

# **SÍNDROME DE ASPERGER**

## **GUIA PARA PROFESSORES**

### **ESTRATÉGIAS PRÁTICAS PARA A AULA**

# ÍNDICE

<b>Introdução a este guia</b> .....	4
<b>Introdução à Síndrome de Asperger</b> .....	5
<b>Capítulo I - Relações Sociais</b> .....	9
Participar e fazer amigos .....	9
Integrar-se nos grupos .....	10
Compreender os outros .....	12
Que fazer quando se rompem as amizades ? .....	13
Que fazer para evitar as interrupções ? .....	14
Que fazer para evitar a descortesia ? .....	15
<b>Capítulo II - A Comunicação</b> .....	17
Dificuldade para seguir instruções .....	17
Compreender a linguagem dos adultos .....	18
Interpretações literais .....	20
Excesso ou ausência de gestos .....	21
Falar demasiado alto ou demasiado rápido .....	22
Perguntas repetitivas .....	23
<b>Capítulo III - Imaginação e rigidez</b> .....	25
Temas de conversa obsessivos .....	25
Insistência em cumprir as regras .....	26
Fobias .....	27
Mudar a forma de fazer as coisas .....	28
Preparar-se para as mudanças .....	29
<b>Capítulo IV - Dificuldades sensoriais e motoras</b> .....	31
Reacções aos sons desajustadas .....	31
Reacções desajustadas ou má interpretação do contacto físico .....	32
Hipersensibilidade aos estímulos visuais .....	33

<b>Capítulo V - Dificuldades emocionais</b> .....	35
Desenvolvimento do auto-controlo .....	36
Frustração e mudanças de humor .....	38
Auto-consciência .....	39
Depressão .....	40
<b>Capítulo VI - Desenvoltura para os trabalhos</b> .....	42
Motivação .....	42
Organização pessoal .....	43
Concentração e ambiente de aprendizagem .....	44
Excesso de dependência .....	46
Problemas com a escrita .....	47
Problemas com a memória .....	48
Que fazer com os deveres de casa ? .....	49
<b>Para saber mais</b> .....	51
<b>Direcções úteis</b> .....	53

## INTRODUÇÃO A ESTE GUIA

Todos os indivíduos a quem foi diagnosticada a Síndrome de Asperger (S.A.), partilham um conjunto de dificuldades fundamentais, apesar de todos eles serem muito diferentes entre si. Neste guia, descrevemos a natureza destas incapacidades fundamentais, explicamos como estas podem criar problemas na escola e apresentamos sugestões práticas para lidar com elas.

A primeira parte deste guia, dá uma visão geral da S.A. e destaca as três áreas de incapacidades básicas. Nesta secção, comentamos também brevemente as respostas educativas para alunos com esta Síndrome. O resto do guia, divide-se em seis capítulos, três deles correspondendo às incapacidades básicas referidas e os restantes dedicam-se a amplas áreas de dificuldade, sentidas com frequência e presentes na escola.

Não é nossa intenção que se leia este guia da primeira à última página e por isso adoptamos um formato que permite aos leitores identificar as páginas de maior relevância. As partes em que se divide, são as seguintes:

- Um título que identifica cada tema específico. (sombreado)
- Uma breve frase, retirada de um contexto real, que permite decidir se o que vem a seguir se pode aplicar à criança que se tem em mente. (itálico)
- O destaque "descritivo para compreensão", tenta esclarecer a forma como estas dificuldades básicas contribuem para esse problema em particular.
- O destaque "estratégias a utilizar", identifica estratégias a seguir e conselhos práticos provenientes da nossa experiência. Mesmo que estas sugestões não se adaptem por completo à situação ou à criança com que se está a trabalhar, esperamos que possam servir de orientação.

Ao longo deste trabalho, pretendemos ajudar a entender as dificuldades que as crianças com S.A. podem experimentar e apresentar. O entendimento da realidade é, na nossa experiência, a base fundamental para tirar proveito das estratégias práticas que apresentamos.

# INTRODUÇÃO À SÍNDROME DE ASPERGER

A Síndrome de Asperger está considerada na generalidade, como uma forma de autismo e recebe o nome do pediatra austríaco que a descobriu nos anos 40. As crianças com quem trabalhava Asperger, tinham dificuldades consideráveis para se relacionarem e comunicarem com os outros.

## Três dificuldades básicas

As pessoas com S.A. têm problemas na *interacção social, na comunicação e na falta de flexibilidade de pensamento*, podendo assim ter uma imaginação pobre, interesses muito intensos ou limitados e muito apego às rotinas. Para se poder fazer um diagnóstico, é necessário encontrar diferentes tipos e graus de incapacidade em cada uma destas três áreas (normalmente conhecidas como as três dificuldades básicas). Dito isto, devemos sublinhar o facto de que existe uma grande variedade tanto na gravidade das dificuldades que se podem sentir, como na forma em que estas se apresentam. Também devemos recordar que cada indivíduo com S.A. tem uma personalidade única, moldada por experiências vitais individuais (como toda a gente).

Como no caso do autismo, a S.A. é o resultado de um problema orgânico e não da educação que se recebeu. Ao contrário das pessoas com autismo, as que padecem da S.A., têm menos problemas com o desenvolvimento da linguagem e são menos propensos a ter dificuldades adicionais de aprendizagem. Contudo, a base psicológica da autismo e da Síndrome de Asperger, não é muito clara.

## Características principais da Síndrome de Asperger

### Interacção e relações sociais

Pode parecer que algumas crianças com S.A. preferam estar sós a estar acompanhadas. É possível que tenham uma grande consciência do seu espaço pessoal e se mostrem incomodados se alguém se aproxima demasiado. Muitos fazem um enorme esforço para serem sociáveis, mas quando se aproximam dos demais, fazem-no desajeitadamente. Pode acontecer que não olhem para a pessoa de quem se aproximam, ou que emitam "sinais equivocados" erradamente. Costumam compensar estas dificuldades, comportando-se de forma excessivamente formal. Têm grandes problemas no momento de captar indicações sobre o que se espera deles em determinadas situações: é possível que se comportem com o director da escola, da mesma forma como o fariam com os seus

amigos ou com os seus pais. É também bastante provável que não saibam solucionar situações problemáticas de relação e que sem darem conta, se comportem de forma anti-social.

### **Comunicação**

As crianças com S.A. não compreendem bem os mecanismos da comunicação, apesar de terem um bom desenvolvimento gramatical e de vocabulário. Podem não saber como pedir ajuda ou quando se impor. Podem falar com voz monótona, com escasso controlo sobre o volume e a entoação. A maior parte da sua conversa, gira em torno de um tema preferido, ao qual voltam uma e outra vez, com uma monotonia quase obsessiva. Costumam ter problemas para entender piadas, frases idiomáticas e metáforas. A sua linguagem pode parecer artificial ou pedante. A qualidade da sua comunicação pode deteriorar-se de forma acentuada em situações de stress. A ausência de expressão facial, a gesticulação limitada e a má interpretação da linguagem corporal dos outros, são outros factores que contribuem para as suas dificuldades na comunicação.

### **Imaginação e inflexibilidade de pensamento**

Uma característica das crianças com S.A. é que as suas habilidades (destrezas) para o jogo, são limitadas. Normalmente preferem actividades mecânicas como coleccionar, montar ou desmontar. Podem aprender jogos de representação simbólica, mas mais tarde que os seus companheiros com o mesmo desenvolvimento. Quando aprendem estes jogos, tornam-se bastante repetitivos. Outros factores que contribuem para esta ausência de flexibilidade de pensamento, são a aversão às mudanças, a preferência pelas coisas que se repetem e o desenvolvimento de rotinas e rituais.

É habitual que as pessoas com S.A. desenvolvam interesses muito intensos em áreas bastante limitadas e estranhas. Os indivíduos com esta síndrome também têm problemas no momento de "se porem no lugar das outras pessoas" ou de ver as coisas por outro ponto de vista. Sentem-se melhor quando apenas têm que fazer frente ao concreto e previsível.

### **Outras dificuldades**

As crianças e jovens com esta síndrome também apresentam problemas com as destrezas de movimento e reacções pouco usuais a estímulos sensoriais. Estas últimas, juntamente com as já mencionadas incapacidades básicas, contribuem para

criar um conjunto de dificuldades significativas, especialmente nas suas destrezas para o trabalho e na sua vulnerabilidade emocional.

### **Aspectos positivos**

Estas crianças também podem contar com aspectos positivos de considerável importância, apesar das suas dificuldades no âmbito social. É frequente possuírem uma memória mecânica excepcionalmente boa; interesses extraordinariamente definidos, ainda que limitados; um léxico extenso; conhecimento ou capacidades profundas nas áreas científica ou tecnológica.

### **Resposta educativa para as crianças com Síndrome de Asperger**

Como já referimos anteriormente, existe uma grande variação na gravidade das dificuldades que podem sentir as pessoas a quem é diagnosticada a S.A.. A forma como se manifestam as chamadas incapacidades básicas, também pode variar enormemente. Tendo em conta que existe um amplo espectro de necessidades, também devem existir as correspondentes respostas educativas. Na altura de satisfazer as necessidades destas crianças, há que ter em conta os seguintes princípios:

- Uma integração adequada no ambiente que as rodeia, juntamente com a valorização/elogio das suas habilidades (particularmente nas áreas básicas de incapacidade), costumam dar ótimos resultados no trabalho com estas crianças.
- O apoio deve basear-se nas necessidades específicas de cada criança, em vez de se basear num diagnóstico genérico.
- As escolas devem dar resposta dentro dos padrões estabelecidos pela legislação para a atenção às necessidades educativas especiais.

Na prática, quase todas as crianças com S.A., frequentam a escola normal. Alguns são integrados sem necessidade de recursos extraordinários. Outros podem requerer a certificação como aluno com necessidades educativas especiais e, conseqüentemente, com diversos tipos de recursos e de apoio. Muito poucos necessitam de educação em centros específicos.

## Que se deve fazer perante a suspeita de que uma criança padece de Síndrome de Asperger ?

Em primeiro lugar é conveniente comentar isso com o responsável pelas necessidades educativas especiais da escola. Este poderá, por sua vez, abordar o assunto com o psicólogo escolar. Outra alternativa (especialmente se a criança não está em idade escolar) é aconselhar os pais a irem com a criança ao Serviço local de Psiquiatria Infantil (ou ao mais próximo), ou ao Pediatra, através do Médico de Família.

# CAPÍTULO I - RELAÇÕES SOCIAIS

## Participar e fazer amigos

*Guilherme tenta participar e fazer amigos, mas parece que só consegue fazer perder as estribeiras aos outros. Ninguém quer estar com ele.*

### Descritivo para compreensão

- As pessoas com S.A. costumam desejar a amizade dos outros, mas não sabem como fazer amigos.
- Pode ser muito difícil para alguns, entender os métodos que conduzem à interacção social.
- Ao tentar manter uma conversa, as pessoas com esta síndrome têm dificuldade em captar os sinais não verbais que regulam a alternância dessa conversa. Podem não saber decifrar as pistas que o ouvinte transmite sobre a relevância ou o interesse do tema escolhido. É provável que a pessoa com esta síndrome fale sem parar como seu interlocutor sobre temas estranhos e com excessivo detalhe.
- Algumas pessoas com esta incapacidade, colocam-se demasiado perto do seu interlocutor, utilizam sinais não verbais de forma equivocada e desajustada e falam num tom de voz muito monótono.
- A alguns pode-lhes custar acertar com o nível de familiaridade correcto. Às vezes são excessivamente formais, ou pelo contrário tratam uma pessoa completamente desconhecida, como se fosse um amigo íntimo.



## Estratégias a utilizar

- Guilherme poderá necessitar que lhe ensinem explicitamente as normas e convenções que a maioria capta de forma intuitiva. Por exemplo, como cumprimentar, formas de ceder a vez ou de finalizar a conversa e como averiguar se o ouvinte tem interesse no tema.
- No caso de Guilherme gostar de falar uma e outra vez sobre um tema em concreto, podem-se-lhe colocar limites, indicando-lhe quando se pode ou quando não se pode introduzir o tema na conversa. Pode-se usar um sinal, que pode muito bem ser um gesto ou uma palavra ou uma frase-chave.
- É possível que Guilherme queira que lhe ensinem modelos de conversas normais, cuja prática se vá corrigindo, para o ajudar a tomar consciência de normas e estratégias determinadas. Uma meta como a que se propõe em *The Social Use of Language* [ O Uso Social da Linguagem] (Rinaldi, NFER) , pode ser útil no momento de dividir em objectivos manobráveis as capacidades de conversação. Vale a pena realçar que o estilo didáctico regularmente utilizado pelos professores ao falar à turma, não é um bom exemplo de conversação.
- É importante promover entre os companheiros de Guilherme, um sentimento de tolerância e compreensão para com ele. Também se devem incentivar as outras crianças a aproximarem-se dele, eventualmente no contexto de actividades de turma estruturadas.
- Será conveniente reduzir o tempo de contacto não estruturado com os companheiros. Guilherme pode funcionar melhor em actividades formais com algum tipo de organização (por exemplo em grupos com actividades educativas ou lúdicas organizadas).
- Uma maneira de incrementar o nível de contacto social à medida que se proporciona certa estrutura, é organizar jogos nos recreios, para as crianças mais pequenas.

## **Integrar-se nos grupos**

*No recreio, a única coisa que Rui faz, é passear sozinho. Na turma, não suporta ser o centro das atenções.*

### **Descritivo para compreensão**

- As crianças com S.A., costumam sentir-se perdidas ou confusas, quando têm tempo livre. O recreio e a hora da refeição, podem ser especialmente stressantes por causa da informalidade e do baixo nível de estruturação próprias destas situações. Isto pode conduzi-los ao isolamento.
- Alguns podem ter dificuldade em entender as normas flexíveis, não escritas, porque se regem as actividades no pátio do recreio. Também lhes custa entender as "normas" que regem as relações com os outros.
- Alguns consideram que as exigências para o relacionamento com os outros, são demasiado difíceis de alcançar, inclusivamente nas situações em que se dá um contacto directo de ti para ti, pelo que preferem evitá-lo ou minimizá-lo.
- Quando não conseguem evitar o contacto, tentam controlar a interacção, seguindo rotinas muito rígidas ou temas de conversação específicos.
- O trabalho em situações de grupo menos organizadas ou ter que sentar-se junto a um grande grupo de crianças/jovens, podem ser experiências muito difíceis e que originam uma grande ansiedade em algumas das crianças com S.A..
- Evitar lidar com os outros, pode originar intimidações e abusos por parte dos companheiros. Alguns são particularmente vulneráveis às partidas e a este tipo de abusos.
- Estas crianças podem ser capazes de se integrar na rotina da turma, mas têm muita dificuldade se se lhes pede que participem em actividades que lhes são menos familiares.

### **Estratégias a utilizar**

- Se se prevê que a hora do recreio vai ser muito confusa e incómoda para o Rui, será melhor procurar outras actividades mais estruturadas para ocupar o seu tempo.
- Pode-se criar um ambiente mais descontraído e tolerante, se os companheiros do Rui conhecerem as suas dificuldades e lhe oferecerem apoio. É possível organizar

grupos de apoio mútuo e inclusivamente usar um grupo de parceiros para o ajudar no desenvolvimento de uma série de estratégias úteis. Os "Círculos de Amigos" (ver Para saber mais - pág. 51 ), são uma forma de apoio que não só pode beneficiar o aluno com S.A., mas também os seus companheiros de turma.

- O Rui pode necessitar que o "dessensibilizem" perante as actividades do grupo. Isto requer que gradualmente se solicite a sua participação em actividades que pressupõem maiores níveis de contacto. Para começar pode-se insistir apenas na tolerância da proximidade física. Podem-se ir aumentando progressivamente os níveis de contacto e cooperação. Para levar a cabo actividades de cooperação é provável que sejam necessários níveis altos de estrutura e normas explícitas. Os jovens como o Rui, têm grandes dificuldades com a negociação intuitiva e compreensão partilhada do que é justo, etç. ... que governam estas situações.

- É bom relembrar que alguns jovens não querem fazer amigos ou passar todo o seu tempo na companhia dos outros. Isto terá de ser respeitado.

## **Entender os outros**

*David não distingue quando as pessoas estão apenas brincando e quando não o estão fazendo. Também não se apercebe quando os seus professores estão realmente aborrecidos com ele. É como se não pudesse "ler" os sentimentos das pessoas.*

### **Descritivo para compreensão**

- Quando falamos com alguém, contamos com uma série de sinais não verbais para fazer chegar as nossas mensagens, como sejam a expressão facial, a linguagem corporal ou o contacto visual. As pessoas com esta síndrome, têm problemas para entender estes sinais.

- Algumas pessoas com S.A. têm mais facilidade para escutar e entender os outros se eliminarem estes sinais não verbais (por exemplo, não olhando para o seu interlocutor). O mais provável é que não entendam mesmo ou interpretem mal estes sinais.

- Para alguns é muito difícil " pôr-se no lugar" de outras pessoas. Podem não perceber o que a outra pessoa está pensando ou sentindo ou que não entendam que alguém queira somente fazer uma brincadeira.

- Em certas ocasiões, uma forma de ser aceite socialmente, é dizer uma piada. As pessoas com esta síndrome têm muita dificuldade em compreender os "duplos sentidos" que constituem uma parte essencial do humor.

- Para poder superar estas dificuldades de compreensão dos outros, alguns tentam impor normas muito rígidas nestas situações.

### **Estratégias a utilizar**

- Quando houver problemas, há que tentar falar de forma clara e o mais tranquilamente possível. Subir o tom de voz e utilizar expressões e gestos forçados, que usamos instintivamente, pode interferir na compreensão de David. Pode sentir-se alarmado e sobrecarregado por toda esta informação adicional e que portanto se distraia e não consiga entender a mensagem que se lhe tenta comunicar.

- É importante não esperar que David consiga "ler nas entrelinhas". É necessário explicar exactamente o que se quer dizer, especialmente quando se trata de comportamento em situações sociais.

- Pode ser necessário informar David sobre situações concretas, por exemplo: - como saber se alguém está brincando (e não tentando intimidá-lo ou abusar dele); como se pode sentir uma pessoa em determinadas situações; como saber se alguém fez algo "de propósito" (e não por acidente). David provavelmente necessitará de compreender estas situações de uma forma lógica ou "segundo as normas", em vez de as compreender intuitivamente, como a maioria de nós o faz.

- Os jogos e actividades de interacção que requerem que David pense sobre o ponto de vista de outras pessoas, podem ser muito úteis. O seu progresso pode ser lento e pouco previsível, contudo é sempre importante considerar a forma como se podem aplicar estas experiências no dia a dia.

- Pode ser necessário ensinar determinados comportamentos para situações concretas (por exemplo, como comportar-se, quando alguém está zangado). O mais provável é que David tenha sempre dificuldade para responder de forma natural ou intuitiva, contudo, pode-se ensinar-lhe o que tem que fazer para evitar que as coisas piorem. Trata-se, na realidade, de lhe fornecer um "guião".

## Que fazer quando se acabam as amizades ?

*Tomás está tão frustrado e zangado com os outros, que começa com birras e se põe a bater.*

### Descritivo para compreensão

- As pessoas com S.A. têm perfeita noção das suas próprias dificuldades e por vezes têm muita vontade de fazer amigos (ver Dificuldades emocionais: Auto-consciência - pág. 39 ).
- Embora vejam os outros falando, é provável que não entendam as chaves informais ligadas a todo o tipo de "conversa" social, o que se torna uma frustração enorme.
- Isto pode tornar-se mais problemático na adolescência, quando as amizades se baseiam cada vez mais na empatia e na compreensão mútuas.
- As tentativas falhadas e continuadas de fazer amigos e as contínuas exigências derivadas do facto de lidar com pessoas, pode resultar muito stressante para as pessoas com S.A. . Isto pode originar comportamentos agressivos.
- Os indivíduos com S:A: não costumam ter grande consciência dos seus sentimentos (da mesma forma em que também não têm consciência dos sentimentos dos outros). Mesmo no caso de que reconheçam os seus próprios sentimentos, pode acontecer que não se apercebam de que os outros os podem entender e assim sejam capazes de prestar ajuda.

### Estratégias a utilizar

- Tomás precisa que o ajudem a perceber sinais interiores de alerta e a antecipar-se às situações problemáticas. Pode ser útil ter um "guião" ou uma lista de coisas a fazer quando se zanga ou quando fica stressado. Pode mesmo ser necessário escrever-lhas para que as leve consigo. Podem consistir em estratégias que o ajudem a acalmar-se ou a iludir a situação. Tomás necessitará que o animem e que o incitem a utilizar estes "guiões".
- É imprescindível sensibilizar os companheiros de Tomás, para que entendam as suas dificuldades. Também se podem integrar os colegas da turma no "sistema de companheiros colaboradores" ou noutros enfoques mais formais como são os "Círculos de Amigos" (ver Para saber mais - pág. 51 ). Estes enfoques podem contribuir para a aceitação do Tomás. Os seus próprios companheiros também podem servir de modelos para o desenvolvimento de destrezas específicas.

- No caso do Tomás, pode ser uma grande ajuda ter um tempo estabelecido regularmente e fixo, para receber apoio de um professor concreto. Pode ser que também o ajude se tiver possibilidade de contar o seu ponto de vista da história.
- É importante não esquecer estratégias diárias como sejam os prémios e os castigos. As crianças e jovens como o Tomás, agradecem normas explícitas e concretas e que estejam associadas a recompensas estabelecidas atempadamente.

### **Que fazer para evitar as interrupções ?**

*Victor interrompe-me a todo o momento. Isso acontece quer quando falo para toda a turma, quer quando me dirijo a alguém em concreto.*

#### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. têm grandes dificuldades para saber quando intervir nas conversas. É possível que não reconheçam as pausas e os sinais subtis que as convidam a participar.
- Podem-lhes faltar destrezas para comentar ou para seguir os comentários dos seus interlocutores, como forma de entrar na conversa.
- As pessoas com S.A. podem ser tão obsessivas por um tema ou um determinado pensamento que não podem resistir a compartilhá-lo.

#### **Estratégias a utilizar**

- Em situações de grupo, usar um objecto, como uma pedra ou uma bola, de forma a que só a pessoa que a tem é que tem direito a falar.
- Provavelmente será necessário explicar ao Victor, que o momento de intervir na conversa com um comentário, é quando se produz uma pausa. É possível que precise de praticar para reconhecer estas pausas. Os vídeos de programas de televisão podem ser úteis para esta acção.
- No caso de o Victor continuar a ter problemas em reconhecer quando e como intervir na conversa, pode-se combinar um sinal que será utilizado pelos seus interlocutores, quer sejam os seus companheiros ou os adultos que o acompanham, como forma de apoio.

## **Que fazer para evitar a descortesia ?**

*Com frequência, João torna-se desagradável para os outros. Fala como se fosse um adulto ralhando com os outros meninos.*

### **Descritivo para compreensão**

- As crianças com S.A. costumam adquirir as suas destrezas de linguagem copiando bocados da linguagem que ouvem. Isto não só inclui a linguagem dos adultos, mas também copiam a sua entoação e a atitude que adoptam ao falar.
- Muitas pessoas com S.A. carecem de compreensão intuitiva das normas sociais e do que se espera deles em determinadas situações. É possível que tratem os adultos como aos seus companheiros de turma e vice-versa.

### **Estratégias a utilizar**

- Utilizar um "Círculo de Amigos" (ou similar) como um debate no qual os companheiros observam a João como os afecta a sua linguagem.
- João necessitará de oportunidades para observar como falam e interagem os seus companheiros com os outros. Além disso ,deverá ser ajudado a ensaiar e tentar estratégias baseadas nestes modelos.. O vídeo pode ser útil no caso em que as situações "em directo", pareçam ao João demasiado stressantes.
- Pode ser útil mostrar ao João vídeos de si mesmo, interagindo de forma incorrecta, fazendo realçar a forma correcta de se comportar, e dando oportunidade a novas exemplificações. Há que fazê-lo com muito cuidado para não abalar a sua auto-estima.

# CAPÍTULO II - A COMUNICAÇÃO

## Dificuldade para seguir instruções

*Quando um adulto dá ordens a um grupo de crianças, Salvador parece estar escutando, contudo não consegue fazer o que foi ordenado, sem imitar os outros.*

### Descritivo para compreensão

- Algumas pessoas com S.A. não conseguem assimilar as ordens de grupo, quiçá porque não entendem que eles são parte do grupo e que as ordens se dirigem também a eles.
- Alguns sabem fingir muito bem que estão escutando, para evitar que se lhes chame a atenção.
- Outros têm capacidades de compreensão limitadas. Isto implica que não entendem a linguagem dos adultos quando se dirigem a um grupo (ver Compreender a linguagem dos adultos - pág. 18 ).
- Algumas pessoas com S.A., desenvolvem uma série de estratégias alternativas para acertar o passo quando são incapazes de seguir ordens de grupo. Uma estratégia muito comum é imitar o que fazem as outras crianças, o que encobre graves problemas de compreensão.
- Às vezes a escassa motivação faz com que estas crianças e jovens não façam o esforço adicional requerido para escutar atentamente e processar as ordens.

### Estratégias a utilizar

- Salvador pode necessitar que lhe repitam individualmente as ordens de grupo. Esta incumbência pode ser efectuada por várias pessoas: (a) o adulto que tem a tarefa de prestar apoio a Salvador; (b) a pessoa que deu as ordens; (c) um companheiro. É muito importante que Salvador aprenda a responder às ordens provenientes de pessoas diversas (ver Desenvoltura para os trabalhos: Excesso de dependência - pág. 46 ).
- Pode ser suficiente que o adulto antes de dar as ordens, chame por Salvador, para que este saiba que está incluído no grupo.



- Comprovar, em situações informais, que Salvador entende a linguagem que se usa nas situações de grupo. No caso de não entender, deve-se tentar reduzir o nível de dificuldade, utilizando frases mais curtas, com palavras-chave e evitando orações complexas. Isto beneficiará não só Salvador, como a todos os do grupo.
- A imitação da resposta dos outros a uma ordem de grupo, deve fomentar-se, juntamente com as estratégias sugeridas anteriormente.

## **Compreender a linguagem dos adultos**

*Lourenço parece muito inteligente e tem um vocabulário excelente, porém quando explico algo na aula, parece não perceber nada.*

### **Descritivo para compreensão**

- As crianças com S.A. costumam ter boa memória e podem adquirir um vocabulário muito extenso. Isto pode fazer com que as pessoas sobrevalorizem a sua compreensão da linguagem e em especial a sua capacidade para entender os conceitos abstractos. De facto, poucas vezes operam a um nível concreto no seu pensamento e no seu entendimento da linguagem.
- Prestar atenção às ordens ou explicações de grupo, pode ser especialmente difícil. É possível que não captem os aspectos relevantes do que acontece e que se distraiam com detalhes pouco essenciais.
- As crianças com S.A. terão mais dificuldades em entender as explicações ou ordens, quanto maiores estas forem e quanto mais abstractas sejam as ideias subjacentes.
- A pessoa que padece de S.A., costuma entender a linguagem de forma muito literal. A linguagem idiossincrática, as metáforas e determinados usos da linguagem, como as piadas ou o sarcasmo, correm o risco de serem interpretadas literalmente.
- As dificuldades sociais que experimentam as crianças com S.A., podem afectar também o seu entendimento da linguagem. Ainda que entendam as palavras, podem não captar a intenção ou mensagem do seu interlocutor. Este problema concreto com a linguagem, faz com que as crianças com S.A. sejam mais vulneráveis às brincadeiras, já que, por exemplo, no caso do sarcasmo, se transmite uma ideia com as palavras e outra diferente com os gestos não verbais.
- Estas dificuldades pioram quando além do mais se tentam controlar problemas de comportamento. O que na realidade se quer dizer, pode ser obscurecido pelos

sinais não verbais e pela emoção acrescida que os adultos utilizam instintivamente ao falar.

### **Estratégias a utilizar**

- Deve-se tentar atrair a atenção de Lourenço, *antes* de lhe falar (especialmente quando se quer dar ordens concretas). Em Situações de grupo, deve-se tentar colocá-lo o mais próximo possível de quem está dando a ordem e motivá-lo (com uma possível recompensa) para que preste atenção. Há que pronunciar o seu nome antes de dar a ordem.

- Pode ser útil, para conseguir e motivar a sua atenção, utilizar algum assunto que lhe interesse, como por exemplo: "mais tarde falaremos sobre relógios, mas antes quero que faças ....."

- É útil fazer uma reflexão prévia sobre como organizar as ordens e explicações:

- resumir os pontos principais com antecedência (inclusivamente elaborar uma lista)

- avisar antes de chegar aos pontos principais

- repetir e resumir

- organizar e dividir a informação em secções coerentes

- tentar ser explícito, estabelecendo ligações com os conhecimentos prévios acerca dos temas que se tratam na escola

- É aconselhável controlar a velocidade da fala, assim como utilizar pausas para que a criança possa processar a informação.

- Os gráficos e desenhos podem ajudar muito as crianças como Lourenço. Alguns conceitos e informações podem-se representar de forma gráfica e num estado mais avançado em forma de diagramas e palavras-chave.

- Ainda que seja difícil, é necessário tentar uma linguagem o mais simples possível, com frases curtas e directas e ligações lógicas e explícitas entre cada ideia. Em caso de necessidade, podem-se utilizar sinónimos mais esclarecedores.

- Se se vai utilizar linguagem especializada, abstracta ou não literal, é conveniente avisar o Lourenço pessoalmente, antes de o encontrar já embrenhado no seu trabalho com o grupo.

- Lourenço também tem que colaborar. É especialmente importante que aprenda a controlar a sua atenção e compreensão. Terá que se lhe dizer o que deve fazer, se perde o fio à meada ou se não entende algo, assim como incitá-lo a fazer perguntas para esclarecer dúvidas.

- No caso em que seja necessário corrigir um mau comportamento de Lourenço, deverá ser utilizada uma linguagem o mais simples possível e em tom neutro. Dizer-lhe claramente o que fez mal, o comportamento que se espera dele e tornar bem claras as consequências. Deverá ser comprovado a seguir, se ele entendeu. Neste tipo de explicações é necessário ser muito mais directo e concreto do que em situações normais. Explicações longas sobre um determinado comportamento desajustado e as tentativas de o fazer entrar na razão, podem ser contraproducentes.

- Algumas crianças com S.A. ouvem e entendem melhor se não olharem para o seu interlocutor, uma vez que os sinais não verbais os podem confundir ou distrair. É melhor não insistir em que a criança olhe para o interlocutor enquanto este fala (sempre que se tenha a certeza de que está a ouvir).

- Se se conta com a ajuda de um auxiliar, é conveniente utilizar esta pessoa como intérprete, especialmente para as ordens ou explicações longas.

## **Interpretações literais**

*Júlio interpreta tudo à letra. Quando atende o telefone e alguém diz «a tua mãe está aí ? » Ele responde «sim», mas no entanto não a vai chamar.*

### **Descritivo para compreensão**

- É muito normal que as pessoas com S.A. interpretem de uma forma muito literal e concreta o que dizem os outros.

- As expressões de fala (ex.: esticar as pernas), o humor e a ironia, provocam problemas.

- Na escola é muito normal que se utilizem formas indirectas de fala (mais corteses), como por exemplo: " Poderias recolher os livros ?" ou " importar-se-iam de fazer... ? ". Na realidade são ordens, mas podem ser consideradas perguntas pela pessoa com S.A..

- Parte desta dificuldade é causada por problemas no momento de interpretar as intenções e motivações do interlocutor. Isto pressupõe encontrar o sentido das indicações não verbais e em grande parte pôr-se no lugar do interlocutor.

## **Estratégias a utilizar**

- Seria quase impossível e até pouco natural deixar de utilizar todas estas expressões idiomáticas e formas coloquiais. É importante, sem dúvida, comprovar o que foi dito e voltar a estruturar a frase em caso de necessidade. Por exemplo: "Dá-me cinco minutos" poder-se-ia reestruturar assim: " Falarei contigo às oito horas, quando acabar de ver este programa ".
- Quando se querem dar ordens importantes, é conveniente utilizar frases simples, breves e directas. Dar ênfase ao que se quer em vez de ser ao que não se quer (ex.: "calados, por favor " em vez de " não quero ouvir mais barulho, obrigado" ).
- Animar o Júlio, para que controle a sua compreensão. Explicar-lhe o que deve fazer quando não compreender algo.
- Ensinar ao Júlio o significado das expressões idiomáticas mais utilizadas (ex.: em fila; dentro de um minuto, etç. ).
- Júlio pode não entender o humor e as piadas. Começar no nível em que ele se encontra, mas contudo desaconselhá-lo a utilizar aquele tipo de brincadeiras, porque pode utilizá-las de modo desajustado.

## **Excesso ou ausência de gesticulação**

*Quando Ricardo fala comigo, a sua postura é rígida, parece um soldado, mantém os braços nos flancos e esticados, fala de forma monótona e o seu rosto não denota qualquer expressão.*

## **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. têm problemas com todos os aspectos de comunicação, verbal ou não verbal.
- Têm frequentemente problemas para interpretar e captar a linguagem corporal e as expressões faciais das outras pessoas, assim como têm problemas para utilizar estas formas de comunicação de modo espontâneo e apropriado.
- As pessoas com S.A. precisam de aprender as destrezas de comunicação não verbais que se utilizam no dia a dia. É provável que seja difícil para eles a aprendizagem destas destrezas e a sua utilização flexível e espontânea.

## **Estratégias a utilizar**

- Podem-se explicar as dificuldades sentidas por Ricardo aos seus companheiro de turma e fomentar um comportamento mais tolerante para com ele. É aconselhável obter a autorização do Ricardo e dos seus pais, antes de o fazer.
- Utilizar a lista e as sugestões de ensino propostos no livro "Social Use of Language Programme (Programa para o Uso da Linguagem de Relação Social) [Rinaldi, NFER] para trabalhar algumas competências específicas. Se possível organizar um grupo de apoio entre iguais, como são os Círculos de Amigos. Podem-se utilizar estes para que sirvam de exemplo (ver Para saber mais - pág. 51 ).
- Ter o cuidado de ensinar a Ricardo estratégias mais apropriadas a um contexto real, por exemplo o pátio do recreio ou durante as actividades da escola.
- Se Ricardo gesticula muito, podem-se ensinar-lhe algumas estratégias simples para que resolva a situação, como meter as mãos nos bolsos, segurar algo nas mãos, etc. .
- Incentivar o Ricardo a tomar parte em tantas actividades sociais, excursões e grupos, quantas forem possíveis. Reconhecer as suas competências verbais nas conversas e incorporá-lo na actividade grupal na maior medida possível.

## **Falar demasiado alto ou demasiado rápido**

*Manuel fala tão alto que envergonha qualquer um que esteja a falar com ele.*

### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. em grande parte das vezes não compreendem muito bem o que as outras pessoas sentem ou pensam e não entendem que o seu comportamento pode envergonhar aqueles com quem se encontra.
- O mais provável é que estas pessoas tenham dificuldade em captar as expressões não verbais e a linguagem corporal, como a vergonha nas outras pessoas.
- Podem não ter apreendido as "normas" sociais de comunicação implicitamente, como fazem a maioria das pessoas. É muito provável que não reconheçam que o seu comportamento social está fora do lugar ou é inadequado.
- O volume de voz inadequado pode indicar que a pessoa com S.A. está ansiosa nessa situação.

- As pessoas com S.A. podem falar demasiado baixo ou alto, demasiado rápido ou devagar.

### **Estratégias a utilizar**

- Em primeiro lugar, assegurar-se de que a sua audição é correcta.
- Modular o volume habitual de voz que se deseja que o Manuel utiliza e proporcionar oportunidades para ele praticar.
- Aumentar o leque de situações em que lhe seja possível praticar com o volume adequado. Começar por aquelas em que lhe seja mais fácil controlar o seu volume até aquelas em que tenha mais dificuldades.
- Utilizar uma indicação, por exemplo um gesto, que indique ao Manuel que está a falar demasiado alto.
- Utilizar um gravador ou um vídeo para gravar o Manuel. Confrontá-lo com a gravação e pedir-lhe que avalie o seu volume. É conveniente utilizar esta técnica com cuidado, para não afectar a sua auto-estima.
- Recompensá-lo por falar com o volume adequado.

### **Perguntas repetitivas**

*Jaime faz a mesma pergunta uma e outra vez, durante semanas. Quando não consegue a resposta que quer, fica muito zangado enquanto não a conseguir.*

### **Descritivo para compreensão**

- Alguns jovens com S.A., são muito rígidos nas suas conversas e gostam de ouvir a mesma resposta uma e outra vez. Por exemplo, se a pergunta é: "Quando se ligam os faróis ? " e querem a resposta: " Quando escurece", ficam extremamente irritados, se se lhes dá uma resposta alternativa, como: "Quando se faz noite" .
- Alguns podem utilizar as perguntas repetitivas para manter a palavra ou para conseguir manter a conversa com alguém. É possível que não tenham a destreza para conduzir a conversa de forma mais natural.

- Para algumas pessoas com S.A., fazer perguntas repetitivas pode aliviar a ansiedade, especialmente quando estas estão relacionadas com o que se vai passar ao longo do dia.

### **Estratégias a utilizar**

- Para começar, é aconselhável respeitar a intenção de comunicação de Jaime e dar-lhe tempo para que faça as suas perguntas sempre que necessite. Isto pode servir como tranquilizante e permitir-lhe-á manter mais adiante uma conversa de maior utilidade.

- Oferecer e ensinar ao Jaime o uso de estratégias de relaxamento adequadas, como por exemplo, escutar música com um walkman, fora do cenário da escola, ler o seu livro favorito ou utilizar um jogo que alivie o seu stress ou qualquer outra coisa oportuna.

- Proporcionar informação visual como um horário, para que o Jaime saiba o que o espera durante o dia e assim não precise de perguntar.

- Trocar ou modular gradualmente as respostas a perguntas obsessivas. Por exemplo, como a resposta habitual à pergunta: "já me posso ir embora ?" é "sim, podes", acompanhá-la de consentimento com a cabeça ou com um gesto das mãos e gradualmente reduzir a resposta verbal, até que um gesto seja suficiente.

- Utilizar as perguntas repetitivas do Jaime, como oportunidade de aprendizagem. Por exemplo, dizendo-lhe que se responderá à sua pergunta, depois de ter executado uma ordem.

- Racionar gradualmente o tempo de que se disporá para responder às suas perguntas repetitivas, por exemplo: " Não te posso responder agora, mas posso falar contigo às onze horas, durante cinco minutos ". É muito importante que se cumpram este tipo de promessas.

- Permitir este tipo de perguntas só em determinado local, por exemplo, no pátio do recreio. É importante que tenha acesso a este lugar várias vezes ao dia.

- Tentar ser explícito ao limitar estas perguntas e convidá-lo a participar numa conversa mais adequada, por ex.: " Esta pergunta é aborrecida. Por que é que não me perguntas outra coisa ? " ou " fala-me sobre ... " (ver também Temas de conversa obsessivos - pág. 25 ).

# CAPÍTULO III - IMAGINAÇÃO E RIGIDEZ

## Temas de conversa obsessivos

*É muito difícil conversar com Miguel, porque só sabe falar de relógios ! É tão chato !*

### Descritivo para compreensão

- Falar sobre um interesse obsessivo, excluindo todos os outros assuntos e sem se preocupar com o interesse do ouvinte, é uma característica comum às pessoas com S.A. .
- Este tipo de obsessão, como outros tipos de rituais, pode ter como função reduzir a ansiedade.
- Por outro lado, pode acontecer que Miguel faça isto porque quer participar na conversa, mas não sabe como fazê-lo.

### Estratégias a utilizar

- É importante compreender as razões pelas quais fala sem parar sobre o tema e começar também a reduzir a frequência com que o tema se apodera dos seus pensamentos e conversas. Assinalar " momentos especiais " em que pode falar sobre os seus interesses e dissuadi-lo a falar sobre isto noutros momentos.
- Pode-se usar como incentivo para terminar as suas tarefas, a oportunidade de falar sobre o seu tema favorito..
- Se a conversa obsessiva é uma maneira de o Miguel vencer a sua ansiedade, devem-se encontrar outras formas de o ajudar. Pode ser que seja possível eliminar algumas das causas da sua preocupação ou oferecer-lhe métodos alternativos, menos intrusivos para se relaxar.
- Elogiar Miguel e mostrar que se lhe presta atenção, quando **não** está a falar dos seus interesses (mesmo que só o consiga durante um curto período de tempo).
- Tentar usar o seu interesse em falar sobre os seus temas favoritos, como forma de desenvolver o conhecimento sobre os mecanismos de conversa e de resposta num tema concreto.



- Ensinar ao Miguel quando e com quem é adequado falar sobre relógios. Há que ser muito explícito.
- Se o tema de obsessão é socialmente adequado, tentar criar oportunidades para que Miguel fale sobre ele com outras pessoas que partilhem os seus interesses.
- Com o consentimento do Miguel ( e possivelmente com a sua participação), ensinar aos colegas da turma, como lhe devem dizer claramente quando já estão fartos de um tema em concreto ( pode ser útil uma palavra-chave ou um sinal acordado previamente para que toda a gente o use).

### **Insistência em cumprir as regras**

*Sérgio cumpre as regras perfeitamente. Nas situações em que as outras crianças saltam por cima das normas, ele adopta um papel de adulto e ralha-lhes.*

### **Descritivo para compreensão**

- As normas explícitas criam limites úteis e servem de guia às pessoas com S.A. .
- Devido a uma inflexibilidade de pensamento, as pessoas com S.A. podem não se dar conta de que há momentos e situações em que as normas podem não se cumprir, podem ser negociadas ou podem ser quebradas.
- Alguns podem não ver o ponto de vista de outra pessoa e não são capazes de entender por que é que não se cumpriu a regra escrupulosamente.
- As crianças com S.A. precisam sentir ordem e estabilidade. Se as normas mudam ou parecem flexíveis, podem sentir ansiedade. A única estratégia pode ser a de adoptar o papel de adulto, inadequado para eles.

### **Estratégias a utilizar**

- É necessário estar consciente de que Sérgio vai cumprir escrupulosamente qualquer regra. Por isso é importante pensar cuidadosamente em como se formalizam em palavras as normas e dotá-las de algum tipo de flexibilidade.
- Tendo em conta que Sérgio vai ter dificuldades em compreender porque é que as normas nem sempre se cumprem, é melhor assegurar-se de que alguém lhe explicará bem a situação, com especial relevância o porquê de as pessoas actuarem dessa maneira.

- Explicar cuidadosamente ao Sérgio, que os seus colegas não aceitam que adopte o papel de adulto e que lhes ralhe. Falar com ele sobre modos alternativos de expressar e controlar a sua preocupação. Praticar estas alternativas e incentivar a sua utilização em situações adequadas.

- Escrever para o Sérgio uma série de "Relatos Sociais" para lhe explicar porque é que as pessoas por vezes não cumprem ou passam por cima das normas (ver Para saber mais - pág. 51 ).

## **Fobias**

*Os cães aterrorizam Susana. Chegou ao ponto de não querer sair de casa, nem mesmo ao jardim.*

### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. costumam relacionar as situações de forma muito rígida, baseadas simplesmente numa única experiência que tenham tido. Se algum aspecto de uma situação ou experiência lhes causou angústia no passado, então uma situação semelhante causar-lhe-á a mesma reacção. O seu medo também se poderá estender a outras situações muito diferentes.

- Como com todas as fobias, evitar continuamente a causa do medo, faz com que este se torne desproporcionado e a pessoa nunca chega a compreender que, por exemplo, a maioria dos cães são inofensivos.

### **Estratégias a utilizar**

- Em primeiro lugar, é importante averiguar, se possível, o que é que Susana não gosta exactamente nos cães. Se é o pelo, o ladrar, o rabo, etc. . Para isso o melhor é perguntar a Susana directamente. A maioria das pessoas com S.A. são capazes de nos falar dos seus medos, mas às vezes esquecemo-nos de lhes perguntar. Visto na perspectiva de Susana, a sua fobia com os cães pode ser racional e compreensível. No caso de a Susana não ser capaz de falar sobre os seus medos irracionais, podem-se seguir. Em linhas gerais, as estratégias apresentadas a seguir.

- Uma vez entendida a fobia de Susana, há que estabelecer metas realistas. Pode ser que não seja realista conseguir que Susana chegue a tolerar o contacto físico com os cães, mas sim que os consiga ver à distância, sem sentir terror.

- Há que tentar dessensibilizar Susana da sua fobia. O princípio básico deste processo é a exposição de forma muito gradual à fonte de ansiedade enquanto se tenta mantê-la relaxada. Na prática, isto poderia consistir em deixar a Susana fazer uma actividade agradável ( como comer um gelado ou brincar com o seu jogo preferido) enquanto escuta uma gravação, com volume baixo, de um cão a ladrar. Continuadamente, podem-se ir introduzindo gradualmente no processo, fotografias e vídeos, para chegar finalmente a encontrar-se com um cão à distância. É imprescindível deixar que Susana siga este processo no seu ritmo e continuar a proporcionar-lhe experiências agradáveis e relaxantes, enquanto é exposta à causa dos seus medos.

- Um " Relato Social " pode ser útil para modificar as expectativas de Susana sobre os cães e para lhe ensinar a reagir na sua presença ( ver Para saber mais - pág. 51 ).

## **Mudar a forma de fazer as coisas**

*Hugo gosta que tudo se faça com uma determinada ordem. Se tento mudar a sua rotina, fica muito desgostoso.*

### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. têm dificuldade para prever o que se vai passar. Por causa disso, alguns insistem em que tudo ocorra numa ordem estabelecida. Esta ordem proporciona um sentimento de segurança e de bem estar e se esta rotina se altera, o sentimento de segurança vê-se ameaçado e causa, portanto, ansiedade.

- Algumas pessoas com S.A. têm a necessidade imperiosa de terminar algo, uma vez que começaram. Este hábito compulsivo é prioritário sobre qualquer coisa que, em seu lugar, deveriam estar a fazer, e poderá desgostá-los imenso se não o puderem terminar.

### **Estratégias a utilizar**

- Tentar reduzir pouco a pouco a duração de alguma das actividades rotineiras do Hugo. Pode-se começar com um dos passos da actividade. Pode ser útil utilizar um sinal artificial como um alarme (despertador), para assinalar o fim desse passo em concreto. No princípio, este passo deveria ter a sua duração habitual e logo que o Hugo tenha assimilado o sinal como parte da sua rotina, ir encurtando pouco a pouco o intervalo.

- Se a actividade rotineira parece ter muitos passos e fases, tentar eliminar o passo mais curto e que aparentemente tenha menor importância. Para o Hugo pode-se tornar mais fácil assimilar isto, se se lhe fornecer um horário em que os passos menos importantes não estão incluídos ( ver Preparar-se para as mudanças - pág. 29 ).
- Quando o Hugo se sentir bem com este horário, podem-se ir eliminando gradualmente, passos da rotina. Neste momento também vale a pena introduzir pequenas variações em alguns passos, de forma a incentivá-lo a ser mais transigente com as mudanças.
- O Hugo não se importará de deixar uma actividade e voltar a ela mais tarde, sempre que se lhe garanta que o poderá fazer, devido á sua dificuldade para prever as coisas. Se for possível, marcar um horário, indicando quando poderá terminar com exactidão o que estava fazendo.

## **Preparar-se para as mudanças**

*Se fazemos algo inesperado ou não seguimos a sua rotina, Soraia faz uma birra.*

### **Descritivo para compreensão**

- Muitas crianças com S.A., parecem necessitar das rotinas, preparando-as mesmo elas próprias. Às vezes " prisioneiras " de determinadas rotinas quotidianas.
- As alterações nestas rotinas podem causar grandes problemas. É como se se assustassem pela incerteza de não poderem prever o que vai acontecer a seguir.
- As actividades inesperadas, podem causar os mesmos problemas. Sem dúvida que algumas pessoas com S.A. parecem assimilar as grandes mudanças, como a mudança de casa ou umas férias no estrangeiro, contudo não conseguem aceitar mudanças de menor importância.

### **Estratégias a utilizar**

- Respeitar a necessidade de rotina de Soraia e fazer um horário com indicações chave. Por exemplo:

1 . Atribuir uma palavra determinada, um desenho ou um símbolo para cada fase da rotina quotidiana. Colocar cada um numa tarjeta individual, colocando-as em seguida todas ordenadas num álbum de fotos.

2. Habituar Soraia a retirar a tarjeta correspondente, no início de cada actividade e a guardá-la até ao final. Ajudá-la a entender a relação entre cada tarjeta e a actividade a que corresponde.

3. Logo que entenda a relação entre as tarjetas e as actividades, colocar as tarjetas na ordem em que vais ser seguida a rotina durante meio dia. Mais adiante fazê-lo com um dia inteiro.

4. Antes de começar uma actividade, retirar a tarjeta e especificar o que se vai fazer e o que ocorrerá a seguir.

5. Logo que Soraia se tenha acostumado ao horário, podem-se ir introduzindo uma ou duas alterações na actividade. Assinalá-las com bastante antecedência. O facto de avisar com antecedência o que se vai passar, pode ajudá-la a assimilar a mudança. É especialmente importante que cada tarjeta represente actividades separadas, para poder inserir na rotina familiar as tarjetas das novas actividades.

- Pode custar a Soraia aceitar com antecedência algumas mudanças, especialmente quando pressupõe novos lugares ou novas pessoas. As gravações de vídeo ou as fotografias, podem ajudá-la a preparar-se.

- Pode ser útil que Soraia leve algo que lhe é familiar, para a nova situação, tal como fazem as crianças pequenas com os seus peluches.

- Usar uma linguagem simples e precisa para explicar o que está a acontecer e dizer a Soraia o que acontecerá depois da actividade imprevista.

# CAPÍTULO IV- DIFICULDADES SENSORIAIS E MOTORAS

## Reacções aos sons desajustadas

*Quando Adriano entra no refeitório da escola ou num café cheio de gente ruidosa, corre para um canto, tapa os ouvidos com as mãos e move-se ritmicamente para a frente e para trás: recusa-se a escutar e fala continuamente enquanto estou falando com ele.*

### Descritivo para compreensão

- Uma característica muito comum nas pessoas com S.A., é a hipersensibilidade a ruídos específicos ou reacções desajustadas perante os mesmos.
- Alguns desconcentram-se e irritam-se com os ruídos do ambiente, por exemplo, o ruído da cortadora de jardim, um avião que passa, uma lâmpada fluorescente que produz um zumbido na aula.
- Algumas pessoas com esta síndrome, tapam os ouvidos com as mãos, outras brincam com o que têm sobre a mesa, outros interrompem com frequência e outros cantarolam em voz baixa. Tudo isto são mecanismos para afugentar o som que as perturba..
- Alguns distraem-se com facilidade e têm dificuldade para prestar atenção quando ouvem de perto os ruídos que os angustiam. Estes ruídos podem mesmo ser dolorosos.

### Estratégias a utilizar

- Eliminar o maior número possível de ruídos estranhos e solucionar os ruídos específicos, por exemplo, os pés das cadeiras, que chiam porque perderam os tacos de borracha.
- Colocar a mesa do refeitório um pouco mais afastada das outras e deixar que o Adriano coma com alguns dos seus companheiros que sejam compreensivos e que o ajudem.
- Utilizar o que denominamos " Relato Social" (ver Para saber mais - pág. 51 ), para ensinar ao Adriano o que vai acontecer, a duração da refeição e o que se passará quando terminar a refeição, explicando-lhe que o ruído se produz de forma natural e não com o fim de o incomodar ou magoar. Depois da refeição, permitir-lhe alguma das suas actividades preferidas, para o ajudar a superar isso.

- Haverá sempre certos ruídos e sons no ambiente que o perturbarão. É necessário expô-lo gradualmente a estes estímulos para aumentar a sua tolerância e a sua capacidade para responder adequadamente, quando ocorrerem (ver Imaginação e rigidez : Fobias - pág. 27 ).

### **Reacções desajustadas ou má interpretação do contacto físico**

*Alice gosta das pessoas e toma parte activa na turma, no entanto se alguém por acidente choca com ela, lhe toca enquanto fala ou lhe dá um abraço, ela põe-se a gritar e a bater.*

#### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. costumam dar uma resposta exagerada e desproporcionada ao contacto físico. É natural que não gostem da sensação de certos tipos de tacto, em determinadas situações. Quando outra pessoa lhes toca de forma imprevista, respondem com medo ou fugindo.
- As pessoas com S.A. até podem gostar da pessoa que as abraça, mas não no contacto físico repentino.
- Alguns gostam do contacto físico, se a iniciativa é sua, mas têm dificuldade para o aceitar quando são as outras pessoas que o iniciam.
- Também pode ser difícil para um jovem com S.A. descobrir o que é que na realidade significa o contacto físico. Pode ser que a Alice não reconheça que a outra pessoa está a tentar ser amigável ou simplesmente a chamar a sua atenção.

#### **Estratégias a utilizar**

- Aproximar-se de Alice de frente e avisar verbalmente o que se vai passar, ex.: " Alice, fizeste muito bem esse trabalho, dá cá mais cinco " .
- Com autorização de Alice e de seus pais, falar com a turma sobre as dificuldades da Alice com o contacto e incentivá-los a mostrar tolerância e compreensão. Discutir a forma de responder quando ela reage desta maneira.
- Comentar sempre com Alice o incidente depois de ocorrido. Utilizar uma linguagem clara e simples, explicando porque é que surgiu a situação e comentando as alternativas disponíveis, motivando-a para reacções cada vez mais adequadas.

- Ensinar a Alice algumas técnicas de relaxamento para a ajudar a superar os incidentes. Podem consistir em exercícios respiratórios ou em frases estabelecidas que se utilizam para aliviar o stress ou a ansiedade.
- Encenar situações e praticar respostas mais adequadas para a ajudar a estar confortável com os contactos imprevistos.
- Deixar que se sente no fim da mesa ou perto do grupo, mas ligeiramente afastada. Pode necessitar de bastante espaço, para se sentir satisfeita. Durante as reuniões, deixar que se sente no final ou no princípio de uma fila da turma.
- Em algumas escolas, é possível oferecer sessões de massagens e aromaterapia. Podem-se massajar as extremidades que são as zonas com que Alice se poderá sentir mais aliviada. Esta actividade tem que ser efectuada por pessoas com quem Alice se sente segura e cómoda e deve ser feita de acordo com os procedimentos de protecção de menores.

### **Hipersensibilidade aos estímulos visuais**

*Emília fecha os olhos quando entra numa turma cheia de gente. É como se não pudesse escolher para onde dirigir o olhar e não aguenta o todo.*

#### **Descritivo para compreensão**

- Algumas pessoas com S.A. olham para as pessoas como se não as vissem e evitam olhar-lhes nos olhos.
- Podem parecer desastradas e impacientes e frequentemente hesitam no momento de subir ou descer degraus ou beira do passeio. Não costumam prestar atenção aos seus companheiros e no entanto são capazes de localizar pequenos papeis no chão, que inspeccionam com atenção, prolongada e cuidadosamente. Parece que lhes custa determinar que parte da informação visual é relevante e não conseguem ver o quadro completo.
- Algumas pessoas com S.A. afirmam que as palavras escritas na lousa, se vão juntando até se converterem num barulho sem sentido.
- Pode acontecer que as pessoas com esta síndrome não tolerem as luzes brilhantes e intermitentes ou a luz do sol e que fiquem bastante mais relaxadas numa sala obscura. Algumas luzes podem mesmo ser-lhes dolorosas



## **Estratégias a utilizar**

- Proporcionar a Emília uma zona de trabalho sem distrações. Consegue-se isto, virando a sua carteira para a parede, para limitar os estímulos visuais. É muito importante que só se utilize esta zona de trabalho quando se pretende que Emília trabalhe sozinha. Noutras ocasiões, deve ser mais um membro do grupo.
- Limitar as distrações visuais do ambiente que a rodeia, tornando-o o mais estruturado possível. As zonas e as folhas de trabalho e os espaços de exposição, não deverão consistir numa acumulação de informação visual desordenada.
- As folhas de trabalho deverão ser diferenciadas, para evitar saturação e ao mesmo tempo proporcionar informação visual útil, como por exemplo - onde começar; onde terminar; onde colocar as respostas, etc. .
- Nas situações em que se preveja que Emília vai estar inundada de estímulos visuais, sugerir-lhe que se concentre em algumas coisas concretas. Isto pode-se fazer com uma gravação em vídeo de uma situação e ir assinalando o que é relevante e ao que deverá prestar atenção.
- Falar com Emília sobre as suas dificuldades na utilização dos estímulos visuais. Pode proporcionar-lhe uma visão introspectiva do que pode sentir e da conversa podem-se delinear algumas estratégias pessoais.
- Se Emília tem problemas para estabelecer contacto visual, o melhor é respeitar isso. No entanto, é conveniente ensinar-lhe formas socialmente aceitáveis de manter um mínimo ou nulo contacto visual. Por exemplo, quando um professor fala para Emília, sempre será mais correcto que olhe para ele de vez em quando e olhar logo para baixo, do que olhar para cima ou por trás do ombro.

# CAPÍTULO V - DIFICULDADES EMOCIONAIS

## Desenvolvimento do auto-controlo

*Porque é que Bernardo se zanga sempre , quando não parece haver nenhuma razão ?*

### Descritivo de compreensão

- A maioria das pessoas com S.A. tem problemas para entender os motivos e as intenções dos outros. Em situações menos estruturadas, lidar com outras pessoas torna-se muito stressante. Em algumas ocasiões, esta tensão pode-se libertar sob a forma de explosões de cólera.
- O desenvolvimento emocional das crianças com S.A. tende a ir a um ritmo mais lento. Frequentemente reagem de um modo que é mais próprio de crianças muito mais pequenas.
- As crianças com esta síndrome estão pouco preocupadas com as opiniões que as outras pessoas têm sobre elas e muitas vezes não entendem como é que na perspectiva dos outros, eles conseguem perceber o seu comportamento. Isto origina que tenham menos tendência a inibir o seu próprio comportamento.
- As crianças como Bernardo costumam querer ter amigos, mas custa-lhes muito estabelecer ou manter uma amizade. As explosões de raiva são às vezes uma reacção às frustrações e desilusões, que experimentam nesta área.
- Algumas crianças com S.A. meditam profundamente sobre coisas que lhes aconteceram, ou revivem incidentes que aconteceram já há algum tempo. Podem ter uma fixação com danos morais sofridos, quer sejam estes reais ou imaginários. Este mal estar pode então libertar-se com reacções atrasadas muito intensas.

### Estratégias a utilizar

- Pode ser mais fácil modificar alguns aspectos do meio envolvente do que mudar o modo de pensar e de sentir do Bernardo. Procurar os motivos destas reacções e verificar se estas podem ser evitadas ou modificadas. Esta técnica pode implicar trabalhar com outras crianças, utilizando enfoques como os " Círculos de Amigos " (ver Para saber mais - pág. 51 ).
- Bernardo necessitará de ajuda para reconhecer quando está a começar a zangar-se. Pode ser que as estratégias de auto-relaxamento resultem bem ou então recorrer a uma rotina, para evitar as situações que originam uma provável perda de

controle. Isto requer treino e Bernardo necessitará que lhe dêem indicações ao introduzi-lo em situações de vida real (ver *Relações Sociais: que fazer quando se rompem as amizades?* - pág. 13 ).

- É importante falar com Bernardo depois de cada incidente. Para que a discussão se mantenha calma, simples e relacionada com os factos, não é preciso ter qualquer ligação com qualquer tipo de sanção. Procurar identificar as fases iniciais do incidente e apresentar formas em como a dificuldade podia ter sido resolvida ou evitada.

- Não esquecer de oferecer incentivos positivos pelo auto-controle exercido (por cada dia, meio dia ou mesmo meia hora em que **não** tenha havido uma birra ).

## **Ansiedade**

*Eduardo preocupa-se muito com o que vai acontecer. Faz perguntas uma e outra vez e desmorona-se se tiverem de ser alterados os planos.*

### **Descritivo de compreensão**

- À maioria das crianças com S.A., custa-lhes muito prever o que vai acontecer.

- Alguns fazem depender a sua segurança emocional das rotinas e da repetição.

- Alguns repetem as perguntas para se assegurarem de que a resposta vai ser sempre igual ou porque ouvir a resposta esperada os faz sentir seguros ( ver *A Comunicação: Perguntas repetitivas* - pág. 23 ).

- Muitas crianças têm dificuldade em identificar e expressar as suas emoções e isto pode provocar-lhes ansiedade.

- A maioria tem problemas em interpretar as expectativas e os motivos dos outros, devido à sua escassa empatia : as situações sociais podem ser especialmente difíceis.

- Há alguns que interiorizam a sua ansiedade, auto-provocando lesões físicas " à posteriori " , por exemplo: morder as mãos.

- A ansiedade de algumas crianças é o resultado de medos que podem ter tido a sua origem em experiências verdadeiramente aterradoras, ex.: alarmes de incêndio. O medo de que esta experiência se repita, pode chegar a dominar a vida da criança, inclusivamente em situações que nada têm a ver com a original.

## **Estratégias a utilizar**

- Tentar proporcionar à criança uma rotina quotidiana consistente, se se comprovar que é útil. A previsibilidade e a estabilidade em seu redor, são muito benéficas para as crianças com S.A.
- Assegurar-se que o Eduardo conhece com antecedência qualquer mudança na rotina estabelecida. Prepará-lo com antecedência suficiente para actividades especiais ou mudanças previstas anteriormente. Pode ser necessário apoiar a explicação verbal com material visual ou impresso, no caso de ser necessária uma maior confiança ( ou no caso de não ter entendido a explicação ).
- Os medos irracionais, costumam responder bem a uma dessensibilização gradual. Dar à criança a oportunidade de se defrontar com o seu medo, mas num cenário onde ela controle a situação e no qual a exposição ao que as assusta está atenuada (ex.: uma gravação de um alarme de incêndios com baixo volume, um vídeo de um cão, etc. ) [ver Imaginação e Rigidez: Fobias - pág. 27 ].
- Procurar no capítulo " Relações Sociais " ideias sobre como dar ajuda ao Eduardo, para entender os outros e as situações sociais correntes.
- As actividades novas precisam de ser introduzidas cuidadosamente. Tentar ser o mais específico possível ao descrevê-las e assegurar-se de que a criança as entende (ex.: um vídeo do que acontece à saída da escola, pode ser bastante mais fácil de entender do que a própria realidade). Às vezes é possível verificar que a criança é mais capaz de assimilar grandes mudanças do que pequenas alterações na rotina familiar.
- Ensinar técnicas para aliviar ou controlar a ansiedade. No mercado, existem jogos que podem ser úteis para aliviar o stress, assim como diversas rotinas de relaxamento.

## **Frustração e mudanças de humor**

*José pode estar bem num momento, vivendo a sua vida apazivelmente e de repente tudo se desmorona e fica muito tenso.*

## **Descritivo de compreensão**

- Algumas crianças com S.A. apresentam níveis de frustração anormalmente altos, devido à sua incapacidade para expressar os sentimentos de modo adequado ou para entender as situações sociais quotidianas.

- Alguns são muito propensos às mudanças de humor que podem estar relacionadas com pensamentos ou comportamentos obsessivos ou que podem ser ocasionados por experiências sensoriais externas, como o ruído ou a luz.
- Algumas crianças parecem seguir um modelo cíclico que determina o seu humor.
- Muitas crianças com S.A. não desenvolvem facilmente a consciência social que inibe o comportamento da maioria das pessoas e podem mostrar frustração se as fazemos esperar ou atrasar o cumprimento dos seus desejos.

### **Estratégias a utilizar**

- Tentar desenvolver o vocabulário emocional de José. Interpretar os seus sentimentos e dar-lhes um nome. José acumulará gradualmente uma memória de experiências emocionais e desenvolverá um conceito amplo do que o conduz a cada emoção e do sentimento que implica.
- Se José é muito obsessivo, tentar delimitar momentos do dia em que possa falar sobre a sua obsessão e até pô-la em prática. As rotinas e obsessões, derivam frequentemente da ansiedade. Tentar eliminá-las, criará inevitavelmente mais frustração.
- Comprovar se as mudanças de humor do José coincidem com dias mais soalheiros com níveis mais altos de ruído. Se assim é, mudá-lo de lugar na turma, pode ser uma ajuda eficaz. Também se podem utilizar vidros escurecidos, para colmatar a sua hipersensibilidade à luz.
- Se as mudanças de humor parecem cíclicas e não têm nenhuma causa externa aparente, pode ser que a criança necessite de ajuda médica. É possível que a criança sofra de uma depressão, coisa frequente nas crianças com certo nível de auto-consciência (ver Depressão - pág. 40 ).
- Avisar o José atempadamente de mudanças na sua rotina, que é provável que lhe causem frustração. Prepará-lo para os momentos em que tenha de esperar ou quando tenha de ser o segundo e não o primeiro da fila. Elogiá-lo se aceitar isso bem. Ir incrementando gradualmente as ocasiões em que tenha que adiar os seus desejos.
- Não esperar que José seja capaz de partilhar espontaneamente os seus sentimentos. Ainda que tenha um certo nível de auto-consciência, pode não se aperceber de que os outros se interessam e preocupam com ele.
- Assegurar-se de que há um responsável para vigiar o bem-estar do José e de que ele saiba a quem pode recorrer para pedir ajuda

## **Auto-consciência**

*Jaime parece cada vez mais consciente de que é diferente dos outros e não pára de perguntar porquê.*

### **Descritivo para compreensão**

- As crianças com S.A. chegam a um momento do seu desenvolvimento em que tomam consciência de que são diferentes dos outros. Isto costuma acontecer a seguir a um período em que são conscientes destas diferenças, mas às quais não dão importância ou cuja causa atribuem aos outros. A constatação das "diferenças" ocorre em momentos distintos, conforme as crianças/jovens. A alguns ocorre quando estão na Escola Primária, enquanto que para a maioria acontece no Secundário, durante a adolescência.
- Compete aos pais a decisão de comunicar ou ocultar aos seus filhos, que têm Síndrome de Asperger. Pode-se sempre colocar aos pais esta possibilidade desde o momento em que vejam que se está a tornar num assunto importante.
- Se se vai dizer ao jovem, é possível que seja necessário o conselho de outros profissionais, para obter a melhor forma de o preparar e de o apoiar.

### **Estratégias a utilizar**

#### **Se o jovem não tem consciência de que tem Síndrome de Asperger**

- Falar com a turma de Jaime, enquanto ele está presente, sobre as diferenças individuais e sobre como podem prestar apoio mutuamente.
- Utilizar sessões de aconselhamento com um adulto escolhido por Jaime, onde seja incentivado a comentar qualquer coisa que o esteja a inquietar.

#### **Se o jovem tem consciência de que tem Síndrome de Asperger**

- Oferecer-lhe com frequência oportunidades para discutir com alguém em quem confie, as implicações da Síndrome de Asperger (ver Para saber mais - para conhecer detalhes sobre "Meu retrato" - pág. 51 ).
- Oferecer oportunidades para o encontro e a discussão da Síndrome de Asperger com outros que também a tenham.
- Proporcionar acesso a material escrito por pessoas com Síndrome de Asperger e por profissionais competentes.

- Oferecer a oportunidade de trocar correspondência com outras crianças/jovens com S.A. .

## **Depressão**

*Óscar tem momentos em que se sente muito em baixo.*

### **Descritivo para compreensão**

- Muitas crianças com S.A. experimentam frequentemente o fracasso e a rejeição em situações sociais. O que os outros fazem de forma natural, para eles é necessário um grande esforço e inclusivamente pode acontecer que as suas tentativas de "compreender " os outros, não tenham nenhum êxito.
- Lidar com algumas crianças com esta síndrome, requer muito tempo e dedicação. Estas dificuldades podem prejudicar a sua relação com os adultos na escola.
- Estas crianças, têm dificuldade para entender como pensam ou se sentem os outros. Frequentemente empenham-se fortemente nisso e ficam muito desanimadas quando não conseguem entender os outros correctamente.
- Alguns apercebem-se que são diferentes e ficam deprimidos porque gostariam de ser como os outros.

### **Estratégias a utilizar**

- Assegurar-se de que haja um responsável encarregue de controlar activamente o bem estar do Óscar e de lhe proporcionar oportunidades para que fale dos seus sentimentos. Deve-se começar a um nível muito básico, como o de desenvolver um vocabulário para os sentimentos.
- Não esperar que o Óscar procure voluntariamente um adulto, para lhe dizer como está. Pode não estar consciente do seu estado ou da utilidade de falar com alguém.
- Tentar envolvê-lo no seu auto-controlo, identificando dias bons e dias maus, para averiguar o que é que influenciou nas distintas situações.
- Desenvolver uma série de estratégias para pedir ajuda, para as utilizar quando se sentir em baixo.

- Estar alerta perante sintomas de dificuldades mais sérias. Vigiar os sinais de deterioração da atenção e da organização, a redução do seu limiar de stress e o isolamento. Se houver necessidade, aconselhar os pais para que recorram a ajuda externa. Pode ser que os pais do Óscar necessitem de comentar a situação com o seu médico de família.

## **CAPÍTULO VI - DESENVOLTURA PARA OS TRABALHOS**

### **Motivação**

*Manuel escreveria livros inteiros sobre voos espaciais, porém, nega-se a fazer seja o que for sobre a época romana.*

### **Descritivo para compreensão**

- Uma característica muito típica da S.A., é um interesse muito intenso num tema específico (e frequentemente muito limitado) e pouco interesse em quase todo o resto.
- As fontes de motivação "sociais" que funcionam com a maioria dos jovens, não costumam ter tanto efeito entre os alunos que sofrem de S.A.: pode ser que não estejam tão interessados em agradar aos outros ou em imitar os adultos que admiram.
- A falta de imaginação pode tornar ineficazes os incentivos a médio/longo prazo e as considerações sobre o futuro (como por exemplo, os resultados de exames, as saídas profissionais, etc.).
- Os jovens com S.A. (especialmente durante a adolescência) podem estar tão preocupados com as suas dificuldades e com os seus sentimentos que não lhes sobram energias para se dedicar ao trabalho.

### **Estratégias a utilizar**

- Se Manuel é relativamente jovem, pode ser possível interligar certas áreas do currículo com o seu interesse pelo espaço. Esta estratégia apresenta maiores dificuldades conforme as crianças vão avançando na escola.



- Vale a pena utilizar qualquer interesse compulsivo como fonte de recompensas e motivação, ex.: "se terminares este trabalho às 10,30h., terás 10 minutos para o teu projecto sobre o espaço".
- As expectativas sobre a quantidade e a qualidade do trabalho a realizar, têm que ser explícitas e detalhadas. É melhor começar com objectivos a curto prazo e ir aumentando gradualmente a sua duração.
- É possível que algum tipo de incentivos externos, sejam úteis. No entanto, há que recordar que é melhor oferecer recompensas pequenas e frequentes e que se deve ter cuidado a escolher as recompensas. É sempre útil investigar os seus gostos, para encontrar possíveis recompensas ou incentivos. A gama habitual de recompensas para a turma, pode não ser eficaz.
- Tentar utilizar sistemas visuais para indicar ao Manuel se está a fazer bem e quanto falta para obter a recompensa escolhida. Isto é especialmente importante quando tiver que superar atrasos significativos.

## **Organização pessoal**

*Cristóvão tem muita dificuldade para ir de uma aula para outra e quando chega, nunca encontra na sua carteira o material adequado para a disciplina.*

### **Descritivo para compreensão**

- As crianças com S.A. costumam ter sérios problemas com a organização pessoal. Podem parecer sobrecarregadas e confusas ao terem que utilizar simultaneamente a linguagem, a estimulação perceptiva e as exigências sociais. Isto pode-nos acontecer a todos em determinadas circunstâncias, mas as pessoas com S.A., parecem ter um limiar de tolerância muito mais baixo.
- Fazer um esforço adicional para se organizar pessoalmente, pode carecer de sentido para o jovem com S.A. . O agradar aos outros, acabar os trabalhos e manejar com desenvoltura determinadas capacidades, tem um escasso desenvolvimento no caso deles.
- Os problemas organizativos, podem aparecer em vários níveis diferentes:
  1. Saber onde se colocar nos espaços abertos e como ir de um lugar para o outro.
  2. Saber onde colocar as respostas nas folhas de trabalho e como organizar os desenhos e o texto numa página em branco.

3. Ter previsto o material adequado a cada disciplina.
4. Conhecer o material que deve trazer para a escola e levar para casa em cada dia.

### **Estratégias a utilizar**

- Dar ao Cristóvão um mapa para que se oriente na escola.
- Dar ajuda ( sobretudo por parte de um companheiro), para circular pela escola.
- Fazer uma lista do que necessite para cada aula. Indicar o seu uso, em caso de necessidade.
- Marcar o princípio das tarefas com um símbolo, ex.: um semáforo verde no início e um vermelho no final.
- Aumentar as folhas de trabalho e indicar claramente onde se devem colocar as respostas, com separações ou cores.
- Assinalar as zonas onde se sentar ou estar de pé nos espaços abertos, com uma argola de ginástica, um tapetinho, uma almofada para se sentar, etc. .
- Elaborar um horário com símbolos ou palavras para que o Cristóvão leve para casa ( ver Excesso de dependência - pág. 46 ). Este horário deveria bastar para levar para casa e trazer para a escola as coisas necessárias para cada dia.

### **Concentração e ambiente de aprendizagem**

*Cristina anda sempre de um lado para o outro. Parece que não é capaz de se tranquilizar e centrar-se no que deveria estar a fazer.*

### **Descritivo para compreensão**

- As pessoas com S.A. podem ter uma boa capacidade de concentração, mas têm uma forma muito pessoal de escolher em que concentrar-se.
- Os jovens com esta síndrome, sentem imensa dificuldade no momento de escolher em que é que se deveriam concentrar, especialmente se não escutaram ou não compreenderam as instruções.

- Podem ser especialmente vulneráveis às distrações de origem externa e parecem ter problemas no momento de rejeitar os estímulos irrelevantes (sobretudo sons e informação visual).
- Os seus pensamentos e preocupações podem intrometer-se demasiado, e conseqüentemente causar angustias frequentes.
- Quando as crianças com S.A. acham a escola stressante, retiram-se para o seu mundo próprio de fantasia.

### **Estratégias a utilizar**

- Uma estratégia fundamental para muitos jovens como Cristina, é a de lhes proporcionar altos níveis de estruturação. Isto funciona em vários níveis diferentes.
- Se for possível, pode ser extremamente útil criar uma zona de trabalho separada, para efectuar o trabalho individual. Em termos ideais, esta zona deveria considerar as mínimas distrações possíveis, afastada de áreas onde haja ruídos de trânsito, virada para uma parede branca e possivelmente protegida com biombo laterais ( para isto podem ser úteis as caixas de cartão grandes ). Assegurar-se de que todo o material de trabalho está disponível e organizado, antes de começar a sessão. O objectivo é criar uma ligação entre este lugar e o trabalho acabado.
- As indicações visuais também podem ser úteis. Podem-se utilizar para indicar à Cristina que actividades vêm a seguir (especialmente se são motivadoras ). A um nível mais detalhado, estas podem assinalar os passos de cada tarefa. Os símbolos e as palavras também se podem utilizar para recordar a Cristina as normas básicas e as expectativas.
- Os sinais sonoros (como alarmes de cozinha ou similares), associados a tarefas específicas, podem ajudar a criança a concentrar-se. Se além do mais se conciliam com outros incentivos, podem motivar a criança a fazer um esforço adicional, necessário para resistir às distrações.
- Há que organizar as tarefas de forma clara e com cuidado. Cada passo tem que ser explicado de maneira clara e o produto final esperado tem de ser descrito com detalhes muito concretos.
- Ser realista com o ritmo de trabalho e nível de concentração que se espera de Cristina. Se está a receber ajuda individual, o ritmo pode ser bastante intenso e exigente e é provável que ela não seja capaz de o acompanhar todo o dia, mas pelo menos terá completado algum trabalho durante essas sessões individuais.

- Dependendo da relação que Cristina mantém com os seus colegas de turma, pode ser útil utilizar o sistema de companheiro colaborador, em que as outras crianças lhe recordam de vez em quando que tem de se concentrar (utilizando alguma indicação previamente acordada ou uma contra-senha ).

## **Excesso de dependência**

*Miguel não faz nada, se não estou sentada ao seu lado, dizendo-lhe o que tem de fazer, mesmo para as coisas que pode fazer com facilidade.*

### **Descritivo para compreensão**

- Muitas crianças com S.A. não gostam de mudanças e habituam-se a fazer as coisas sempre da mesma maneira e com as mesmas pessoas.
- às vezes a presença do adulto, actua como uma espécie de incentivo físico, que se se retira, não permite que a criança continue o que estava fazendo, mesmo que a tarefa seja muito fácil. Os adultos podem mesmo pensar que um " figura de cartão" poderia ser igualmente eficaz.
- Algumas crianças não têm motivação social para serem independentes e nunca mostram orgulho suficiente para dizer por exemplo " deixa-me fazer sozinho ", como fazem as outras crianças.
- Muitos deles têm pouca auto-estima e confiança em si próprios e sentem-se mais seguros com um adulto.
- Às vezes o adulto que oferece a ajuda, acredita que a criança só fará o seu trabalho adequadamente, se estiver com ele a tempo inteiro e fomenta, sem querer, a dependência.

### **Estratégias a utilizar**

- Logo que o Miguel tenha aprendido algumas destrezas, estabelecer um período em cada dia, em que ele as possa praticar individualmente. Assegurar-se de que o que se lhe está exigindo, está dentro das suas possibilidades. Esta estratégia pretende desenvolver a independência do Miguel e não a tarefa em si.

- Elogiar o Miguel cada vez que complete uma tarefa sem apoio. Ensinar-lhe a forma de comunicar que já acabou a sua tarefa, ex.: verbalmente ; com uma tarjeta onde diga terminado; guardando o material, etc. (ver Concentração e ambiente de aprendizagem - pág. 44 ).

- Incentivar todos os que ajudam o Miguel a que o deixem sozinho gradualmente em qualquer momento do dia. Devem dar-lhe liberdade, mas estarem preparados para intervir se ele o necessitar.

- Assegurar-se de que se ajuda o Miguel a organizar o seu material, e que ele entendeu e começou a tarefa, antes de se reduzir gradualmente o apoio. Inicialmente o adulto poderia começar por reencaminhar a sua atenção para outra criança que esteja próxima, para o ajudar.

- Incentivar os companheiros do Miguel a prestar apoio em vez de um adulto, ex.: puxando-o para brincar, trabalhando com o computador. Pode ser necessário evitar que uma ajuda excessiva se torne incontrolada.

## **Problemas com a escrita**

*Francisco tem muita dificuldade para escrever. A sua escrita é pouco uniforme e piora quando tem de pensar no que está a escrever.*

### **Descritivo para compreensão**

- Muitas crianças com S.A. têm dificuldades motoras consideráveis, que fazem com que escrever seja difícil.

- Algumas destas crianças têm, contudo, de se concentrar na mecânica da escrita. Se além do mais, se lhes pede que pensem no que estão escrevendo, esta pode piorar.

- Alguns poderão ser capazes de escrever bem no princípio de uma actividade, mas cansam-se logo de seguida.

- Alguns têm mais dificuldades com a escrita quando estão ansiosos (pode ser por causa da própria escrita ou por uma outra causa) .

- Alguns têm dificuldade em trabalhar com tempo limitado e custa-lhes acabar o trabalho.

## **Estratégias a utilizar**

- Ainda que seja importante que Francisco desenvolva as destrezas da escrita, este não é o único método de registo. As alternativas que se podem explorar, são:

- o computador
- o gravador
- os ditados
- cortar e colar
- respostas fechadas

- Poderá ser necessário planificar como se espera que Francisco faça o seu trabalho ao longo de cada semana, em cada uma das disciplinas. O objectivo é assegurar um equilíbrio entre os métodos (e oferecer clareza e tranquilidade aos professores). Estas expectativas deverão ser bem registadas no seu horário.

- Fazer saber ao Francisco quanto se espera que ele escreva. O aluno com S.A. tem dificuldade em prever o que se espera dele.

- Reconhecer as suas ansiedades e sempre que for possível, reduzir a pressão nestas situações.

- Utilizar temporizadores como os relógios de areia, peças de música conhecida, despertadores, etc. . Darão ao Francisco uma indicação visual ou auditiva de que o tempo passa e da necessidade de terminar a tempo o que está a escrever.

## **Problemas com a memória**

*Nuno não é capaz de me dizer o que fez na escola, a não ser que lhe faça muitas perguntas. Se acerto na resposta adequada, então conta-me muitas coisas.*

### **Descritivo para compreensão**

- Alguns estudantes com S.A. têm dificuldade em aceder às suas recordações. Não é que a memória não esteja lá, mas porque têm problemas na sua recuperação. Às vezes parecem necessitar de uma indicação clara e específica.

- Alguns têm dificuldade para responder a perguntas abertas, ex.: " Que fizeste hoje na escola ? ", contudo são capazes de responder a perguntas com alternativas obrigatórias, ex.: " Hoje foste montar a cavalo ou nadar ? ".

## **Estratégias a utilizar**

- Tentar dar ao Nuno, indicações que o ajudem a recuperar a informação armazenada na sua memória. Organizar a informação e dar-lhe os títulos ou palavras-chave que sirvam de lembrete.
- Comunicar amiudadamente com os pais, eventualmente através da Caderneta do Aluno, ou do diário de trabalhos de casa. Fazer uma lista com as palavras-chave que consigam activar a memória da criança.
- Ter cuidado perante as dificuldades com as perguntas abertas e fazê-las apenas quando se acredita que o Nuno vai ser capaz de recuperar a resposta. Noutros momentos, apoiá-lo, fazendo perguntas que lhe dêem alguma indicação, como sejam as alternativas obrigatórias.
- Se se acredita que o Nuno memoriza informação específica, tentar entusiasamá-lo, para que a processe activamente. Pode utilizar as seguintes técnicas de ajuda :
  - Tentar reunir a informação num diagrama ou desenho.
  - Ajudá-lo a construir ligações pessoais entre a nova informação ou os conceitos novos e o que já sabe. Tentar personalizar esta informação.
  - Ensinar-lhe técnicas de memorização, por exemplo, recitar ou fazer mapas de conceitos.
  - Ao falar com a criança sobre as suas experiências, dar ênfase à sua participação pessoal e às suas reacções perante as actividades.

## **Que fazer com os deveres de casa ?**

*Joana só faz os deveres que lhe apetecem. Não parece preocupar-se com o facto de ser castigada quando não os faz.*

### **Descritivo para compreensão**

- Algumas crianças com S.A. não são capazes de fazer os deveres, porque misturam o território de casa com o da escola e isto causa-lhes confusão.
- A maior parte precisa da motivação social habitual, para agradar aos pais e aos professores.

- Muitas delas não conseguem ver a importância de fazer os deveres, ainda que saibam dizer porque é que se têm de fazer, ex.: obter melhores notas na disciplina.
- Algumas crianças com esta síndrome, tentam dar desculpas para não fazer os deveres. Estas explicações podem ser válidas num dado momento, contudo elas continuam a dar a mesma explicação uma e outra vez, seja apropriada ou não.
- A maior parte faz os deveres, sobretudo, se acham os temas interessantes, mas têm dificuldade em cumprir os prazos estabelecidos, devido à sua pobre organização pessoal ( ver Organização pessoal - pág. 43 ).

### **Estratégias a utilizar**

- Trabalhar com os pais, mantê-los informados e procurar formas de os ajudar a motivar e organizar a Joana.
- Assegurar-se de que os professores dão instruções claras que podem ser entendidas pelos pais, além da Joana. Pode acontecer que ela não entenda as instruções escritas, visto que foi retirada do contexto da escola. Um gravador pode ser útil ( ver Problemas com a escrita - pág. 47 ).
- Convocar uma reunião para estabelecer as normas para o trabalho em casa, em que estejam presentes os pais, o professor de apoio e a Joana. Ver e ouvir todos, discutindo sobre o tema, pode beneficiá-la e assim não terá dúvidas sobre o que cada um sabe.
- Acordar um enfoque unânime por parte dos professores. A consistência é essencial e não serve de nada que um professor a castigue enquanto que outro ignora o problema. Joana poderia ficar totalmente confusa e aproveitar-se dessa inconsistência.
- Os castigos não costumam ser eficazes e podem piorar o problema. Os castigos na hora da refeição retiram à Joana as oportunidades de socialização que necessita, ainda que resultem um desafio.
- Tentar pensar em algo motivador em que Joana pudesse trabalhar. Falar com ela para ver o que é que a poderia motivar. Pode ser algo pouco habitual, mas fácil de proporcionar. Além disso, continuar a fazer o elogio público pelos seus esforços.



# PARA SABER MAIS

## **Círculo de amigos**

Esta teoria consiste em trabalhar directamente com a criança e um pequeno grupo de colegas de turma. O círculo de amigos actua como grupo de apoio para solucionar problemas e é também uma fonte de ajuda emocional. Para saber mais sobre esta técnica e sua utilização com crianças autistas na escola normal, consultar :

Barrat P.; Joy H.; Thomas G.; Whitaker P. (1998): " Children with autism and peer support group ". *British Journal of Especial Education*, vol. 25, nº 22.

Este artigo também faz referência a outros autores que descrevem os aspectos gerais desta técnica e aconselham sobre a sua utilização para facilitar a integração nos grupos sociais.

## **O meu retrato**

Este é um exemplo específico do método " Relatos Sociais " desenvolvido por Carol Gray. Consiste em que a criança ou jovem escreva e ilustre um livro sobre si mesmo, com a ajuda de um adulto em quem confie. Seguindo uns passos previamente estabelecidos, incentiva-se a criança a que descubra a sua personalidade e as suas qualidades. Depois deverá identificar as dificuldades e necessidades que provêm da Síndrome de Asperger.

Para conseguir uma descrição deste método, consultar :

Gray C. (1991): " Pictures of me - introducing students with Asperger syndrome to their talents, personality and diagnosis " *Communication*, Winter 1997.

## **Programa para o uso da linguagem de relação social**

Este programa tem como objectivo melhorar a comunicação social das crianças com qualquer tipo de necessidades educativas especiais, não apenas com Síndrome de Asperger, tanto na escola primária como na secundária. Apresenta um modelo para a avaliação e a anotação sistemática. Também inclui actividades de ensino para determinadas destrezas interactivas ( que incluem a auto-consciência e o conhecimento dos outros ) , assim como sugestões para por em prática destrezas no contexto social.

Para mais detalhes, consultar :

Rinaldi, W. (1992): *Social Use of Language Programme*. NFER - Nelson.

## **Relatos Sociais**

Esta é uma estratégia desenvolvida por Carol Gray. Consiste em escrever um relato individualizado que descreva uma situação social específica com as respostas e chaves sociais relevantes. Carol Gray proporciona um guia para utilizar a proporção adequada de frases descritivas e prescritivas. Recomenda ter em conta também as perspectivas de outras pessoas.

Para conseguir a descrição desta técnica e exemplos da sua utilização, consultar :

Swaggart, B.L., e tal (1995): " Using social stories to teach social and behavioural skills to children with autism " *Focus on autistic behaviour* ; vol. 10, nº 1.

Traduzido e adaptado por:

Apsa Norte

Fev. 2007

## ENDEREÇOS ÚTEIS

### **APSA - Associação Portuguesa de Síndrome de Asperger**

Morada: Largo do Amor Perfeito, 9A - Loja 1

Adroana

2645-630 Alcabideche

Tel.: 214 605 237

Telm.: 961 041 214 (10h às 16h de 2ª a 6ª)

E-mail: [geral@apsa.org.pt](mailto:geral@apsa.org.pt)

Site: [www.apsa.org.pt](http://www.apsa.org.pt)

### **Delegação Norte**

Morada: Rua Ponte do Carro, 1251 B (Traseiras nº 1273)

4460-091 Guifões - Matosinhos

Tel.: 229 515 108

Telm.: 967 252 242

E-mail: [apsanorte@iol.pt](mailto:apsanorte@iol.pt)

### **Federação Portuguesa de Autismo**

Tel.: 213616250

E-mail: [info@appda-lisboa.org.pt](mailto:info@appda-lisboa.org.pt)

Site: [www.appda-lisboa.org.pt](http://www.appda-lisboa.org.pt)

### **CADin**

Tel.: 214858240

E-mail: [geral@cadin.net](mailto:geral@cadin.net)

Site: [www.cadin.net](http://www.cadin.net)

**APPDA-Norte** (Associação Portuguesa para as Perturbações do Desenvolvimento e Autismo)

Site: [www.appda-norte.org.pt](http://www.appda-norte.org.pt)