



Aceptando la neurodiversidad

4 maneras de apoyar a las personas neurodivergentes

El cerebro de las personas neurodivergentes funciona de una manera única y puede presentar fortalezas y dificultades que difieren de aquellas personas cuyo cerebro funciona de una manera más típica. Este amplio término incluye a los padecimientos como el autismo, el TDAH y la dislexia. Si reconocemos estas diferencias, podemos facilitar la colaboración.

- 1. Sea consciente de las diferentes formas de comunicarse de las personas.** Algunas personas neurodivergentes tienen dificultades para comunicarse verbalmente, mientras que otras tienen problemas para comprender textos largos. Pregunte a cada integrante de su equipo cómo prefiere comunicarse y adaptese a su estilo de comunicación para satisfacer sus necesidades.
- 2. Tenga en cuenta las sensibilidades sensoriales.** Las personas neurodivergentes pueden ser sensibles al ruido, a la luz o al tacto. Adaptese a esas sensibilidades según sea necesario. Por ejemplo, usted puede ofrecerles un espacio tranquilo para trabajar, proporcionarles auriculares para reducir el ruido o establecer una política que prohíba el uso de perfumes o aromas.
- 3. Sea flexible con los plazos y las expectativas.** Las personas neurodivergentes pueden necesitar más tiempo para realizar algunas tareas o cumplir con los plazos. Sea flexible y esté dispuesto a ajustar los plazos o las expectativas según sea necesario.
- 4. Sea un aliado.** Las personas neurodivergentes suelen ser objeto de discriminación y prejuicios. Apoye a sus colegas y compañeros neurodivergentes y denuncie la discriminación y los prejuicios. También puede abogar a favor de políticas y prácticas que apoyen a las personas neurodivergentes.

Afortunadamente las medidas adoptadas para que las personas neurodivergentes puedan desenvolverse mejor en el trabajo y en la escuela mejoran el entorno para todos.

Fuentes:

Journals.SagePub.com, *International Journal of Business Communication*, *Journal of Organizational Behavior*, My.ClevelandClinic.org, University of Manchester Student News



**¿Quiere
saber más?**

Visite
Blog.PacificSource.com.

