essere sensibile al fatto che stiano facendo del loro meglio così come tu stai facendo del tuo", afferma Lisa Goring, vice presidente dei servizi alla famiglia nel gruppo di sostegno Autism Speaks. "Non c'è alcun

motivo perchè siano gli unici a dover cambiare”.

**Comunica in modo chiaro.** Parla con un ritmo e un volume regolari e tieni a mente che è molto utile usare frasi brevi. Gestii, immagini ed espressioni facciali funzionano benissimo. Parla letteralmente senza usare modi di dire confusi, e quando poni una domanda non ti aspettare una risposta immediata ma concedi al tuo amico del tempo extra.

**Fai dei programmi.** Esiste la possibilità che qualcuno che abbia l'autismo voglia essere incluso in qualcosa ma non sa come chiederlo. Alcune scuole mettono in coppia bambini autistici con neurotipici per organizzare una cena o un film serale. Ma all'infuori di questo lasso di tempo così strutturato non avviene nessun altro tipo di interazione sociale. Phillips afferma: "La vera amicizia si fa in caffetteria a pranzo, o durante una partita di softball, nel corso di attività quotidiane". Ci racconta che suo figlio maggiore, un diciannovenne con la Sindrome di Asperger, ha trovato degli amici stretti quando era alle elementari. Con il passare degli anni, ha sempre avuto qualcuno con cui sedersi a pranzo e un amico durante l'ora di ginnastica. "Quelli sono gli anni durante i quali i ragazzini che sono soli vengono presi di mira dai bulli" dice Phillips. "E' davvero importante che una o due persone – non deve essere necessariamente un gruppo numeroso – passi del tempo con lui regolarmente.

**Rispetta le sue differenze a livello sensoriale.** Le persone con autismo sono spesso sensibili ai suoni, agli sguardi, al tatto, al gusto e agli odori. Suoni acuti come le sirene di allarme antincendio possono essere una sofferenza; tessuti troppo ruvidi intollerabili. "Un buon amico imparerà a rispettare le differenze sensoriali, al di là della comprensione dei motivi o delle cause che le generano", dice Brown. "Non mettete in dubbio la percezione di qualcuno riguardo allo stato di benessere del proprio corpo o della propria mente." Allo stesso modo, non date per scontato che l'autistico sia intellettualmente disabile. Spesso, hanno livelli normali di IQ e sono eccellenti in aree come la musica e la matematica.

**Non trattate le persone autistiche come fossero un progetto.** Questo accade spesso, forzare l'amicizia con una persona autistica non è un servizio per la comunità. "Non abbiamo bisogno di amicizie basate sulla compassione o sulla pietà", afferma. "E non vogliamo né abbiamo neanche bisogno di persone che non fanno caso all'autismo, in quanto l'autismo è parte integrale della nostra identità e delle nostre esperienze". Brown suggerisce di fare questo test per determinare se l'amicizia con una persona autistica è un'esperienza positiva e genuina o un progetto caritatevole. Includi la persona autistica in eventi o in serate fuori con altri amici? E la percezione che hai degli altri è basata su stereotipi generici dell'autismo o di altre disabilità?

**Lotta per i tuoi amici autistici.** Bullismo, abusi e altri tipi di violenze sono prevalenti nella vita delle persone autistiche – dall'infanzia fino all'età adulta. Se vedi qualcuno che infastidisce un autistico, prendi una posizione. "Nella lotta contro la sistematica discriminazione che stigmatizza, isola e normalizza le violenze contro gli autistici e altri disabili, tutti sono importanti", afferma Brown. "Quindi occorre lavorare contro le discriminazioni a livello individuale e in tutte le relazioni personali".

## Apri Allegato