

## Os Trabalhos de Casa

Uma das principais causas de stress das crianças com Síndrome de Asperger (SA), das suas famílias e professores, é a realização satisfatória dos trabalhos de casa. Esta tarefa é muitas vezes descrita pelos pais como “uma tortura para todos”. A mera sugestão ou ideia de ter de começar a fazer os trabalhos de casa causa grande angústia à criança. **Porque é que crianças com SA têm esta reacção emocional e tanta dificuldade em completar os trabalhos de casa?** Parecem existir duas explicações: a primeira está relacionada com o **grau de stress e cansaço mental**, que resulta de um dia de escola, e a segunda é devida ao **perfil de competências cognitivas**.

### I. O stress de estar na escola

As crianças com SA trabalham duas vezes mais do que os seus pares. Além de terem de fazer todo o trabalho escolar, têm a difícil tarefa de descodificar as situações sociais, determinar as regras sociais da sala de aula e do recreio, decifrar as frases confusas, as pistas sociais e decidir o que fazer e dizer nessas situações. Frequentemente o *feedback* habitual que recebem é a repreensão pelos erros e pouco ou nenhum reconhecimento da parte dos outros pelos seus sucessos. Assim, ao fim de um dia de aulas, estas crianças estão, frequentemente, exaustas intelectual e emocionalmente.

As crianças com SA têm ainda dificuldade em interpretar e responder aos sinais emocionais do professor e das outras crianças, lidar com a sociabilização complexa, o barulho e o caos do recreio, as mudanças imprevistas da rotina escolar e com as experiências sensoriais intensas de uma sala de aula barulhenta. Deste modo, ao longo do dia, estas crianças raramente têm oportunidade de relaxar.

É essencial reconhecer o grau de stress destas crianças, assim que revelam sinais evidentes no seu comportamento e humor. Estes sinais podem estar presentes na escola ou apenas em casa. As crianças podem parecer calmas e obedientes na sala de aula, mas intolerantes e agressivas logo que chegam a casa. Algumas crianças tornam-se extremamente ansiosas de manhã antes de irem para a escola, e o facto de se recusarem a ir ou fugirem da escola, pode ser um sinal de stress insuportável. Outras crianças, podem mostrar sinais de stress na escola através de episódios de



ansiedade extrema ou zanga, com incidentes de pânico ou comportamentos disruptivos. Outras sofrem de stress crónico que pode contribuir para uma depressão clínica.

Os comentários das crianças e adolescentes com SA expressam o seu desejo de estabelecer uma divisão clara entre casa e escola. Eles vêem a escola como o lugar para trabalhar e a casa como o lugar para descansar e se divertirem.

## II. Perfil de Competências Cognitivas

As crianças com SA têm um perfil invulgar de competências cognitivas, que deverá ser considerado, quando estão a realizar trabalho académico na escola ou em casa. Este perfil de competências cognitivas caracteriza-se pelos seguintes aspectos:

- Um défice nas funções executivas, semelhante ao das crianças com Perturbação de Hiperactividade e Défice de Atenção do tipo predominantemente desatento, caracterizado por dificuldades em planear, organizar e estabelecer prioridades, tendência para a impulsividade e inflexibilidade na resolução de problemas, bem como, fraca memória de trabalho (memória para a sequência de procedimentos);
- Dificuldade em gerar novas ideias e alternativas para solucionar um problema;
- Necessidade de supervisão e de orientação para determinar o que é relevante e irrelevante;
- Fraca noção e gestão do tempo;
- Probabilidade de um perfil invulgar nos testes padronizados de inteligência, especialmente no que respeita às competências verbais e de realização. Algumas crianças são “verbalizadoras” e têm como áreas fortes relativas, a leitura, o vocabulário e os conceitos verbais, enquanto outras crianças são “visualizadoras” e para elas “uma imagem vale mais do que mil palavras”.

É fundamental que o perfil cognitivo e de aprendizagem da criança com SA seja reconhecido pelos professores, de modo a prestar-se um cuidado especial em termos da aplicação de medidas/estratégias de apoio na sala de aula, de modo a facilitar o seu progresso académico. É também importante que o professor da criança com SA adapte o seu currículo.

Em seguida são sugeridas **estratégias** que visam minimizar o défice nas funções executivas, acomodar o perfil de competências cognitivas e ajudar a criança a completar os seus trabalhos de casa com menos stress para si e para a sua família.



## 1. Criar um ambiente de trabalho

### Escolher um local de trabalho

- O local onde a criança trabalha deve permitir a concentração e a aprendizagem. Assim, a criança deve estar bem sentada, com iluminação adequada e os elementos distractores devem ser retirados, tanto os visuais (por exemplo, brinquedos e televisão, que lembram à criança o que ela poderia estar a fazer), como os auditivos (por exemplo, o barulho de electrodomésticos ou dos irmãos, que geralmente interrompem o trabalho). A superfície sobre a qual a criança trabalha deve ter apenas o material necessário para a tarefa;
- Este local deve também ser escolhido tendo em conta as sensibilidades sensoriais excessivas da criança. Por exemplo, existem ali sons que incomodam a criança?
- O local escolhido pelos pais e pela criança, deve ser mantido como o “local de trabalho”, não devendo ser pedido à criança que faça o trabalho de casa noutro local;
- Ter um computador disponível no local de trabalho pode facilitar a produção escrita. Geralmente, escrever à mão exige à criança grande concentração para escrever de forma legível, mudando o seu foco de atenção para a caligrafia. Assim, escrever no computador, pelo menos parte do trabalho, pode facilitar este processo;
- Se a criança tem dificuldade em aceitar a ideia de trabalhar em casa, procure outros locais onde ela poderá trabalhar. Por exemplo, ir para a biblioteca depois das aulas terem terminado, ou ir para a casa de um membro da família (por exemplo, a casa dos avós), que a criança considera melhor para trabalhar;

### Criar um horário diário para o trabalho de casa

- Pode ser feito um horário para a realização do trabalho de casa por um dos pais, com a ajuda do professor, de modo a definir a duração esperada e o conteúdo de cada actividade ou tarefa. Às vezes a criança pode demorar horas a fazer uma tarefa específica, que o professor tencionava que fosse feita em alguns minutos;



- O horário deve incluir a hora ou momento (por exemplo, após lanche) para começar os trabalhos de casa e para fazer intervalos. Fazer intervalos pode ser necessário para promover a concentração. Neste caso, o trabalho pode ser dividido em partes, indicando à criança quanto trabalho tem de fazer até ao intervalo. O erro habitual é esperar que a criança esteja concentrada durante um período de tempo prolongado;
- Pode-se criar um “sistema de recompensas” associado à quantidade de trabalho realizado pela criança no tempo previsto para as tarefas. Estabelece-se previamente um acordo, no qual a criança recebe um “prémio” por realizar determinado número de tarefas. Este sistema pode ajudar a evitar as situações em que o trabalho parece interminável, tanto para a criança como para os pais;
- Pode-se usar um relógio para lembrar à criança o tempo que lhe resta para completar cada parte dos trabalhos de casa;
- É também importante garantir que o horário para realizar os trabalhos de casa não coincide com o programa de televisão favorito da criança. Se coincidir, deve-se gravar o programa para a criança poder vê-lo depois de fazer os trabalhos de casa.

## **2. Modificação da Estrutura dos Trabalhos de Casa**

### *Preparação do trabalho de casa pelo professor*

- É fundamental garantir que todas as instruções acerca dos trabalhos de casa foram registadas de forma escrita. Se o professor fornecer as instruções apenas oralmente ou se acrescentar oralmente, às instruções escritas, informação importante, é provável que a criança fique confusa e não seja capaz de recordar essa informação na totalidade. O professor pode pedir ao aluno para formular o seu plano de trabalho antes de o realizar, de modo a garantir que este trabalho seja coerente e lógico. Se o trabalho demorar vários dias a realizar, é importante que o professor o verifique regularmente e defina claramente os objectivos de cada parte do trabalho, aumentando a probabilidade deste ser entregue dentro do prazo;



- O professor deve analisar os trabalhos de casa que prescreveu, para decidir o que realmente vai beneficiar a criança e assinalar os aspectos importantes, estabelecendo prioridades, de modo que a ela saiba quais são as tarefas que tem de fazer em primeiro lugar;
- As tarefas principais podem ser alteradas de modo a serem mais apelativas para a criança. Considere, por exemplo, o caso em que o professor pede aos alunos para fazerem um trabalho sobre a vida no mar. Se o principal objectivo do trabalho é praticar a recolha de informação, a criança pode pesquisar sobre os seus interesses especiais, como por exemplo, os dinossauros. Pelo contrário, se o principal objectivo é aprender acerca da vida no mar, pode ler alguns livros ou ver um filme sobre esse tema (duas tarefas mais apelativas do que estudar pelo manual escolar).

#### Estratégias para facilitar a memorização dos trabalhos de casa

- Pode-se recorrer a uma agenda ou caderno específico para registar diariamente os trabalhos de casa, os livros ou o material necessário para levar para casa (desta forma, a tarefa de registar os trabalhos de casa é mais apelativa para a criança e pode-se explicar que esta técnica é usada por muitos adultos, para registarem as suas actividades profissionais, e não apenas por crianças/adolescentes com dificuldades de aprendizagem);
- Pode ser eficaz utilizar um gravador áudio para registar as instruções orais do professor e comentários ou lembretes da própria criança, de modo que ela e os seus pais saibam exactamente o que foi dito e o que é importante para realizar o trabalho de casa;
- Outra estratégia é ter um número de telefone de um colega da turma a quem pode recorrer para obter a informação importante.

#### Supervisão

- É importante supervisionar o início da realização dos trabalhos de casa (a criança pode ter dificuldade em começar, ter tendência para adiar ou não saber o que fazer em primeiro lugar). Os pais e professores rapidamente se apercebem do grau de supervisão que a criança necessita;



- Durante a realização dos trabalhos de casa é importante estar disponível e acessível se a criança necessitar de ajuda quando tem dúvidas e para garantir que ela escolheu a estratégia adequada (as crianças com SA podem ter dificuldade em pensar em estratégias alternativas e continuar a utilizar a mesma, enquanto outras crianças teriam reconhecido os sinais que indicariam a necessidade de tentar de outra maneira). Uma técnica para ajudar a criança a perceber que existem várias alternativas para resolver um determinado problema, é fornecer-lhe uma lista dessas estratégias alternativas. A criança precisa de saber que existe um “plano B”;
- A supervisão também é necessária para ajudar a criança a estabelecer prioridades, a planear, a recordar palavras e a manter a motivação. A motivação pode ser promovida através da utilização de reforços específicos pela sua concentração e esforço;
- Ensinar uma criança com SA exige competências especiais e, frequentemente, os pais estão mais envolvidos emocionalmente do que os professores e pode ser difícil para eles manter a objectividade e a distância emocional necessária, além de garantir disponibilidade. Uma opção é ter um tutor de trabalhos de casa que forneça a supervisão. Contudo, esta opção pode estar além dos recursos financeiros de muitas famílias.

Salienta-se que os pais não estão a ser super-protectores ao darem supervisão, apenas sabem que sem o seu envolvimento, o trabalho de casa poderá não ser feito.

### **3. Ajudar a Criança a Lidar com as Emoções**

- As crianças/adolescentes com SA têm tipicamente dificuldade em gerir as suas emoções, nomeadamente, a frustração e a crítica. Podem tornar-se muito agitadas quando estão confusas ou cometem erros. Assim, é necessário que um adulto esteja disponível para ajudar a criança a manter a calma e a pensar com coerência. O adulto pode servir como um modelo, mantendo-se calmo.

### **4. Utilizar o Estilo Cognitivo da Criança (competências e dificuldades cognitivas)**

- Se a área forte da criança é o raciocínio visual, então os diagramas, mapas, figuras, esquemas e demonstrações irão aumentar a sua compreensão;



- Se a área forte são as competências verbais, serão mais úteis as instruções escritas e a discussão verbal, utilizando comparações (especialmente relacionadas com os seus interesses especiais);
- O computador pode ser muito útil. Além do que já foi referido, é com frequência, mais apelativo para a criança, podendo ser mais fácil para ela compreender o material apresentado no ecrã do que o material apresentado por uma pessoa, que lhe adiciona uma dimensão social e linguística. Algumas vezes, os pais podem escrever as respostas ditadas pela criança para o professor ler posteriormente;
- Os professores podem adaptar parte do trabalho de casa de modo a ser realizado através da utilização do computador;
- Os programas de processamento de texto facilitam, especialmente na caligrafia, gramática e ortografia, aumentando a legibilidade e qualidade do produto final;
- Tendo em conta as dificuldades das crianças com SA em aprender matéria nova, os trabalhos de casa deverão ser utilizados para consolidar e praticar informação já conhecida, em vez de introduzir conceitos novos;
- Atender à dificuldade destas crianças em explicar o seu raciocínio através do discurso e à possibilidade de usarem métodos pouco convencionais ou intuitivos, em vez de dedutivos. Por exemplo, a criança pode chegar à solução correcta de um problema de matemática, mas não ser capaz de utilizar as palavras para explicar como chegou até à resposta. Deste modo, pode ser necessário aceitar a sua solução correcta mesmo se o raciocínio utilizado não for claro.

Mantendo em mente como pode ser tão cansativo para a criança trabalhar em casa após as exigências de um dia de aulas, e antes de se aplicarem as estratégias referidas, é fundamental tentar responder às perguntas: **o trabalho de casa vai realmente beneficiar a criança? E se estas estratégias não puderem ser implementadas ou falharem?** Neste caso ou quando a realização dos trabalhos de casa provoca um elevado stress, parece melhor não exigir às crianças com SA que façam os trabalhos de casa.