

Esta rubrica, *Um mês, uma pergunta*, abordará problemáticas relacionadas com o contexto escolar e com aqueles que o habitam e (re)criam, especialmente os alunos. Como docente especializada a tendência foge-me para as necessidades educativas especiais, contudo, tudo o que aqui se escrever pode ser aplicado a qualquer aluno, filho, sobrinho, neto, enteado...

Este mês o tema recai sobre crianças, adolescentes, alunos com Hiperatividade ou todos os que mostrem sinais evidentes de resistência em obedecer, fraca capacidade de focalização/concentração e pouca persistência para continuar a realizar tarefas, sejam escolares, domésticas ou sociais.

Não se trata de um manual, não especula salvações, nem garante melhorias absolutas. Lidar com a Hipertividade é uma luta diária, desleal e exigente, mas com a qual se aprende através da observação, persistência, tolerância e tendo a convicção no caminho que se está a trilhar. A melhor solução será sempre a que decidirmos tomar!

Boas leituras!

ESTRATÉGIAS A APLICAR EM CONTEXTO DE SALA DE AULA E ESPAÇO ESCOLAR EM ALUNOS COM HIPERATIVIDADE

✗ DEFINIÇÃO DE REGRAS

- ✗ Não estabelecer regras quando os problemas surgem;
- ✗ Devem ser estabelecidas quando o nível emocional está baixo;
- ✗ Elaborar regras com a criança/adolescente presente – é mais fácil cumprir regras quando também as pensámos;

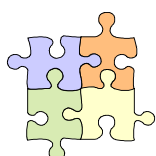


- Afixar as regras de forma bem visível em cartazes coloridos;
- Utilizar cartões individuais na mesa para regras individuais;
- Podem gravar-se regras num gravador e fazê-lo ouvi-las regularmente;

- ✗ Planificar reuniões entre os professores e o aluno – primeiro mais frequentes e posteriormente mais esporádicas;
- ✗ Falar de conflitos e dos assuntos agradáveis ou atitudes corretas por parte do aluno – não centrar a conversa apenas nos aspetos negativos – criticar da mesma forma o nosso trabalho e dar-lhe espaço para também o fazer;
- ✗ Aprovar unanimemente as regras, caso não se verifique, prevalece a opinião dos adultos;
- ✗ Definir as consequências para o incumprimento de cada regra;

PREVENÇÃO	NÃO APLICAÇÃO	INTERVENÇÃO
⊕ Recordar à criança a existência de regras e pedir-lhe para as repetir – Deve ser feito com regularidade; ⊕ Pedir-lhe que anote as suas realizações para avaliar a sua produtividade/ progressos;	⊕ Quando se está numa situação de provocação o melhor é não intervir, fingir que não se percebeu; ⊕ Deve recordar-se posteriormente algo relacionado com o que aconteceu;	⊕ Dizer claramente a falha do aluno; ⊕ Ordenar que assuma as consequências (já conhecidas por ele); ⊕ Não se deve aceitar qualquer tipo de negociação, sob pena de perder autoridade; ⊕ Utilizar o <i>método da tartaruga</i>: a criança/adolescente faz uma introspeção ou pode usar o gravador;

Os seus erros devem ser punidos:



Por exemplo:

- Se sujou deve limpar.
- Se faltou ao respeito deve pedir desculpa.
- Se partiu um objeto deve pagar um novo ou reparar o estragado.

Em casos mais graves em que se considere que a punição é demasiado leve ou impossível de aplicar, dá-se uma pausa de 5 a 10 minutos para refletir (poderá ser no gabinete ou num sítio isolado).

Caso recuse, reforçar o castigo com algo que o deixe aborrecido – arrumar qualquer coisa na sala de aula, ajudar um funcionário nas limpezas...

Se não funcionar poderão ser retirados os seus privilégios – ouvir música, pesquisar temas do seu interesse, realizar tarefas sugeridas por si, etc....

É necessário mostrar-se firme e calmo no momento da intervenção.



- 🚫 Punir com sentimento de culpa provoca desobediência;
- 🚫 Não deverão sentir-se culpados – as regras foram estabelecidas antecipadamente.

❌ AS RECOMPENSAS

- ✗ Felicitar e encorajar quando faz as coisas bem é muito importante;
- ✗ Utilizar o sistema de fichas:
 - ◆ Recompensas - devem sublinhar o **esforço** e não o *resultado*;
 - ◆ Castigos (multas) – devem ser imediatos e sem grandes sermões.



- ❁ **Evitar pedir várias coisas ao mesmo tempo;**
- ❁ **Formular pedidos claramente;**

✿ A massagem tem mostrado que as crianças hiperativas acalmam em momentos de grande agitação.

- ✿ Em caso de saídas prever o que pode acontecer e pensar como intervir;
- ✿ Trata-se de um aluno não totalmente responsável pelas suas ações;
- ✿ O professor deve suportar o suportável – poderá mandá-lo correr para acalmar;
- ✿ O professor/tutor não se deve mostrar intolerante e não aceitar o aluno como ele é;
- ✿ Devem apelar aos especialistas sem medo de parecerem incompetentes;
- ✿ As aulas devem ser vivas e animadas;
- ✿ Modificar o método todas as 2/3 semanas para ter efeito de novidade – diminuir os períodos e variar atividades;
- ✿ Incluir os alunos nas formas de ensino;
- ✿ Não castigar em casa o mau comportamento na escola – este deve ser imediato, para que surta efeito e tenha peso emocional;
- ✿ Estabelecer limites de tempo:
 - 10 minutos para as contas e não 10 problemas – dá-se um cronómetro para ele controlar – máximo 30 minutos para cada atividade – interessa entender o processo e não a quantidade;

Exemplo de como punir o aluno na sala de aula:

1. Pousar a cabeça na carteira e refletir;
2. Pagar uma multa por meio do sistema de fichas;
3. Colocar o aluno num local afastado da aula (durante um tempo limitado);
4. Enviar o aluno para o corredor/gabinete de mediação;
5. Enviar o aluno para casa – só em casos extremos.

Alexandrina Gonçalves
Docente Especializada

Baseado no livro *As crianças Hiperactivas*, de Guy Falardeau.