



## T D A H

### Sugestões para trabalhar com portadores na escola

#### O que é o TDAH?

É um Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade e consiste num padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade, mais frequente e grave do que aquele tipicamente observado nos indivíduos em nível equivalente de desenvolvimento. É um transtorno neurobiológico, de causas genéticas, que aparece na infância e frequentemente acompanha o indivíduo por toda a vida.

As principais características do transtorno são desatenção, hiperatividade e impulsividade, acima da média esperada para a sua faixa etária. Esses sintomas normalmente já estão presentes antes dos sete anos de idade, mas frequentemente é detectado na idade escolar, uma vez que os sintomas passam a interferir diretamente em suas condutas ou no aprendizado.

#### Principais características observadas:

- Adota comportamentos inadequados
- Ansiedade
- Autoestima baixa
- Depressão
- Dificuldades de memorização
- Dificuldades de relacionamento
- Dificuldades de saber o que quer para si
- Frustra-se facilmente por não conseguir levar nada até o final
- Humor variável
- Instabilidade
- Intolerância a situações monótonas
- Sensação de que não faz nada direito
- Sente-se deslocado, fora do lugar
- Sente-se impotente para fazer o que acham que é o correto

#### Tratamentos

O diagnóstico deve ser realizado por profissional acostumado a lidar com o transtorno, sendo inicialmente indicados uma avaliação com um neurologista ou psicólogo. O tratamento normalmente é realizado com utilização de medicação. Devido às dificuldades que podem ocasionar na família e escola, uma orientação psicológica à criança, a família e a escola facilitam o processo. Em algumas situações pode ser necessária a intervenção de outros profissionais, tais como fonoaudiólogos e psicopedagogos.

#### O que o professor pode fazer para lidar com portadores de TDAH?

- Compreender a dinâmica da turma.
  - Os alunos são predominantemente (interessados, desinteressados, tranquilos, agitados, têm facilidades/dificuldades de aprender etc.)?
  - Os alunos predominantemente gostam de (música, jogos, falar muito/pouco, pensar).
  - Conhecer quais alunos destoam do tipo predominante na sala.

- Estabelecer regras claras de conduta em sala de aula – estipular o que será aceitável e o que não será aceitável. (pode ser elaborado junto com a própria turma, dependendo da idade dos alunos).
  - Quando podem falar? (talvez pode se dar um pequeno tempo de 5 minutos para falarem e depois retornar a dinâmica da aula) – Isso é uma concessão.
  - Tarefas de casa – valer alguma pontuação adicional.
  - Como serão ministradas as aulas.
  - O tipo de avaliação do desempenho – aí pode se usar avaliação objetiva (provas, testes, trabalho) e avaliação subjetiva (participação, colaboração etc.).
  - Como devem se dirigir ao professor.
  - Que acontecerá com quem não cumprir as regras? Deve-se evitar punições, estas devem ser apresentadas como consequências e o professor deve fornecer instruções para que o fato não volte a ocorrer.
- Aceitar as diferenças de capacidades existentes entre os alunos e elaborar estratégias para equilibrar o grupo num mesmo objetivo.
- Utilizar e valorizar os pontos fortes dos alunos, visando à integração do grupo e o fortalecimento da autoestima de cada um.
- Procurar “normalizar” os problemas apresentados pelos alunos como algo que acontece, mas que pode ser alterado, estimulando o aprimoramento e dando feedback sempre que o objetivo for atingido. Sempre que houver algum fracasso, salientar que o processo ainda não se automatizou e por isso ainda ocorre erros.
- Procedimentos específicos para o portador de TDAH – É necessário que o professor tenha paciência e perseverança, pois essas crianças exigem tratamento diferente.
  - Procurar colocá-los próximos a alunos mais tranquilos.
  - Procurar manter o aluno que apresenta o transtorno próximo, falando para ele, mantendo contato visual com ele (olhar nos olhos), falar com calma, passando segurança e empatia.
  - Procurar dar aulas mais estimulantes, mas não excessivamente estimulantes.
  - Inventar rimas, códigos, dicas, para ajudar a aumentar a memória.
  - Se possível, escrever o que será falado. Elas aprendem melhor visualmente do que pela voz.
  - Escrever palavras-chaves ao mesmo tempo em que se fala do assunto.
  - Manter um caderno ou agenda para troca de informações entre escola e casa.
  - Dividir a aula em pequenos módulos. Dê o conteúdo passo a passo.
  - Evitar trabalhar com grupos grandes, o grau de dispersão aumenta de acordo com tamanho do mesmo.
  - Trazer novidades que dê prazer ao aluno: brincadeiras, jogos e divertimentos.
  - Fazer com que a criança escreva pequenas notas para se lembrar das coisas, ajudando-a a se concentrar melhor.
  - Dividir as tarefas grandes em tarefas menores, onde cada parte é mais bem trabalhada, evitando acessos de fúria pela frustração antecipada.
  - Procurar qualidade e não quantidade nos deveres de casa. Essas crianças necessitam de uma carga reduzida.
  - Levar em consideração todas as dúvidas que ele tenha.
  - Manter sempre que possível contato com os pais ou responsáveis pelo menor, inteirando-se sobre o tratamento e as recomendações dos profissionais que o atendem.