

DESCUBRA AS DIFERENÇAS

Centro de Desenvolvimento Infantil

EDITORIAL

VARIABILIDADE VS DEFICIÊNCIA

PÁGINA 1

ARTIGO DE OPINIÃO

“MÃE, EU NÃO CONSIGO LER!...”

PÁGINA 4

PERGUNTAS E RESPOSTAS

SERÁ QUE O MEU FILHO TEM UMA PERTURBAÇÃO DE ANSIEDADE?

PÁGINA 5

NOTÍCIAS E EVENTOS

PÁGINA 7



PÁGINA 8 | CONSULTÓRIO LÚDICO



PÁGINA 12 : INTERVENÇÃO JUNTO DE ALUNOS COM DISLEXIA



PÁGINA 13 | DICAS PARA PAIS



PÁGINA 10 | CONSULTÓRIO EDUCATIVO

EDITORIAL

VARIABILIDADE VS DEFICIÊNCIA

**DRA. TERESA CONDEÇO A CONVITE DE DRA. LUÍSA COTRIM
PSICÓLOGAS EDUCACIONAIS**

A celebração no dia 3 de dezembro do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência apresenta uma oportunidade para fazermos algumas considerações a propósito.

Num ano em que se assinala o 20º aniversário da Carta Europeia dos Direitos Fundamentais, os direitos de participação e a equidade apresentam ainda desafios que devemos identificar já que impedem ou dificultam cerca de 100 milhões de pessoas e suas famílias (dados da UE) de serem membros plenos do projeto europeu.

A sensibilidade para a diversidade social e a implementação do pilar europeu de direitos humanos que inclui o princípio de inclusão de pessoas com incapacidades requerem ainda uma implementação transversal, não só em TODOS os países membros da UE e nas suas instituições que devem legislar e fazer cumprir a legislação, mas também na sociedade que discrimina e deixa para trás todos aqueles que estão em maior risco de pobreza e de exclusão social, seja por falta de acessibilidade a edifícios e serviços públicos, desigualdades na acessibilidade digital, falta de educação e treino adequados ou por falta de apoio na vida independente e participação na comunidade.

Qualquer estratégia para a inclusão da deficiência deve ter como guia duas componentes: uma política, de legislação e implementação de orientações e uma de enquadramento da responsabilização.

O papel do legislador e das instituições civis que representam o interesse dos indivíduos e das suas famílias são fundamentais para definir as necessidades daqueles que representam mas também para supervisionar e recolher indicadores de como é que essas diretivas podem contribuir para a inclusão de todos segundo uma política económica de bem-estar.

A economia do bem-estar é uma orientação política e uma abordagem governativa que tem como objetivo colocar as pessoas e o seu bem-estar no centro da decisão política e tomada de decisões.

Embora o bem-estar das pessoas seja um valor em si mesmo, a economia do bem-estar sublinha a natureza do reforço mútuo entre o bem-estar e o crescimento económico o que toma especial relevo no caso das pessoas com qualquer tipo de incapacidade, se tomarmos em consideração o artigo 21 da Carta Europeia dos Direitos Fundamentais sobre a não-discriminação.

Por outro lado, parece ser premente o enquadramento da responsabilização de todos nós pela concreta e adequada implementação das diretivas, desde o decisor político, às organizações da sociedade civil e grupos de interesse, até às instituições educativas, aos professores, aos empregadores, e a todos aqueles a quem cabe informar ou facilitar o acesso das pessoas com incapacidade e às suas famílias aos seus direitos e promover a sua participação e reivindicação sobre os mesmos.

A responsabilização de todos nós por cada um de nós e por TODOS, contribui, no nosso ponto de vista, pela procura e desenvolvimento de sistemas diversificados, métodos de educação e treino adequados às competências e talentos de cada um, acessibilidade física e digital para todos e ao estímulo da participação de todos os cidadãos na vida económica e no seu bem-estar social. A educação, a mobilidade social, a partilha de boas práticas, o acesso a oportunidades educativas e formativas, o apoio ao treino e formação em contexto de trabalho, a adequação do local de trabalho às necessidades e mais-valias dos trabalhadores, o incentivo à vida independente e à participação na comunidade, o acesso à saúde, pela sua natureza social e humana não são inclusivas, são universais.

O carácter universal do direito à educação aliada ao bem-estar físico e psicológico parece ser um dos pilares para a interação social e para o desenvolvimento emocional e social e regulação do próprio comportamento. A este propósito parece-nos fundamental questionar desde cedo os processos e as práticas pedagógicas, a formação de professores e o acesso efetivo de TODAS as crianças ao currículo.

A atualização dos pressupostos científicos nos processos de ensino/aprendizagem requerem uma atualização das práticas educativas a par da destruição dos preconceitos sobre o que é a “normalidade” e a “média” no desempenho de um aluno.

A variabilidade sistemática encontrada num individuo e entre indivíduos ajuda-nos a afastar de características consideradas estáveis e categóricas e a aproximarmo-nos de um conjunto de objetivos, procedimentos e avaliações flexíveis por forma a ampliar as habilidades naturais de cada um, diminuir as barreiras à aprendizagem e à participação e substituir o conceito de inclusão, colocando o ónus da dificuldade ou incapacidade no individuo ou indivíduos, pelo conceito universal da variabilidade e diversidade.

Baseado na neurociência, o Desenho Universal para a Aprendizagem, desenvolvido nos anos 90, reconhece que a aprendizagem é diferente para cada individuo.

Todos os alunos podem beneficiar: os considerados dotados e talentosos e os alunos com dificuldades sensoriais ou físicas declaradas; com desafios emocionais ou comportamentais; dificuldades de aprendizagem ou perturbações do espectro do autismo; falta de conhecimento informal prévio; com dificuldades na língua oficial; com perturbações do desenvolvimento intelectual; só para referir alguns.

Com o Desenho Universal para a Aprendizagem verificamos uma mudança dramática das perspectivas lineares tradicionais da forma como a aprendizagem ocorre (ou seja, que todos os indivíduos progridem na mesma série de estágios durante a aprendizagem) em direção a uma visão muito mais dinâmica dos alunos e do processo de aprendizagem, ou seja, que a aprendizagem acontece na interação do indivíduo com o contexto de aprendizagem.

Também nós acreditamos que a abordagem do Desenho Universal de acordo com um conjunto de princípios que dá a todos os indivíduos oportunidades iguais de aprender e de desenvolver o seu maior potencial deve ser estendida a uma abordagem universal transversal na sociedade e em todos os contextos, baseada no respeito por TODOS independentemente das suas idiossincrasias, dificuldades ou incapacidades específicas.

Nada deve ser definido como uma solução única para todos, mas tudo deve ser desenvolvido e construído de forma flexível que possa ser verdadeiramente universal para poder então ser eventualmente personalizado e ajustado com base nas necessidades de cada um.

Tal como na definição do Desenho Universal para a Aprendizagem, nós vemos “a variabilidade de cada um como uma força a ser aproveitada, não um desafio a ser superado”.

ARTIGO DE OPINIÃO

“MÃE, EU NÃO CONSIGO LER!...”

DRA. FÁTIMA TRINDADE
TÉCNICA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO ESPECIAL E REABILITAÇÃO | ESPECIALISTA EM
PERTURBAÇÕES ESPECÍFICAS DA APRENDIZAGEM

Aprender a ler constitui uma das tarefas mais desafiantes com que as crianças se deparam nos nossos dias enquanto alunos. O que pode ser um processo simples e motivante para algumas, pode representar uma verdadeira batalha, onde letras, sons, sílabas e palavras parecem um código indecifrável.

A leitura, no nosso idioma, baseia-se num sistema alfabético, que se traduz na conversão de símbolos gráficos, a que chamamos letras (ou grafemas), em ondas sonoras, isto é sons (fonemas).

A evidência científica revela-nos que cerca de 80% das crianças que apresentam atraso de linguagem aos 4 anos de idade, vão ter dificuldades na aprendizagem da leitura aos 6/7 anos de idade, o que nos deve deixar de sobreaviso, caso tal situação nos bata à porta. Neste caso, é recomendável um ensino precoce da leitura, ainda em idade pré-escolar.

Uma das grandes questões para quem tem esta fantástica tarefa de ensinar a ler, é qual será o melhor método para o fazer. Ou partindo das letras, passando para as sílabas e chegando à palavra, ou utilizando o percurso inverso, qualquer destas abordagens poderá ser uma das vias para que a criança comece a ter a possibilidade de entrar no “reino da leitura”.

Se tal não ocorrer no primeiro ano de escolaridade ou se representar uma tarefa muito árdua, onde letras de forma e som semelhante se confundem, então poderemos estar perante uma situação de Dislexia, uma Perturbação do Desenvolvimento de carácter permanente e prolongado, que irá dificultar o desempenho da criança em todo o seu percurso escolar, pois a leitura é o “portão” que nos permite aceder ao conhecimento.

Nesse caso, compete ao professor e aos pais/ educadores procurarem ajuda especializada, por forma a se poder efetuar uma avaliação psicopedagógica que permita a elaboração de um perfil do neurodesenvolvimento e do comportamento e posteriormente, a mobilização dos recursos humanos e materiais necessários para uma eficaz reeducação.

PERGUNTAS E RESPOSTAS

SERÁ QUE O MEU FILHO TEM UMA PERTURBAÇÃO DE ANSIEDADE?

DRA. MARTA PINHEIRO
PSICÓLOGA CLÍNICA

O que é a ansiedade?

A ansiedade é uma emoção que está presente em todas as pessoas e que, em grau moderado, nos ajuda a lidar com situações que consideramos ameaçadoras ou perigosas. Por exemplo, se uma criança receia atravessar uma rua onde há muito trânsito, terá tendência a estar mais atenta ou a dar a mão a um adulto. Esta ansiedade ajuda a criança a proteger-se.



A ansiedade caracteriza-se pela presença de medo, apreensão ou preocupação, que pode vir acompanhada de alguns sintomas físicos: batimento acelerado do coração, respiração acelerada, sensação de falta de ar, boca seca, tensão muscular, náuseas, dores de barriga, dores de cabeça, entre outros.

Todas as crianças e jovens se sentem ansiosos em certos momentos. Em algumas idades, há medos que são muito comuns e estão relacionados com o desenvolvimento normal. Por exemplo, muitas crianças pequenas têm medo do escuro. Na maioria dos casos, os medos e ansiedade da infância são passageiros e duram pouco tempo. Contudo, estima-se que 8-22% das crianças sentem ansiedade de uma forma mais intensa e mais frequente do que outras crianças. Nestas situações, a ansiedade traz grande sofrimento à criança, pode perturbar o seu bem-estar e comprometer o seu desenvolvimento futuro. A ansiedade pode afetar os pensamentos, sentimentos, comportamentos, relações sociais e aprendizagens da criança. Para além disso, as crianças e adolescentes com um problema de ansiedade têm maior risco de sofrer de perturbações mentais na idade adulta, como ansiedade, depressão e abuso de substâncias.

Quando procurar ajuda?

Ter medo ou ansiedade algumas vezes não significa que a criança tem uma perturbação de ansiedade. O diagnóstico de uma perturbação de ansiedade vai depender da frequência e intensidade com que a criança vive os sintomas de ansiedade e da forma como isso interfere no seu dia-a-dia. É importante perceber em que situações é necessário estar atento e procurar a ajuda de um profissional. Alguns sinais de alarme são:

- **Os medos e receios da criança não são próprios da idade e mantêm-se por um período alargado de tempo.** Na infância e adolescência, é normal que surjam alguns medos, que diminuem passadas algumas semanas.

- **Os medos e receios da criança são desproporcionados.** É normal que todas as crianças sintam alguma ansiedade em algumas situações, como quando se separam dos pais. Mas é sinal de alarme quando as crianças têm reações muito intensas a essa separação ou possibilidade de separação (por exemplo, vomitando, chorando e gritando) e evitam qualquer separação dos pais (por exemplo, recusam-se a ir à escola, não vão a casa de amigos e familiares).

- **Os medos e receios da criança interferem muito com o dia-a-dia** e impedem a criança de se divertir e de se envolver em experiências e atividades normais para as crianças e jovens da mesma idade (por exemplo, fazendo com que falem às aulas, se afastem dos amigos ou colegas).



NOTÍCIAS E EVENTOS

DRA. CATARINA FOURNIER TÉCNICA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO ESPECIAL E REABILITAÇÃO

Na passada quarta-feira, dia 9 de Novembro de 2020, o Centro 5 Sentidos - Espaço de Reabilitação, em parceria com o Centro de Desenvolvimento Infantil - Diferenças, realizou um webinar que foi transmitido em direto na página do facebook: “5 Sentidos, Espaço de Reabilitação e Intervenção Psicoeducacional, Lda.” (ainda disponível para visualização), onde participaram vários Pediatras de Neurodesenvolvimento de renome, sobre a intervenção farmacológica nas PADH (Perturbação de Défice de Atenção e Hiperactividade). Este assunto que gera grande controvérsia e dúvidas associadas, está muito bem esclarecido pelos especialistas da área.

Recomendamos a sua visualização! Fica a sugestão!



CONSULTÓRIO LÚDICO

"PUXAR A CAUDA"

DRA. INÊS CABRITA
TÉCNICA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO ESPECIAL E REABILITAÇÃO

O recreio é o espaço privilegiado da escola para brincar, no entanto as crianças com perturbações de desenvolvimento intelectual, nem sempre conseguem encontrar momentos de jogo partilhado e sentir-se incluídas.

Estas crianças com este perfil de neurodesenvolvimento precisam não só de supervisão nas brincadeiras, mas por vezes de criação do cenário certo (regras claras, suporte visual), capaz de promover esses momentos de participação recíproca.

O jogo “puxar a cauda” é um desses exemplos, divertido, capaz de provocar o riso, promover o exercício e a inclusão no recreio de todas as crianças.



JOGO PUXAR A CAUDA



Promove o treino da corrida e consciência espacial:

Idade recomendada: crianças com mais de 5 anos



Nº de jogadores: 4 ou mais jogadores.

Material: cinto com fitas coloridas presas com velcro, 4 cones para delimitar o espaço, 2 arcos colocados em dois cantos distintos, leitor de música.

Local: espaço aberto, livre de obstáculos, ex. recreio da escola.

**Instrução:**

- Cada criança aperta um cinto com uma ou mais caudas presas com velcro.
- Quando a música começar a tocar, as crianças devem correr pelo espaço em diferentes direções, com dois objetivos, manter as suas caudas seguras e capturar caudas dos colegas.
- Quando apanha uma cauda do colega, deve deixar a cauda no chão.
- Quando algum elemento perder todas as caudas, poderá apanhar as que estão no chão e continuar a jogar.
- O jogo termina quando a música parar e ganha aquele que no final tiver o maior número de caudas.
- Como o jogo pode ser muito exigente do ponto de vista físico, poderão ser introduzidas “áreas seguras” delimitadas com arcos, onde os jogadores podem descansar (máximo 10 segundos).

CONSULTÓRIO EDUCATIVO

A IMPORTÂNCIA DO RESTABELECIMENTO DAS ROTINAS

DRA. MAFALDA CRUZ
TÉCNICA SUPERIOR DE REABILITAÇÃO PSICOMOTORA

Após um período onde as rotinas diárias foram quebradas e toda a dinâmica familiar alterada, é premente que se restabeleçam as rotinas. Sabemos que, na prática, estabelecer ou restabelecer uma rotina diária não é uma tarefa simples ainda mais com todo o cenário atual, a retoma do trabalho e a consequente azafama. Contudo, é extremamente importante que cada família adote alguns hábitos e regras no quotidiano dos seus filhos.



As rotinas são fundamentais, uma vez que contribuem para o pleno desenvolvimento das crianças. Nenhuma criança fica confortável perante uma situação em que não sabe o que esperar. Saber o que vai acontecer durante o dia e a repetição destes acontecimentos gera um ambiente pacífico e estável, fazendo com que as crianças se sintam confortáveis, seguras e menos ansiosas.

Para promover um ambiente estável, é fundamental organizá-lo com horários, rotinas, hábitos e atividades que se repitam. Através das rotinas a criança atinge um sentimento de regularidade e constância, pois conhece e converte, gradualmente, o seu mundo num lugar previsível. Por sua vez, esta previsibilidade potencia a que criança cresça mais confiante e independente.

Uma outra vantagem das rotinas é que a mesma, para ser aplicada, necessita de regras que por seu turno estabelecem limites. O limite gera uma certa dose de frustração na criança, o que é saudável. É importante que as crianças desde cedo aprendam a conviver e lidar com este sentimento.

Através da implementação de rotinas, a criança aprende a gerir o tempo de acordo com as especificidades das suas atividades diárias, torna-se mais confiante e à medida que cresce desenvolve capacidades de negociação, organização e gestão do tempo. Torna-se igualmente mais cumpridora (capaz de compreender as regras), respeitadora, responsável e menos conflituosa. Verifica-se igualmente, uma diminuição dos conflitos na relação pais-filhos ou criança-educador porque a criança sabe com o que conta e percebe que “vai ser sempre assim”, a rotina está implementada e não adianta argumentar ou contestar.

Contudo, é fundamental ressaltar a necessidade de flexibilidade na hora da implementação das rotinas, para que estas não se tornem em algo imposto e negativo. Nos fins de semana, por exemplo, é possível que a criança durma um pouco mais ou almoce mais tarde. O importante é estabelecer horários e criar hábitos saudáveis que tornem o ambiente mais organizado e confortável para toda a família!

Em suma, é através da implementação de rotinas e hábitos diários que iremos proporcionar aos nossos filhos um ambiente estável e tranquilo para que possam sentir-se seguros e aprender de forma confiante. Convém sempre, estabelecer rotinas ajustadas à idade das crianças, que proporcionem momentos de alegria e crescimento pessoal e que estimulem a construção de conhecimento e competências adequadas ao seu desenvolvimento psicomotor.



ARTIGO CIENTÍFICO

CONCEPÇÕES E BOAS PRÁTICAS: INTERVENÇÃO JUNTO DE ALUNOS COM DISLEXIA

DRA. RITA SIMAS
DOUTORANDA EM EDUCAÇÃO

Este artigo procura definir e enquadrar a dislexia como uma disfunção neurológica que se manifesta em indivíduos com um QI normal ou acima da média, com dificuldades na leitura, envolvendo, igualmente, dificuldades na escrita. Atinge uma franja significativa da população estudantil, podendo manifestar-se noutras áreas académicas, com impacto emocional e comportamental. Neste artigo, sustentado numa revisão da literatura mais atual, apresentamos alguns dados, com base num estudo desenvolvido pela Federação Nacional de Educação (2019), que refletem a insatisfação provocada pelas recentes mudanças legislativas, nas escolas portuguesas, no que concerne à conceptualização e operacionalização do Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, no nosso país. Discute-se, ainda, as suas causas, tipos e sinais de alerta, apresentando sugestões de intervenção, junto destes alunos.

Palavras-Chave: Perturbações da Aprendizagem Específica, Dislexia e Intervenção.

[Consulte o artigo na íntegra em AQUI](#)

DICAS PARA PAIS

ELOGIAR OU RECONHECER

DRA. ANA SALVADOR

PROFESSORA DE EDUCAÇÃO ESPECIAL | DOMÍNIO COGNITIVO E MOTOR & FACILITADORA DE PARENTALIDADE CONSCIENTE

Com toda a certeza que já usou a célebre expressão: “Muito bem, bom Trabalho, continua assim!” Ou “Boa está ótimo!”

De um modo geral, qualquer pessoa que contacte com crianças, já disse alguma vez qualquer coisa deste género. Na verdade, fazemo-lo com a melhor das intenções, o que pretendemos é apenas encorajar a criança a continuar com aquele desempenho, oferecendo-lhe um “reforço positivo”. Contudo, também não será difícil apercebermo-nos que essa expressão serve para um desenho que a criança fez ou que pintou, ou para um trabalho de casa terminado a tempo, ou para uma atividade física bem executada, enfim serve para qualquer coisa que a criança faça e que nós avaliamos como correto.

É inquestionável que é absolutamente necessário para a criança, sentir-se apoiada, amada e incentivada a dar o seu melhor, sentindo-se bem consigo própria, a questão é que este tipo de expressões, que são iguais para diferentes conquistas, acabam por perder peso no que respeita ao sentimento de reconhecimento por parte da criança.

Elogiar é bem diferente de reconhecer. Quando por exemplo elogiamos uma criança de 2 anos por ter comido sem se sujar, dizendo apenas: “Muito bem, que linda menina”, é fácil perceber que aquele comportamento foi avaliado pelo adulto como muito bom, provavelmente porque não teve que trocar a roupa da criança pela milésima vez. É um comportamento mais útil ao adulto do que às necessidades emocionais da criança, já que, entre estar limpa e poder sujar-se à vontade explorando os alimentos, certamente a última opção até seria a mais indicada. E o que diremos então quando se sujar?

Sem nos apercebermos, quando oferecemos elogios vazios de conteúdo, levamos a criança a só se sentir aceite e valorizada, quando por exemplo come sem se sujar. Mas será essa a nossa verdadeira intenção quando dizemos um inofensivo “muito bem”? Acredito que não, e foi por isso, que decidi trazer algumas alternativas ao “inofensivo elogio”.

Os elogios levam a uma aceitação condicional que mostra à criança que, por vezes, não é digna do nosso amor, que não é suficiente tal como é, que, faça o pino na perfeição ou um desenho pintado mais à pressa, a apreciação do adulto pode muito bem ser a mesma: “Muito bem!”

DICAS PARA PAIS

A alternativa ao elogio é o reconhecimento. Quando reconhecemos, não avaliamos, apenas relatamos o que vimos descrevendo pormenores, sempre que possível, (e para isso convém que tenhamos estado atentos). Falamos de como nos sentimos quando a criança tem um determinado comportamento, sem o julgar com bom ou mau, bonito ou feio. Ao reconhecer, mostramos à criança que realmente nos importamos com o que ela faz e da forma como faz, revelamos interesse por saber como se sentiu durante o processo em que fez uma determinada coisa e não apenas com o resultado final. Ora vejamos então, alguns pequenos truques que podem fazer toda a diferença.



Transformando elogios em Reconhecimento - Em vez de dizermos:

“Que lindo! Vestiste-te sozinho! Muito bem!” Podemos substituir por: “Fico muito feliz por te vestires sozinho. É uma grande ajuda para mim, obrigada!”.

“Hoje jogaste muito bem! Foste o melhor!” Podemos apenas relatar o que vimos e dizer: “Adoro ver-te a jogar futebol, parece que te estás a divertir muito e a fazer progressos!”.

“Arrumaste muito bem os brinquedos na sala. Linda menina!” Podemos reconhecer a ajuda e explicar que aquele comportamento é um contributo para o bem-estar de todos, dizendo: “Adoro quando consigo andar pela sala sem pisar brinquedos, este é um espaço de todos e assim sentimo-nos todos melhor! Obrigada pela tua ajuda!”.

Crianças que passam a infância a ouvir muitos elogios pouco sinceros e criteriosos, podem mais facilmente tornar-se inseguras e dependentes de aceitação e validação das outras pessoas, sem capacidade de reconhecerem o seu próprio valor, o que compromete o desenvolvimento de uma autoestima sólida e saudável.

Fica a Dica!

Experimente transformar os elogios mais comuns em frases de reconhecimento e veja a diferença no comportamento criança.