

Decálogo de acompañamiento a infancias neurodivergentes en Papirolas

Este decálogo está diseñado para ser una guía para ayudar a voluntarios, talleristas o personal de Papirolas a interactuar de manera respetuosa y efectiva.

Lo esencial es actuar con empatía, paciencia y respeto, reconociendo la singularidad de cada niñ@.

La accesibilidad no requiere grandes inversiones, solo una planificación atenta y sensible a la neurodiversidad.

1. Reconoce y respeta la diferencia. La neurodiversidad reconoce que hay múltiples formas de percibir y sentir el mundo, y ninguna es superior a otra. Reconocer esto es el primer paso para una convivencia respetuosa.

2. Transmite calma y seguridad. Si una niña o niño muestra signos de malestar, mantén la calma. Una crisis no es un berrinche, sino un colapso del sistema nervioso. Tu presencia serena puede ser una herramienta poderosa para ayudar a la regulación.

3. Usa comunicación clara y directa. Habla con frases cortas y claras, evitando el doble sentido. No des órdenes rápidas sin explicación. Si hay una crisis, habla en voz baja, con frases breves y sin exigencias.

4. No fuerces la interacción. Respeta el espacio personal de la niña o niño. Muchos comportamientos como evitar la mirada o aislarse son estrategias de autorregulación. No exijas contacto visual como condición de respeto.

5. Valida sus emociones y experiencias. En lugar de decir "no pasa nada" o "tranquilízate", valida lo que sienten. Puedes decir "estoy aquí" o "veo que estás pasando un momento difícil". No invalides su vivencia.

6. Dale tiempo para procesar. Permite que la niña o niño tenga tiempo para procesar lo que le dices o propones. No hay que apresurarles.

7. Ofrece un espacio de calma. Si notas que la niña o niño está sobrecargado, ofrécele un espacio tranquilo para descansar del ruido o el contacto social. La sobrecarga sensorial ocurre cuando una persona recibe más estímulos de los que puede procesar.

8. Permite sus objetos y apoyos. Una niña o niño puede necesitar objetos de apego o reguladores, como muñecos, auriculares o juguetes sensoriales. Permite que los usen, ya que son herramientas importantes para su bienestar.

9. Acepta diferentes formas de comunicación. No todos los niños neurodivergentes son hablantes. Acepta y respeta otras formas de comunicación, como señas, dibujos o escritura.

10. Pregunta antes de actuar. Antes de intervenir, pregunta si necesitan ayuda. Por ejemplo: “¿quieres ayuda?” o “¿está bien si te acompaño?”. Esto respeta su autonomía y les da la opción de aceptar tu apoyo.