

Apparenza/Abitudini personali

- Si veste in maniera confortevole a causa dei problemi sensoriali e per motivi pratici.
- Non passa molto tempo ad acconciare i propri capelli e a curare il suo aspetto fisico.
- I tagli di capelli devono solitamente essere del tipo “lavi i capelli e sono a posto”.
- Può essere contenta di non doversi dedicare troppo alla cura del corpo.
- Ha una personalità eccentrica; e questo può riflettersi nel modo che ha di vestirsi.
- È giovanile per l'età che ha, per come si veste, come appare, per il suo comportamento e per i suoi gusti.
- È generalmente più espressiva nel volto e con i gesti rispetto alla controparte maschile.
- Può avere molti tratti androgini nonostante un'apparenza particolarmente femminile.
- Pensa di se stessa che è metà uomo e metà donna (ha l'anima/animus ben bilanciati)
- Può non avere un forte senso di identità ed essere particolarmente camaleontica, specie prima della diagnosi.
- Le piace leggere e guardare i film. Sono un modo per rifugiarsi: sci-fi, fantasy, storie per bambini. Può avere alcuni che sono i suoi favoriti e in cui si rifugia quando ha bisogno di conforto.
- Usa il controllo come una tecnica per gestire lo stress: regole, disciplina, la rigidità in alcuni ambiti e abitudini. Cose che sembrano

- contrastare con il suo essere non convenzionale.
- Di solito è più felice a casa o in un ambiente protetto.

Intellettiva/Talento

- Potrebbe essere stata diagnosticata come autistica o Asperger da bambina, o potrebbe essere stata considerata semplicemente *gifted*, timida, sensibile, etc... Potrebbe anche avere ovvi o severi disturbi dell'apprendimento.
- Spesso musiciste o artiste.
- Possono avere abilità *savant* o un forte talento.
- Possono avere forti interessi per computer, giochi, scienza, disegno grafico, inventare cose di natura tecnologica o visiva. Le pensatrici verbali possono gravitare verso la scrittura, linguaggi, studi culturali, psicologia.
- Possono aver appreso a leggere da sole, essere state iperlessiche e possedere un'ampia varietà di abilità da autodidatte.
- Posso aver raggiunto alti livelli di istruzione ma aver avuto problemi con gli aspetti sociali della vita universitaria. Possono avere uno o più lauree parziali.
- Possono essere molto appassionate ad un corso di studi o ad un lavoro, e poi cambiare direzione o perdere ogni interesse molto rapidamente.
- Possono avere difficoltà a mantenere un lavoro ed essere sopraffatte dalla sua ricerca.
- Molto intelligenti, ma a volte possono essere lente nella comprensione a causa di difficoltà di elaborazione cognitiva e/o sensoriale.
- Possono avere difficoltà con le istruzioni verbali, possono necessitare di istruzioni scritte o diagrammi.
- Hanno interessi speciali ma solitamente non sono strani come quelli delle loro controparti maschili (è più difficile che siano appassionate di treni).

Emotivo/Fisico

- Emotivamente immatura e emotivamente sensibile.

- L'ansia e la paura sono le emozioni predominanti.
- È più aperta per quanto riguarda il parlare dei sentimenti e delle emozioni della controparte maschile.
- Ha forti problemi sensoriali- i suoni, le immagini, gli odori, il tatto, ed è facile che sia sopraffatta da questi. (È meno facile che abbia problemi con la consistenza/il gusto dei cibi rispetto alla controparte maschile.)
- Ha sbalzi di umore ed è prona alla depressione.
- Può essere stata diagnosticata come bipolare o maniaco-depressiva (comuni comorbidità con l'autismo e l'Asperger) mentre la diagnosi di AS non è stata fatta.
- Sarà molto sensibile ai farmaci e a qualsiasi cosa che metta nel suo corpo, per cui può aver avuto reazioni avverse.
- Avrà problemi gastrointestinali di grado da lieve a severo- ad esempio ulcere, reflusso gastro-esofageo, IBS, etc.
- Ha delle stereotipie per calmarsi quand'è triste o agitata: dondola, si strofina il viso, canticchia, schiocca le dita, dondola la gamba, tamburella con le dita o con il piede, etc.
- Ha in maniera simile movimenti che fa quando felice: agita le mani, batte le mani, canta, salta, corre in circolo, saltella.
- È prona a *meltdown* rabbiosi o crisi di pianto, anche in pubblico, alle volte a causa di piccoli dettagli conseguenza di un sovraccarico sensoriale o emotivo.
- Odia l'ingiustizia e odia l'essere fraintesa; questo può scatenare rabbia.
- Tende al mutismo quando è nervosa o indisposta, specialmente dopo un *meltdown*. È meno probabile che balbetti rispetto alla controparte maschile ma può avere una voce roca, alle volte monotona, quando stressata o triste.

Sociale/Relazioni

- Parole e azioni sono spesso fraintese dagli altri.
- Percepite come fredde ed egocentriche; scontrose.
- A volte molto dirette, possono accendersi quando parlano delle loro passioni o interessi speciali.

- Possono essere molto timide o mute.
- Come la controparte maschile, possono ritirarsi o andare in *shutdown* quando sono sovraccariche nelle situazioni sociali, ma sono generalmente più abili a socializzare in piccole dosi. Possono addirittura sembrare molto abili, ma è una “recita”.
- Non escono molto. Potrebbe preferire uscire solo con il partner o i figli se li ha.
- Può non avere molte amiche e non fare cose “femminili” come andare a fare *shopping* con loro o appuntamenti per “andare a spasso”.
- Può avere un miglior amico o amici a scuola, ma non quando raggiunge l’età adulta.
- Può volere o meno una relazione sentimentale. Se ha una relazione sentimentale, probabilmente la prende molto seriamente, ma può scegliere di rimanere celibe o da sola.
- A causa delle difficoltà sensoriali, o ama molto il sesso o non gli piace per niente.
- Se gli piace un uomo, può essere estremamente ed evidentemente goffa nei suoi tentativi di mostrarglielo, es. può iniziare a fissarlo quando lo vede o chiamarlo ripetutamente. Questo perché tende a fissarsi e a non comprendere i ruoli sociali di genere. Questo solitamente cambia con la maturità.
- Spesso preferisce la compagnia degli animali, ma non sempre per le difficoltà sensoriali.

Sarà generalmente molto orgogliosa e protettiva dei doni che l’Asperger/Autismo le ha affidato, ma vorrebbe essere più a suo agio nel mondo e soffrire meno.

Copyright Rudy Simone 2009 www.help4aspergers.com

Lista con alcune delle differenze primarie tra uomini e donne nello spettro

- Di solito sono più espressive nel volto e nei gesti rispetto alle controparti maschili.
- Sono più brave degli altri ad imitare e molte sono in grado di imitare diversi tipi di personalità. Le donne possono non avere un forte senso di identità ed essere camaleontiche, specie prima della diagnosi.
- Avranno delle ossessioni ma di solito non sono così astruse o inusuali come quelle della controparte maschile e tendono ad essere più di tipo pratico. (È più difficile che si fermino ad osservare i treni).
- Sono più disponibili a parlare dei loro sentimenti e problemi emotivi rispetto agli uomini con AS.
- È più difficile che ricevano una diagnosi precoce e corretta perché i criteri diagnostici sono basati sui tratti maschili. (Hans Asperger ha studiato solo i maschi.) È più facile che vengano diagnosticate come bipolari o maniaco-depressive (comuni comorbidità dell'autismo/AS)
- I gesti/le espressioni fisiche che hanno quando sono felici sono più espressive di quelle degli uomini: agitano le mani, le battono, cantano, saltano su e giù, corrono intorno, danzano, saltellano-lo fanno sia le bambine che le donne.
- Le donne Asperger sono prone a crisi di pianto e di rabbia, anche in pubblico, spesso a causa di piccole cose. La causa è un sovraccarico emotivo o sensoriale. Gli uomini adulti con AS sono meno proni al pianto.
- Tendono a ricevere minore tolleranza e maggiori aspettative dagli

- altri, perché sembrano più abili.
- Come gli uomini si vestono in maniera confortevole, ma possono essere viste come androgine visto che tendono ad avere un'avversione per il trucco, i vestiti complicati e le acconciature complesse.
 - È meno probabile che balbettino come la loro controparte maschile quando sono stressate o indisposte, anche se entrambi hanno una voce roca, strozzata o soffrono di mutismo in questi momenti.
 - Le donne sono più abili a socializzare in piccole dosi. Può perfino sembrare che siano molto abili, ma in realtà stanno "recitando". Come la controparte maschile si chiudono in se stesse in una situazione sociale se sono sovraccariche sensorialmente/emotivamente.
 - È facile che abbiano degli animali per avere un supporto emotivo, ma non avviene sempre a causa dei problemi sensoriali.

Copyright Rudy Simone 2009 www.help4aspergers.com

Referenze

Campbell-McBride, N. (2004) *Gut and Psychology Syndrome: Natural Treatment for Autism, ADD/ADHD, Dyslexia, Dyspraxia, Depression, Schizophrenia*. Cambridge: Medinform Publishing.

Carley, M.J. (2008) *Asperger's from the Inside Out*. New York: Penguin Books.

Edelson, S. (2009) *Autism, Puberty, and the Possibility of Seizures*. Together for Autism. Disponibile al sito (ultimo accesso 24 dicembre 2009):

www.togetherforautism.org/articles/autism_puberty_and_seizures.php

Gates, D. (2006) *The Body Ecology Diet*, 10^a edizione. Bogart, GA: Body Ecology.

Grandin, T. (2006). *Pensare in immagini. E altre testimonianze della mia vita di autistica*. Trento: Edizioni Erickson.

Hayashi, M. Kato, M., Igarashi, K. E Kashima, H. (2008) "Superior fluid intelligence in children with Asperger's Disorder". *Brain and Cognition* 66, 3, 306-310.

Hendrickx, S. (2009) *Asperger Syndrome and Employment: What People with Asperger Syndrome Really Really Want*. Londra: Jessica Kingsley Publishers.

Lawrence, R. (produttore) e Naess, P. (direttore). (2005) *Crazy in Love* [film]. Stati Uniti: Big City Pictures. Basato sul libro di J. Newport, M. Newport e Dodd, J.

Markram, H., Rinaldi, T. e Markram, K. (2007) "The Intense World Syndrome – an alternative hypothesis for autism." *Frontiers in Neuroscience* 1, 1, 77-96.

Meyer, R. (2001) *Asperger Syndrome Employment Workbook*. Londra: Jessica Kingsley Publishers.

Simone, R. (2009) *22 Things a Woman Must Know If She Loves a Man with Asperger's Syndrome*. Londra: Jessica Kingsley Publishers.

Simone, R. (2010) *Asperger's on the Job*. Arlington, TX: Future Horizons Publishers.

Stillman, W. (2006) *Autism and the God Connection*. Naperville, IL: Sourcebooks.

Szasz, T. (2008) *Psychiatry: The Science of Lies*. Siracusa, NY: Syracuse University Press.

Siti Web

www.help4aspergers.com
Sito Ufficiale di Rudy Simone.

www.spazioasperger.it
Portale Italiano contenente notizie e forum per persone Asperger.

www.aspie.com

Offre ai visitatori una varietà di opportunità per entrare in contatto con Liane Holliday Willey, EdD, Aspergirl straordinaria, essere umano generoso e acclamato a livello internazionale come relatrice e autrice sulla Sindrome di Asperger. Sono presenti articoli sulle relazioni, per genitori e insegnanti, piani di lezioni, poesie, un blog sulla *pet therapy*, articoli interessanti da altre fonti, presentazioni *Power Point* e una sezione di FAQ.

www.autismhangout.com

Notizie, video, *webinar* e programmi riguardo autismo e Sindrome di Asperger. Un posto meraviglioso condotto dall'appassionato Craig Evans.

www.camillaconnolly.com

Camilla Connolly è un'artista australiana di successo che vive nella piccola città di Murwillumbah, a nord del NSW. Ha tenuto molte esposizioni, da sola o con altri artisti, e i suoi lavori sono tenuti in collezioni sia pubbliche che private. Camilla è stata formalmente diagnosticata come Asperger nel 2009, e spesso tiene relazioni pubbliche sulla sindrome di Asperger per donne e ragazze in Australia.

www.grasp.org
GRASP (The Global and Regional Asperger Syndrome Partnership)
666 Broadway, Suite 830
New York, NY 10012, USA
Tel. +1 888 474 7277
Fax. +1 888 47 GRASP
Michael John Carley, Direttore Esecutivo
info@grasp.com

www.templegrandin.com

Il sito web di una delle originarie Aspergirls, una vera pioniera ed uno dei miei esseri umani preferiti. Devi leggere uno dei suoi libri e vedere come parla se vuoi realmente comprendere la meravigliosa natura dell'Asperger e dell'autismo.