



TAC
TEACHING AD(H)D
CHILDREN

Breve Manual de Orientação para o Ensino de Crianças com PDA(H)



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

Conteúdo

Introdução	2
Unidade 1: Antecedentes	3
Unidade 2: Ambiente de aprendizagem	7
Unidade 3: Relações	11
Unidade 4: Experiência de aprendizagem e estratégias de auto-gestão	14
Conclusão	16

INTRODUÇÃO

Começar!

A Perturbação de Défice de Atenção/Hiperatividade (PDAH ou PDA) é uma das doenças mentais mais comuns na infância e na adolescência devido à sua relativa frequência – com uma prevalência de **3-5% em todo o mundo**. As crianças com PDAH têm dificuldades consideráveis **na aprendizagem e na vida social**. Simultaneamente, é frequente os professores sentirem-se particularmente stressados com o comportamento associado à PDAH. Independentemente do seu potencial intelectual, o estilo específico de perceção e de processamento das crianças afetadas, a PDAH compromete com frequência a sua **capacidade de aprendizagem, a memória e a regulação das emoções**, o que pode levar a uma falta de compreensão (mútua), estigmatização, exclusão social e até mesmo ao abandono escolar.

Ao longo das últimas décadas, foi acumulado um acervo considerável de conhecimento sobre a PDAH e estratégias de intervenção nos domínios científico e profissional. O projeto Erasmus+ TAC ("Teaching ADHD Children") visa contribuir para a divulgação destes conhecimentos na formação e no enriquecimento do conhecimento dos professores, a fim de melhor apoiar os alunos com PDAH na sala de aula. Para além de um programa de formação abrangente, o TAC **Online Training** foi desenvolvido para fornecer informação sobre as principais descobertas sobre a PDAH e **estratégias baseadas em provas** num formato digital de auto-aprendizagem.

O que é PDAH?

PDAH significa
Perturbação de
Défice de Atenção e
Hiperatividade

Este guia tem como principal objetivo fornecer **abordagens práticas** para o ensino de crianças com PDAH. A formação completa está disponível online.

Os elementos deste ebook são excertos dos materiais desenvolvidos pelo consórcio TAC e, para um maior conhecimento, devem ser complementados com a formação disponível.

**Plataforma para
formação completa**



UNIDADE 1: ANTECEDENTES

O TAC PROMOVE UMA MENTALIDADE INCLUSIVA E EQUIPA OS PROFESSORES COM ESTRATÉGIAS INCLUSIVAS

Para que os professores interrompam as trajetórias negativas de aprendizagem das crianças com PDAH e se tornem agentes de mudança na vida das crianças.

Isto é possível através da melhoria da aprendizagem e da promoção de sentimentos de pertença, para que as crianças com PDAH possam atingir o seu pleno potencial.

COMO O TAC AFETA AS CRIANÇAS

A perspetiva do TAC é a de que cada pessoa tem características biopsicológicas e está inserida no seu contexto sociocultural. Ao mesmo tempo, é feita uma distinção entre pessoa e comportamento.

Cada pessoa merece respeito incondicional. Só o comportamento, e não a pessoa, pode ser disfuncional, não direcionado ou problemático.

Ao fazê-lo, parte-se do princípio de que o comportamento é motivado pela satisfação de necessidades e, portanto, cumpre uma função na perspetiva da pessoa.

Principais modelos teóricos subjacentes a esta abordagem:

Hierarquia das necessidades de Maslow

Block, M. (2011). Maslow's Hierarchy of Needs.

Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano de Bronfenbrenner

Bronfenbrenner & Morris (2006): The Bioecological Model of Human Development



SABIA QUE...

Abraham Maslow é o responsável pelo conceito de auto-actualização?

UNIDADE 1: ANTECEDENTES

SISTEMAS DINÂMICOS E CIÊNCIA DO DESENVOLVIMENTO

Quando se analisa o desenvolvimento, é importante considerar que as trajetórias de desenvolvimento são influenciadas por múltiplas variáveis que têm o potencial contínuo de se alterarem mutuamente.

Isto significa que pode haver múltiplas causas e trajetórias para os mesmos resultados e que as mesmas variáveis e trajetórias podem produzir resultados diferentes para crianças diferentes. No fim de contas, o desenvolvimento envolve a adaptação contínua do indivíduo e do contexto entre si.

PRÁTICA BASEADA EM EVIDÊNCIAS NO TAC

O TAC adapta as práticas baseadas em evidências às características específicas do aluno, do professor e da escola. Isto significa que as intervenções cientificamente comprovadas e eficazes são adaptadas às necessidades individuais.

PDAH

Os comportamentos típicos da PDAH estão distribuídos de forma dimensional na sociedade e representam um continuum. Isto significa que qualquer criança pode apresentar estes comportamentos, variando a sua expressão entre a concentração/controlo de impulsos/atividade motora adequados à idade, num extremo, e uma perturbação do desenvolvimento neurológico clinicamente relevante, no outro. Estes comportamentos devem, portanto, ser interpretados em termos de perturbação se forem muito pronunciados em relação à idade e ao nível de inteligência da criança, ou seja, se se situarem num dos extremos do continuum. O recurso aos serviços do sistema de saúde, como a psicoterapia, implica a atribuição de um diagnóstico.

IMPORTANTE SABER

Não se trata da criança hiperativa, mas sim da criança com PDAH (-comportamento semelhante).

A criança é muito mais do que um diagnóstico

UNIDADE 1: ANTECEDENTES

CLASSIFICAÇÃO

A PDAH é diagnosticada de forma diferente na CID-10 e no DSM-5, designada por "perturbação hipercinética" e "perturbação de défice de atenção e hiperatividade", respetivamente. A perturbação envolve **desatenção, hiperatividade e impulsividade**, sendo que as duas últimas são agora consideradas uma só. Alguns indivíduos podem ter apenas desatenção, o que resulta num diagnóstico de PDA.

PREVALÊNCIA

Cerca de 5% das crianças em idade escolar em todo o mundo são diagnosticadas com PDAH e não há provas recentes de um aumento da prevalência. O diagnóstico e o tratamento ocorrem normalmente durante os anos de escolaridade primária, estando os rapazes sobre-representados numa proporção entre 2:1 e 6:1. Os critérios e instrumentos de diagnóstico centram-se principalmente nas idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos, com uma tendência para a apresentação mais comum nos rapazes, o que pode levar a que a PDAH seja negligenciada em pré-escolares, adolescentes e raparigas.

A PDAH sem problemas de comorbilidade é pouco frequente, sendo que 85% dos indivíduos afetados têm outra perturbação mental ou do desenvolvimento e 60% têm mais do que uma.

ETIOLOGIA

A PDAH é reconhecida como uma perturbação do desenvolvimento neurológico de base genética. Os fatores ambientais, como o tabagismo durante a gravidez ou as carências sociais, podem amplificar o risco quando existe uma predisposição genética. Esta interação gene-ambiente realça a forma como fatores de risco não específicos podem aumentar a probabilidade de desenvolvimento da PDAH. Numerosos estudos revelam que este risco influencia as estruturas cerebrais, levando a alterações neurobiológicas que afetam o processamento sensorial, a atenção, a velocidade de processamento, o controlo executivo, a recompensa/motivação e o processamento do tempo em indivíduos com PDAH.

Consegue encontrar
exemplos específicos
desta situação no
quotidiano escolar?

SAIBA MAIS SOBRE
ESTE ASSUNTO NA
UNIDADE 1 -
ANTECEDENTES

UNIDADE 1: ANTECEDENTES

Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)

O conceito da CIF foi desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e centra-se no que constitui um problema de saúde na vida de uma pessoa e nos fatores que o influenciam. Isto permite descrever os efeitos de um problema de saúde e ter em conta as interações com fatores contextuais relevantes. Assim, também fornece orientação para o planeamento do apoio e da intervenção.

UTILIZAÇÃO DO MODELO DA CIF PARA DESENVOLVER OBJETIVOS SMART INDIVIDUAIS PARA ALUNOS COM PDAH (COMPORTAMENTOS RELACIONADOS)

PASSO 1: PREENCHER O
MODELO DA CIF PARA UMA
"CRIANÇA-ALVO"

PASSO 2: VER AS ATIVIDADES E
A PARTICIPAÇÃO

Em que áreas da
escola ou em que
atividades é que o
aluno é mais
deficiente/desafiado?

Descreva a
atividade/situação
da forma mais
concreta possível

ETAPA 3: DEFINIÇÃO DO
ALVO SMART
(COMPORTAMENTO)

ESPECÍFICO - concreto e formulado de forma positiva

MEDÍVEL - verificável

ATRATIVO - significativo em relação a um objetivo posterior

REALISTA - viável/alcançável para esta criança

TEMPORALIZADO - designar um período de tempo

**VISITE A
PLATAFORMA
PARA SABER
MAIS SOBRE O
MODELO DA CIF**

UNIDADE 2: AMBIENTE DE APRENDIZAGEM

Para apoiar as crianças com PDAH na sala de aula, é importante analisar a **gestão da sala de aula**. A gestão da sala de aula refere-se a todas as atividades que os professores realizam para criar um ambiente de aprendizagem que facilite a aprendizagem académica, bem como a aprendizagem emocional e social.

Estudos demonstraram que estratégias eficazes de gestão da sala de aula aumentam o tempo de aprendizagem ativa e reduzem os comportamentos problemáticos.

Existem estratégias proativas e reativas de gestão da sala de aula.

As estratégias proativas incluem o planeamento antecipado, como a simplificação de situações difíceis através da clareza, da ajuda ou orientação eficazes e da previsibilidade.

A gestão reativa da sala de aula diz respeito ao comportamento do professor em resposta ao comportamento do aluno. Neste caso, trata-se de desenvolver estratégias e planos concretos para responder a um comportamento-alvo ou para lidar com um comportamento inadequado.

1. Preparar a sala de aula

Uma sala de aula **bem estruturada** proporciona segurança e orientação e estabelece um quadro de comportamento adequado. Deve permitir um acesso fácil aos materiais frequentemente utilizados e evitar a formação de grupos ou filas de espera.

A sala não deve ter quaisquer **ângulos mortos** ou nichos que não possam ser vistos, deve ser clara para os alunos em qualquer processo de aprendizagem e de trabalho e deve permitir que o professor os vigie a todo o momento (monitorização) e os alcance rapidamente (presença móvel do professor).

Por último, deve criar um **ambiente de aprendizagem agradável**. Isto significa que uma quantidade equilibrada de decoração e a disponibilização de materiais de trabalho evitam a sobrecarga de estímulos e permitem o trabalho autónomo.

Existem materiais e ferramentas que podem ajudar o aluno a concentrar-se e/ou a motivar-se::

- Computadores e outras tecnologias
- Checklists
- Cronómetros
- Prémios
- Objetos para ocupar as mãos
- Técnicas de auto-acalmia
- Sinais para comunicar em silêncio
- Proporcionar atividades nas fases de trabalho livre

A gestão eficaz da sala de aula apoia todos os alunos. No entanto, existem estratégias que são especificamente relevantes para os alunos com PDAH:

1. Preparar a sala de aula
2. Regras e procedimentos
3. Definir consequências



PARA COMPREENDER MELHOR O CONCEITO
DE GESTÃO DA SALA DE AULA
PODE VER O VÍDEO DISPONÍVEL NA
PLATAFORMA DE FORMAÇÃO

Uma boa preparação da sala de aula reduz as perturbações e faz com que as aulas fluam mais suavemente.

Eichhorn, 2014, p.21

UNIDADE 2: AMBIENTE DE APRENDIZAGEM

2. Rotinas, estruturas e regras

As rotinas, a estrutura e as regras proporcionam segurança e ajudam os alunos a tornarem-se mais independentes. Também ajudam a prevenir e a reduzir os comportamentos problemáticos.

Assim, é importante uma **conceção previdente e estruturada** dos fluxos de trabalho na vida quotidiana, especialmente durante as transições e em situações novas. Os alunos devem **saber o que vai acontecer** durante o dia e na situação atual e o que se espera deles.

O estabelecimento de novas regras e procedimentos pode levar algum tempo no início, mas o ganho subsequente no tempo efetivo de aprendizagem é sustentável!

Pode estabelecer novas rotinas para toda a turma ou concentrar-se no apoio individual através de rotinas

JOGO DO BOM
COMPORTAMENT
O DISPONÍVEL
AQUI

IAPOIO INDIVIDUAL COM ROTINAS:

- Calendário diário:
 - **Visualizar o horário diário** e a sequência de determinados momentos
 - **Discutir antecipadamente** com o aluno e/ou a turma selecionada
 - O aluno sabe o que esperar e quando
- Desvios e mudanças:
 - **Anunciar e explicar desvios** ou mudanças em relação ao que é familiar numa breve conversa pessoal, por exemplo, quando se muda de sala ou se faz uma visita de estudo
 - **Oferecer apoio**, se necessário, para evitar receios e um comportamento de recusa
- Discutir e visualizar os procedimentos:
 - **Esclarecer, em pequenos passos**, quais os comportamentos que se esperam do aluno em novas situações
- Achegar a acordo sobre sinais:
 - Chegar a acordo sobre os sinais que servem para **lembrar o comportamento-alvo**
 - Relembrar imediatamente antes de transições/situações novas, por exemplo, colocar a mão no ombro
- Manter-se próximo durante situações críticas (para crianças mais pequenas)
 - Observar e/ou dar apoio físico
- Elogiar
 - Reforçar positivamente os primeiros sinais do comportamento desejado
- Incluir os colegas
 - Em transições/situações que envolvam vários professores, inclua-os nos preparativos

ROTINAS

VS

ESTRUTURAS

As **rotinas** são seguidas e executadas de forma autónoma pelos alunos (após um período de prática adequado).

As estratégias **estruturais** são utilizadas repetidamente pelo próprio professor no decurso da aula.

UNIDADE 2: AMBIENTE DE APRENDIZAGEM

3. Definir as consequências

No contexto do estabelecimento de consequências, o comportamento do professor deve ser modificado se...

- ...não é dado feedback positivo quando as regras são cumpridas.
- ...os alunos recebem atenção por comportamentos indesejáveis.
- ...não são estabelecidas consequências positivas ou negativas naturais adequadas.
- ...as consequências dadas não são seguidas.
- ...os elogios e as críticas são mistas.
- ...as alegadas consequências negativas são sentidas como positivas pelos alunos.

* HÁ FORMAS DE SAIR DESTE CÍRCULO VICIOSO... *

1. Definir e chegar a acordo sobre a regra/comportamento-alvo
2. Comunicar uma exigência efetiva
3. Proporcionar uma consequência positiva para o comportamento-alvo:

Elogio específico a comportamento

Elogio que aborda explicitamente o comportamento e expressa apreço por ele

Economia de fichas

A economia de fichas é utilizada para reforçar o comportamento-alvo.

Boletins diários de comportamento

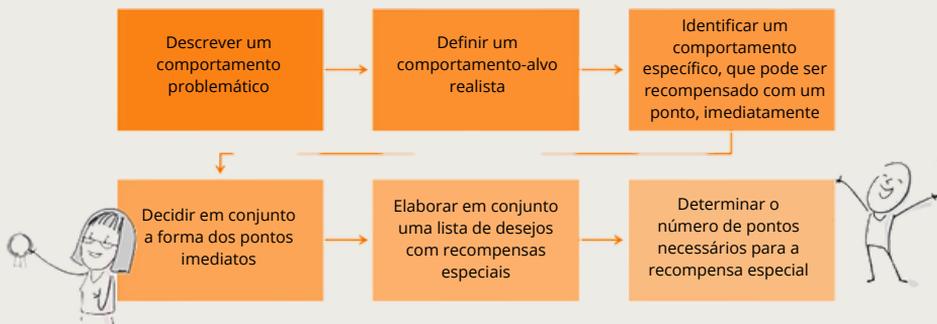
Os Boletins diários de comportamento apoiam uma comunicação bem sucedida entre as escolas e os pais.



PARA COMPREENDER MELHOR O CONCEITO DE CÍRCULO VICIOSO PODE VER O VÍDEO DISPONÍVEL NA PLATAFORMA DE FORMAÇÃO

UNIDADE 2: AMBIENTE
DE APRENDIZAGEM

ECONOMIA DE FICHAS



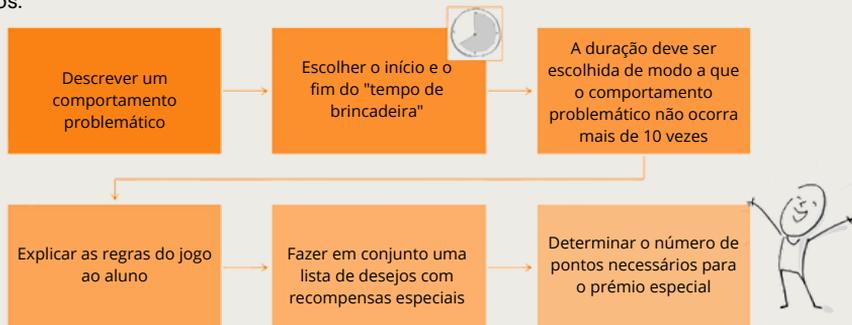
É adequado se os alunos não demonstrarem o comportamento problemático com demasiada frequência numa determinada sequência e se o comportamento adequado puder ser demonstrado durante algum tempo.

O princípio é que os alunos ganham pontos por cumprirem uma regra acordada ou mostrarem um comportamento-alvo. Trata-se de uma abordagem organizada, sistemática e justa, com regras claras para os alunos, em que a reação imediata do professor é crucial.

CUSTO DA RESPOSTA

É adequado se os alunos apresentarem o comportamento problemático demasiado frequentemente na sua sequência ou para situações em que é difícil formular positivamente o comportamento-alvo.

O princípio é que os pontos serão retirados como consequência do comportamento. Os pontos que não tiveram de ser retirados são ganhos pelo aluno e podem ser trocados por reforços primários.



UNIDADE 3: RELAÇÕES

O "MODELO BIOECOLÓGICO DO DESENVOLVIMENTO HUMANO" DE BRONFENBRENNER É IMPORTANTE PARA COMPREENDER O IMPACTO DA PDAH NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

O modelo bioecológico de Bronfenbrenner enfatiza a importância dos processos proximais, interações contínuas no ambiente imediato de uma criança, para influenciar o desenvolvimento. Os professores desempenham um papel crucial no ambiente de uma criança, influenciando as relações e o estatuto social. As relações positivas entre professor e criança são especialmente vitais para as crianças em risco de exclusão social. A PDAH, caracterizada por desatenção, hiperatividade e impulsividade, é predominante nas salas de aula.

As crianças com PDAH enfrentam desafios nas relações com os pares, com os professores e com a família. Cerca de 50-70% têm dificuldades de relacionamento com os pares, isolamento social, bullying e estigma. As relações com os professores destas crianças envolvem mais feedback corretivo, repreensões e menos proximidade emocional. As relações familiares sofrem frequentemente de conflitos acrescidos e de uma menor confiança dos pais. Os sintomas da PDAH, como a falta de atenção, a impulsividade e a hiperatividade, contribuem para vários problemas na sala de aula. Compreender e enfrentar estes desafios é crucial para promover o desenvolvimento positivo das crianças com PDAH.

Poder e potencial da relação aluno-professor

A qualidade das relações professor-criança pode influenciar positivamente os resultados académicos, a participação na educação, o desenvolvimento sócio-emocional e as relações com os pares. As abordagens centradas na pessoa para gerir a PDAH sublinham a importância do calor humano do professor, da sensibilidade e da interpretação dos comportamentos no contexto específico da criança.

As relações de alta qualidade entre professores e alunos são especialmente importantes para gerir os alunos com PDAH. Compreender os fatores que influenciam as relações de elevada qualidade pode ajudar as escolas a apoiar os professores no desenvolvimento de competências e de atributos de carinho que influenciam positivamente o empenho académico das crianças.

Os professores podem apoiar o acesso e a participação das crianças na educação, olhando para além do rótulo de diagnóstico e sintonizando cada criança no seu contexto único.

Pense, quando ensina crianças com sintomas de PDAH:

- Que comportamentos considera difíceis de gerir?
- Como é que isso pode influenciar a sua relação com a criança?
- O que pode apoiar a sua relação com crianças com comportamentos do tipo PDAH?

UNIDADE 3: RELAÇÕES

Relações de elevada qualidade entre professores e crianças

As relações positivas entre o professor e a criança são marcadas por elevados níveis de proximidade, baixo conflito e baixa dependência (dependência significa aqui a confiança da criança no professor como fonte de segurança e apoio emocional).

As crianças com PDAH podem colocar desafios às relações professor-criança, e a interpretação do seu comportamento afeta significativamente os resultados. A interpretação incorreta dos sintomas de desatenção como desinteresse pode agravar as dificuldades interpessoais, enquanto que a compreensão do contexto único do aluno revela dificuldades de concentração e atenção. Os professores podem ter um impacto positivo nos alunos, reconhecendo as suas dificuldades, minimizando as afirmações corretivas, promovendo o apoio dos colegas e empregando estratégias para ajudar a concluir as tarefas, resolvendo assim os problemas emocionais e melhorando a experiência escolar global.

Estratégias baseadas em evidências (ensino primário)

Intervenções para melhorar a relação professor-criança:

- Banco de tempo
- Terapia de interação professor-criança
- Treino da relação professor-criança
- Brincar juntos

Abordagens para toda a turma:

- Incredible Years - Programa de Gestão da Sala de Aula do Professor
- Currículo PATHS (Promovendo Estratégias Alternativas de Pensamento)

O feedback do professor e os sintomas de PDAH das crianças

Os professores tendem a dar muito mais feedback corretivo às crianças com PDAH do que aos seus pares com desenvolvimento típico (6-12 anos de idade). Verificou-se que o feedback corretivo está relacionado com níveis mais elevados de hiperatividade verbal se os professores tiverem menos proximidade na sua relação com a criança. Os estudos sugerem que uma relação próxima e ligada entre o professor e a criança pode ser um importante fator de proteção na resposta das crianças ao feedback corretivo na sala de aula. Isto significa que, se o professor e o aluno tiverem uma relação mais próxima, o aluno poderá tolerar melhor o feedback corretivo, o que conduzirá a uma menor probabilidade de hiperatividade verbal/outros sintomas de PDAH.



Os princípios fundamentais das intervenções:

Relações professor-criança de elevada qualidade têm múltiplos benefícios para todos; a criança assume a liderança na atividade lúdica; reduz o feedback corretivo ("atenção mais positiva"); escuta ativa; rotulagem de sentimentos; criação de "ambientes carinhosos".

Componentes do atendimento positivo: ser específico, ser imediato, ser consistente e frequente, ser preventivo, elogiar o oposto, evitar críticas e feedback depreciativo, centrar-se no desempenho do aluno, ignorar ativamente o comportamento disruptivo.

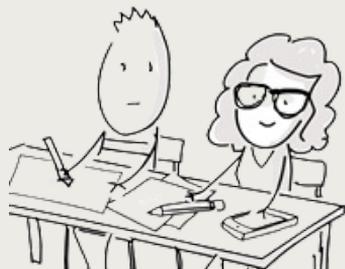
UNIDADE 3: RELAÇÕES

PDHA e relações entre pares

As dificuldades nas relações entre pares na infância e na adolescência prevêm resultados negativos futuros, como o abuso de substâncias, dificuldades académicas, problemas psicológicos e outras dificuldades sociais.

Por esta razão, as relações entre pares são consideradas muito importantes para o bem-estar emocional, o desempenho académico e a saúde mental das crianças. Entre 50–70% das crianças com PDHA têm dificuldades de relacionamento com os pares. A experiência de rejeição social pode levar a uma baixa autoestima, depressão, agressão, desamparo aprendido e ansiedade social.

Os professores podem desempenhar um papel fundamental na promoção da competência social das crianças e no apoio às relações entre pares. As crianças com PDHA podem ter dificuldade em estabelecer um sentimento de pertença ou de identidade pessoal, especialmente na adolescência.



Papel do professor

As identidades das crianças evoluem em reação aos seus ambientes culturais e sociais. A sua identidade está continuamente num estado de " tornar-se". As crianças que recebem mensagens de respeito, amor, aprovação e encorajamento têm mais probabilidades de desenvolver um sentido positivo de si próprias e de formar relações positivas e mais saudáveis com os outros. Os adultos que dão apoio (professores) podem facilitar a autorregulação e as interações sociais das crianças, ajudando-as a exprimir os seus sentimentos, a fazer escolhas e a compreender as perspetivas dos outros.

Os professores podem apoiar as relações entre pares de várias formas:

- No contexto da primeira infância e do ensino primário, a organização da sala de aula deve favorecer a liberdade de movimentos e o acesso a materiais que incentivem as brincadeiras das crianças e as relações entre pares.
- Deve ter-se em conta o espaço para descanso, relaxamento, movimento e vias de circulação numa sala de aula. Isto pode reduzir os conflitos.
- As áreas de interesse podem proporcionar espaço para as crianças participarem em atividades de pequenos grupos que incentivem e mantenham o trabalho de grupo e a colaboração.
- As brincadeiras ao ar livre e as atividades no mundo natural proporcionam oportunidades únicas de colaboração e construção de relações.

Os professores criam um ambiente emocional seguro na sala de aula, promovendo o envolvimento das crianças. Através da co-regulação, apoiam as crianças no desenvolvimento de uma regulação emocional autónoma. Os professores podem gerir os sintomas de PDHA oferecendo apoio, modelando comportamentos e utilizando momentos de aprendizagem. Uma maior sensibilização para a PDHA melhora o desempenho escolar e o envolvimento em atividades está correlacionado com um maior empenho escolar.

UNIDADE 4: EXPERIÊNCIA DE APRENDIZAGEM E ESTRATÉGIAS DE AUTO-GESTÃO

O objetivo desta unidade é identificar as necessidades individuais dos alunos com PDAH num contexto educativo, nos domínios social, emocional e cognitivo; examinar a relação entre estas áreas e compreender melhor como os alunos com PDAH aprendem e obtêm resultados académicos.

Entre as estratégias que é importante conhecer contam-se:

- Comunicar regras e expectativas claras sobre o que tem de ser feito
- Implementar um plano de apoio ao comportamento em toda a turma
- Utilizar dados para identificar comportamentos-alvo, alturas do dia a que o aluno é sensível, etc.
- Podem ser elaborados planos de aula para ensinar as suas expectativas aos alunos.
- Identificar quando e como ensinar regras/expectativas.
- O acompanhamento pró-ativo e o fornecimento de instruções eficazes podem ser utilizados para monitorizar o desempenho dos alunos relativamente às expectativas comportamentais.

É também importante compreender o que se passa no cérebro de uma criança com PDAH. Vamos analisar a função executiva e a memória de trabalho, que são áreas implicadas nas dificuldades que os alunos com PDAH enfrentam.

A estrutura neurológica dos alunos com PDAH funciona de forma diferente nas seguintes áreas :

- Processamento sensorial /velocidade de processamento
- Funções executivas
- Recompensa e motivação
- Processamento do tempo

Função Executiva

A memória de trabalho é um processo cognitivo vital, atuando como um sistema de gestão central para organizar e integrar a informação ao longo do tempo. Semelhante a um sistema de controlo de tráfego aéreo, permite a concentração, a retenção e o processamento da informação, filtrando as distrações. Nos alunos com PDAH, a memória de trabalho pode ser afetada, levando a dificuldades em lidar com múltiplos estímulos, reações inadequadas a erros e dificuldades em concentrar-se em informações relevantes. Os educadores devem reconhecer a importância da memória de trabalho, uma vez que esta desempenha um papel crucial em tarefas como seguir instruções e executar vários passos numa sequência.

**NÃO SE ESQUEÇA
DE VISITAR A
PLATAFORMA
PARA SABER MAIS**

UNIDADE 4: EXPERIÊNCIA DE APRENDIZAGEM E ESTRATÉGIAS DE AUTO-GESTÃO

Inibição

É a capacidade de controlar a atenção, o comportamento, os pensamentos e/ou as emoções para anular uma forte predisposição interna ou uma atração externa e, em vez disso, fazer o que é mais adequado ou necessário.

Características: acesso (a informação irrelevante não chega ao centro de atenção); eliminação (a informação anteriormente relevante mas atualmente irrelevante é eliminada da memória de trabalho); supressão (as reações fortes mas inadequadas são suprimidas).

Exemplo: não olhar para o telemóvel ou não conversar enquanto estuda pode melhorar o desempenho académico.

Flexibilidade cognitiva

Flexibilidade cognitiva, a capacidade de adaptar o conhecimento a situações em mudança, melhora a resolução de problemas e o desenvolvimento emocional. Melhorar a flexibilidade através do treino cognitivo é benéfico, permitindo aos indivíduos lidar com acontecimentos imprevistos e ver os problemas de diferentes perspetivas. Nas crianças, as competências de funcionamento executivo, incluindo a flexibilidade cognitiva, relacionam o sucesso académico precoce com o desenvolvimento socio-emocional, e as dificuldades de concentração e impulsividade podem ter impacto no desempenho e comportamento escolar.

PODE EXPLORAR
MAIS ESTRATÉGIAS
AQUI

Desenvolver as funções executivas nas crianças: Estratégias e influências

O desenvolvimento das funções executivas nas crianças pequenas é fortemente influenciado pelo seu ambiente relacional, tanto em casa como fora dela. Os ambientes que promovem o crescimento, com cuidados de apoio, permitem que as crianças pratiquem competências emergentes. As estratégias metacognitivas, que envolvem pensar sobre os próprios pensamentos e refletir sobre a aprendizagem, revelam-se valiosas para compensar as disfunções executivas em alunos com PDAH. Além disso, o treino organizacional e as estratégias de autogestão são intervenções eficazes para crianças em idade escolar primária, promovendo competências de autorregulação e abordando desafios ao nível da atenção e da agitação.

Formação em auto-instrução (Pensar alto)

Esta intervenção ensina os alunos a melhorar a capacidade de atenção, o controlo dos impulsos e a resolução de tarefas, guiando-os através de processos passo a passo, utilizando cartões de sinalização com indicações como "O que devo fazer?" e "Cuidadosamente, passo a passo, até ao objetivo".

Planos Se-Então

Esta intervenção ajuda os alunos com problemas de autocontrolo, levando-os a criar ativamente planos. Se ocorrer uma situação desencadeadora (parte "se"), uma ação predefinida (parte "então") é automaticamente implementada, simplificando as respostas comportamentais

Auto-observação e autorregulação

Esta iniciativa implica que os alunos observem e avaliem ativamente o seu comportamento em relação aos objetivos estabelecidos, e que os professores documentem e discutam os resultados com os alunos após a aula ou o dia.

CONCLUSÃO

VAMOS A ISTO!

Ao concluirmos este breve guia, esperamos que a visão geral fornecida tenha despertado o interesse em explorar a plataforma de formação online TAC, uma componente significativa deste projeto. Embora este guia ofereça uma visão condensada das capacidades da plataforma, apenas arranha a superfície do que a plataforma de formação TAC tem para oferecer.

Mergulhe mais a fundo nos elementos do projeto, navegando na vasta gama de características e recursos da plataforma TAC. Envolver-se com módulos interativos, conteúdos educativos e ferramentas de colaboração concebidos para enriquecer a experiência de aprendizagem. Quer seja um professor, um aluno ou um participante ansioso por alargar os seus horizontes, a plataforma TAC é um espaço dinâmico para uma exploração aprofundada e para o reforço dos conhecimentos.

Liberte todo o potencial do TAC mergulhando no conteúdo detalhado, nos debates e nos elementos interativos disponíveis na plataforma TAC. A sua viagem educativa continua para além deste guia, com uma grande quantidade de recursos à espera de serem descobertos. A plataforma TAC serve de porta de entrada para uma experiência de aprendizagem abrangente e imersiva, oferecendo-lhe as ferramentas para maximizar os benefícios derivados deste inovador projeto Erasmus+. Aproveite a oportunidade para aprofundar os seus conhecimentos, estabelecer contactos com colegas e participar ativamente no ambiente educativo enriquecedor criado para si.

PARCERIA

ALEMANHA



PORTUGAL



IRLANDA



ÁUSTRIA



die Berater®
ZUKUNFT LERNEN

BULGÁRIA



BULGÁRIA

