

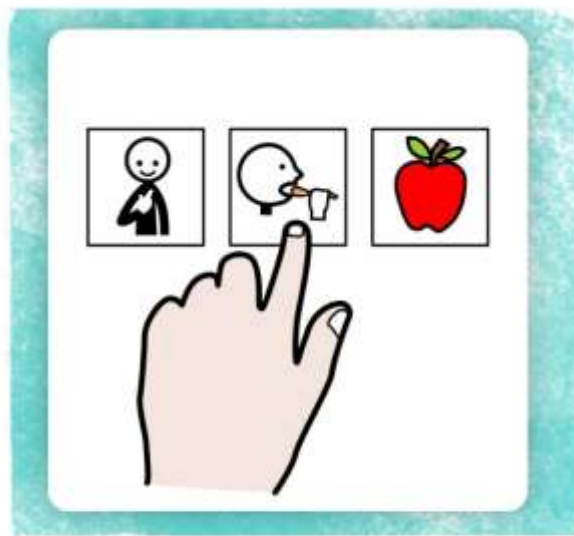
¿Qué me pediría  
una persona  
autista?

*-Decálogo de Ángel Rivière.-*



*"No te angusties conmigo.  
Siempre podrás relacionarte  
conmigo si comprendes mis  
necesidades y mi modo de  
entender la realidad."*

*Respeto mi ritmo.*



*"Ayúdame a comprender mi entorno. Organiza mi mundo y facilítame que anticipe lo que va a suceder. No puedo con el caos."*

*Dame estructura.*



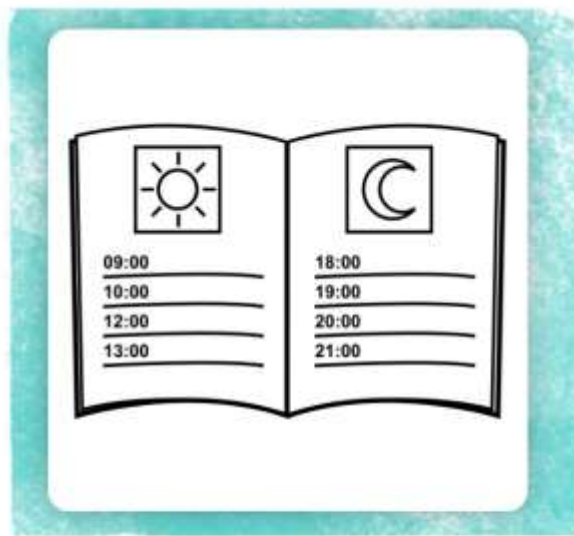
*"No me hables demasiado ni de prisa. Las palabras son aire que no pesa para tí, pero pueden ser una carga muy pesada para mí."*

*Cuida la comunicación.*



*"Hazme saber cuándo he hecho las cosas bien y ayúdame a hacerlas sin fallos. Cuando tengo demasiados fallos me irrito y termino por negarme a hacerlas."*

*Motívame.*



*"Necesito un orden y más predictibilidad que la que tú requieres. Tenemos que negociar mis rituales para convivir."*

*Hazlo predecible.*



*"Me resulta difícil comprender el significado de muchas cosas que me pides. Ayúdame a entenderlo. Pídeme cosas que tengan un sentido concreto y descifrable para mí."*

*Hazlo comprensible.*



*"No me invadas excesivamente. A veces los demás sois demasiado imprevisibles, ruidosos y estimulantes. Respeta las distancias sin dejarme solo."*

*Respeta mi espacio.*





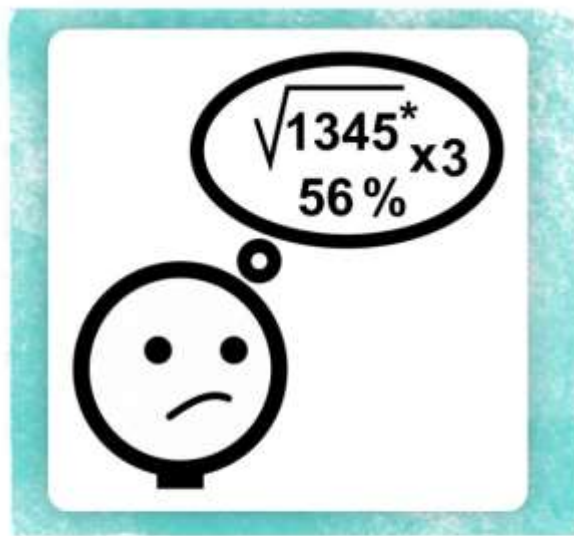
*"Lo que hago no es contra tí.  
Cuando tengo una rabieta o me  
golpeo, si destruyo algo o me muevo  
en exceso, cuando me es difícil  
atender o hacer lo que me pides, no  
estoy tratando de hacerte daño."*

*No me prejuzgues.*



*"Mi desarrollo no es absurdo. Tiene su propia lógica. Muchas de las conductas que llamáis 'alteradas' son formas de enfrentar el mundo desde mi forma de ser."*

*Compréndeme.*



*"Mi mundo no es cerrado. Mi mundo es abierto, sin tapujos ni mentiras. Tan ingenuamente expuesto a los demás, que resulta difícil penetrar en él. No vivo en una fortaleza vacía, sino en una llanura tan abierta que puede parecer inaccesible."*

*No seas tan complicado.*



*"No me pidas siempre las mismas cosas ni me exijas las mismas rutinas. No tiene que parecer que tienes autismo para ayudarme. El que tiene autismo soy yo, no tú."*

*Cambia mis rutinas.*



*"Soy un niño, una adolescente o un adulto. Comparto muchas cosas con las personas a las que llamáis 'normales'. Es más lo que compartimos que lo que nos separa."*

*Inclúyeme.*



*"Merece la pena vivir conmigo. Puedo darte tantas satisfacciones como otras personas, aunque no sean las mismas. Llegará un momento en tu vida en que yo sea tu mejor compañía."*

*Dame una oportunidad.*



*"No me agredas químicamente.  
Si te han dicho que tengo que  
tomar una medicación, procura  
que sea revisada periódicamente  
por el especialista."*

*Cuida mi salud.*



*"No me pidas constantemente cosas por encima de lo que soy capaz de hacer. Pídeme lo que puedo hacer. Dame ayuda para ser autónomo, para comprender. Tampoco me des ayuda de más."*

*Regula las ayudas.*





*"No tienes que cambiar completamente tu vida por el hecho de vivir con una persona con autismo. A mí no me sirve de nada que tú estés mal. Necesito estabilidad y bienestar emocional para estar mejor."*

*Avanza conmigo.*



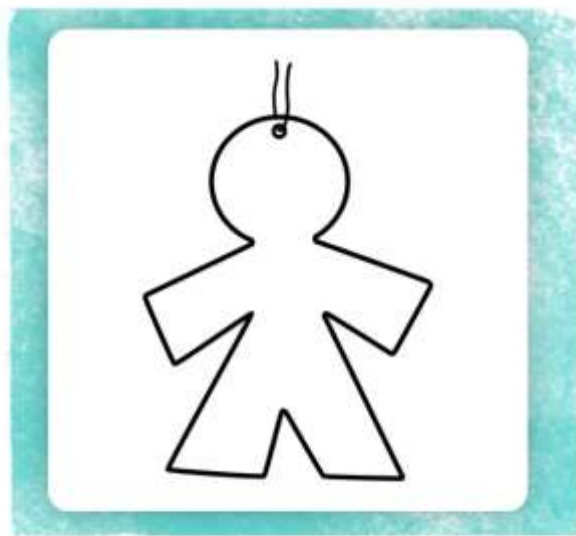
*"Ayúdame con naturalidad, sin convertirlo en una obsesión. Acércate a mí, no te vayas, pero no te sientas sometido a un peso insoportable. Tengo momentos difíciles, pero puedo estar cada vez mejor."*

*Ayúdame con naturalidad.*



*"Acéptame como soy. No condiciones tu aceptación a que deje de tener autismo. Sé optimista sin romantizar. Mi situación habitualmente mejora, aunque por ahora no tenga cura."*

*Acéptame.*



*"Me cuesta comunicarme, pero no suelo engañar. No comprendo las sutilezas sociales, pero tampoco participo de las dobles intenciones o los sentimientos peligrosos tan frecuentes en la vida social."*

*Necesito sinceridad.*



*"Mi vida puede ser satisfactoria si es simple, ordenada y tranquila. Tener autismo es un modo de ser, aunque no sea el normal. Mi vida puede ser tan feliz y satisfactoria como la tuya 'normal'."*

*Mide tus exigencias.*