



AUTISM in CONTEXT

from neurodiversity to neuroharmony

Autismo - Cuestionario de Sensaciones Agradables

Spanish version of Autism Good Feeling Questionnaire

Peter Vermeulen, PhD
Autism in Context

2020

www.petervermeulen.be

www.autismincontext.be



Autismo - Cuestionario de Sensaciones Agradables

Peter Vermeulen, PhD

Autism in Context, Gent, Bélgica – (original 2014) – 2020 Revised edition.

Antecedentes:

El **Cuestionario de Sensaciones Agradables y Autismo** es una herramienta de evaluación informal. El objetivo es brindar a educadores, cuidadores y otros profesionales ideas para aumentar el bienestar de las personas con un trastorno del espectro autista. La idea del bienestar como un objetivo importante en el tratamiento, la educación y las intervenciones se deriva del marco de "Calidad de vida" desarrollado por Robert Schalock (1997¹). Las preguntas en este cuestionario originalmente fueron parte del Cuestionario de Autismo-estrés (Vermeulen, 2007), pero se han cambiado a ítems que evalúan sentimientos positivos en lugar de estrés, según los principios de la psicología positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000²). Se puede encontrar una descripción más detallada de los antecedentes del **Cuestionario de Sensaciones Agradables y Autismo** en el artículo "La práctica de promover la felicidad en el autismo" (Vermeulen, 2014³) de la edición especial Buena práctica del autismo: *Autismo: felicidad y bienestar*.

Uso:

El cuestionario de sensaciones agradables y Autismo, tiene como objetivo explorar qué crea sentimientos positivos en una persona con autismo. El cuestionario explora diferentes factores en varias áreas: experiencias sensoriales, interacción social, comunicación, actividades, transiciones, actividades estereotipadas y rituales. Obviamente, un cuestionario nunca puede cubrir todos los elementos posibles que den lugar a sentimientos positivos. Por lo tanto, el cuestionario está destinado principalmente a comenzar una evaluación más detallada del bienestar emocional de una persona con autismo.

Dependiendo de la edad, el nivel de desarrollo, las habilidades del lenguaje y el funcionamiento actual de la persona, puede usar el cuestionario de diferentes maneras:

- Deje que la persona con autismo complete el cuestionario y ambos lo discutan después;
- Usted completa el cuestionario junto con la persona con autismo;
- Usted completa el cuestionario junto a las personas que conocen muy bien a la persona con autismo, como padres, hermanos, asistentes personales, cuidadores. Los elementos que no se pueden calificar deben alentar una mayor exploración, observación y entrevistas.

¹ Schalock, RL (Ed.). (1997) *Quality of life: Vol. II. Application to persons with disabilities* (Calidad de vida : Vol.II.Aplicación a personas con discapacidades) Washington, DC. American Association on Mental Retardation.

² Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction (Psicología POSITIVA: Una introducción) *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

³ Vermeulen, P. (2014). The practice of promoting happiness in autism (La práctica de promover la felicidad en el autismo) – in: Jones, G. & Hurley, E. (Eds), *Good Autism Practice: Autism, happiness and wellbeing*. (pp. 8-17). Birmingham: BILD Publications.



Licencia de usuario:

Este cuestionario se puede copiar y distribuir sin límites, pero solo para uso directo en el apoyo de personas con autismo. El uso del cuestionario en publicaciones, presentaciones, conferencias y talleres **NO** se permite sin el consentimiento previo por escrito del autor y de Autism in Context. Esta restricción también se aplica a versiones personalizadas y traducciones de este cuestionario. También el nombre "Cuestionario de sensaciones agradables y Autismo" está protegido por derechos de autor.

Descargo de responsabilidad

El uso del cuestionario es totalmente a costa y riesgo del usuario. El autor y Autism Centraal no asumen ninguna responsabilidad por las consecuencias de un uso inadecuado, poco ético o incompetente del cuestionario. Un buen uso del cuestionario requiere un conocimiento profundo del estilo de procesamiento de la información de la persona con autismo.



Autismo - Cuestionario de Sensaciones Agradables

El cuestionario contiene elementos que se refieren a todo tipo de cosas que pueden hacer a una persona sentirse bien. Obviamente, cada persona es diferente. Lo que hace sentirse bien a una persona, puede ser muy desagradable para otra persona. A continuación, puede indicar hasta qué punto las cosas o los eventos le aportan bienestar. Para cada categoría de elementos, hay lugar para agregar cosas que no se mencionan en la lista.

Cada 'item' se puede calificar de la siguiente manera:

3: Esto me hace sentir muy bien. Disfruto mucho de esto

2: Esto me hace sentir bien. Disfruto de esto

1: Esto me hace sentir un poco bien, disfruto de esto un poco

0: esto no me hace sentir bien; no disfruto especialmente con esto (neutral, no siento nada) o incluso me parece desagradable

?: no sé si esto hace sentir bien.

Obviamente esta lista no es exhaustiva. Por lo tanto, queda espacio para agregar cosas que te hagan sentir bien o con las que disfrutes.

Aspectos sensoriales

	3	2	1	0		?
Cierta luz, concretamente...						
Ciertos sonidos, concretamente...						
Un cierto tipo de voz, concretamente...						
Silencio, concretamente...						
Ciertos olores,concretamente...						
Ciertos estímulos táctiles, concretamente...						
Ser tocado,						
Ser acariciado,						
Ser besado,						
Calor						
Frío						
Ciertas comidas, concretamente...						
Ciertas bebidas, concretamente...						
Ciertos objetos queme gusta tocar, concretamente...						
Ciertas condiciones climáticas (Especifique)						
Una manta de lana a mi alrededor						



Aspectos Sociales

	3	2	1	0		?
Proximidad a ciertas personas						
Ver a ciertas personas						
Cuando alguien comienza una conversación conmigo						
Cuando alguien me pregunta por mis intereses						
Me invitan a visitar a alguien						
Alguien que come o bebe conmigo						
Jugar a un juego con alguien (Indique qué juego)						
Alguien que me ayuda con una tarea difícil						
Fiestas						
Viajar con alguien						
Estar solo						
Ajetreo y bullicio de un grupo de personas.						
Pocas personas en la misma habitación que yo						
Actividad de grupo (por ejemplo, deportes), concretamente						
Recibir un “me gusta” en facebook o redes sociales						
Recibir un cumplido						
Estar conectado en facebook u otra red social						



Comunicación

	3	2	1	0		?
Que me llamen						
Que me miren estableciendo contacto ocular						
Que me pregunten como lo estoy haciendo						
Que me pregunten sobre mi pasión o mi hobby						
Que me guiñen un ojo						
Chistes / humor (bromas); de qué tipo.						
Cuando tengo tiempo para pensar la respuesta a una pregunta						
Comunicación escrita						
Comunicación por correo electrónico/facebook...						
Hablar por teléfono						
Hablar de mi mismo						
Hablar de mis temas favoritos, concretamente...						
Instrucciones y tareas claras						
Cuando las cosas son visuales o pueden visualizarse						
Tener tiempo para expresar lo que quiero decir						
Completar cuestionarios como este.						



Cambios /Transiciones

	3	2	1	0		?
Cuando los cambios se anuncian con mucha antelación.						
Cuando se anuncien cambios con poca antelación.						
Si no me anticipan o informan de los cambios.						
Nuevas actividades						
Gente nueva						
Nuevos lugares						
Levantarse						
Ir a la escuela/trabajo						
Descansos						
Ir a casa						
Ir a dormir						
Ser capaz de completar una tarea o actividad						
Obtener tiempo suficiente para transiciones / cambios difíciles						
Cuando otros se une a planes hechos.						
Cuando las actividades comienzan y terminan a tiempo.						
Cuando obtengo una explicación clara sobre el cambio.						
Cuando todo está en el lugar correcto						

Rituales/Estereotipias

	3	2	1	0		?
Cuando puedo realizar mis rituales / rituales sin ser molestado.						
Tener un lugar y tiempo para mis actividades estereotipadas.						
Dije que está bien si me comporto estereotipadamente.						
Si puedo hacer un cierto ritual, concretamente...:						
Si puedo terminar una cierta línea de pensamiento, concretamente...:						

**Eventos agradables**

	3	2	1	0		?
Conocer gente favorita, (concretar):						
La posibilidad de conocer gente favorita.						
Hacer mi actividad favorita, (concretar):						
La posibilidad de hacer mi actividad favorita.						
Recibir un regalo / obsequio:						
Las Sorpresas						
Recibir una recompensa, (concretar):						

Actividades / Horario

	3	2	1	0		?
Mucha variedad en mis actividades / horario.						
Poca variación en mis actividades / horario.						
Ser capaz de elegir qué actividad estoy haciendo.						
Muchas opciones en el rango de actividades.						
Tener poca opción de elección de actividades.						
Actividades cortas						
Actividades largas						
Actividades fáciles						
Actividades difíciles						
Actividades con tiempo establecido/ fecha límite.						
Actividades sin tiempo establecido / fecha límite						
Actividades que son muy estructuradas y predecibles.						
Actividades con un "final claro" (donde sé cuándo terminará)						



¿Que tipo de actividades te aportan buenas sensaciones?:

¿Hay ciertas personas que te hacen sentir bien? Escríbalas a continuación. Trata de mencionar lo que esa gente hace para que te sientas bien.



**¿Hay también ciertos artículos / objetos que te dan una buena sensación? O animales?
O lugares? Escríbalas a continuación:**

**¿Hay ciertos pensamientos, ideas que te hacen sentir bien? Cosas, personas o eventos
en tu mente que te dan una buena sensación? Escríbalas a continuación:**
