



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4IEd



Co-funded by
the European Union

Project Number: 2021-1-IT01-KA220-VET-000034736

FEBRUARY 2023

PR2 – A2

Template for the development of the F.H.E.M.T.
addressed to ASD students in hospitality sector

Lead Partner – I.I.S. Crocetti Cerulli

Supporter Partner: Asociacion Fress

InTeaM
4IEd
Innovative Teaching Methodologies
in Hospitality Schools for Inclusive Education



Introdução

Numa altura em que a educação inclusiva é central e as necessidades dos alunos com perturbações do espectro do autismo (PEA) são de grande importância, o desenvolvimento da FHEMT (Flexible and Hybrid Educational Methodology and Tools) como um resultado esperado no contexto do projeto InTeaM4Ed torna-se crucial. Esta metodologia foi especificamente concebida para fornecer aos professores, educadores e formadores do setor da hospitalidade as aptidões e competências necessárias para uma educação inclusiva e uma interação eficaz com os alunos com PEA.

O consórcio do projeto "***Innovative Teaching Methodologies in Hospitality Schools for Inclusive Education-InTeaM4Ed***", cofinanciado pelo Programa Erasmus+ da Comissão Europeia, é composto por um grupo de 6 organizações, provenientes de 5 países europeus diferentes (Itália, Espanha, Grécia, Portugal e Países Baixos). O principal objetivo do Resultado 2, Atividade 2, do Projeto consiste no desenvolvimento de F.H.E.M.T. (Flexible and Hybrid Educational Methodology and Tools) dirigida a estudantes com PEA do setor de hospitalidade.

Como tarefa principal do projeto, os parceiros têm de selecionar alguns cenários entre os já desenvolvidos e descritos no resultado principal do PR1: [InTeaM4Ed Skills and Competences Model](#) e fornecer uma visão detalhada de como as abordagens e ferramentas escolhidas e identificadas no PR2-A1 podem ser aplicadas para melhorar as aptidões e competências dos professores, educadores e formadores quando lidam com situações específicas da vida real. Estas metodologias visam apoiar a implementação de métodos de ensino inclusivos e inovadores, com especial incidência nos alunos com PEA. O objetivo do investimento é melhorar a educação, promover a inclusão e apoiar a Comissão Europeia no desenvolvimento de futuros quadros para a educação inclusiva.

No apêndice deste documento, encontrará uma visão geral e uma seleção de métodos e ferramentas educativas específicas existentes, abordagens de aprendizagem e desafios relacionados com os alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) nos diferentes países parceiros. Esta visão geral tem como objetivo proporcionar uma compreensão aprofundada das abordagens e ferramentas educativas complexas para este grupo-alvo específico, bem como dos desafios que tanto os alunos como os educadores podem enfrentar em contextos/situações de trabalho específicos. Esperamos que este documento forneça informação e soluções valiosas para qualquer pessoa envolvida na educação e no apoio a estudantes com PEA que pretendam entrar no mundo do trabalho.

Estrutura do documento:

Este documento tem como objetivo fornecer informação valiosa aos profissionais da educação e a outras partes interessadas envolvidas no apoio a alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) e no seu desenvolvimento educativo.



Apresenta uma panorâmica substancial dos métodos e ferramentas educativas disponíveis para os alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA). O nosso objetivo é explicar e descrever como cada um dos métodos/ferramentas selecionados no PR2-A1 pode ser aplicado para melhorar as capacidades e competências do aluno em cada cenário específico (PR1).

Capítulo 1: Visão geral dos 15 Métodos/Ferramentas

Este capítulo fornece uma visão geral concisa dos 15 métodos e ferramentas educativas selecionados que serão explorados. Cada método/ferramenta é brevemente apresentado para dar ao leitor uma compreensão geral do que será abordado.

Capítulo 2: Análise específica do Método/Ferramenta

Este capítulo é composto por diferentes subcapítulos, cada um específico de um dos seis cenários. Para cada cenário, segue-se a seguinte estrutura:

Descrição do cenário: Esta secção descreve um cenário específico relevante para o método/ferramenta (por exemplo, "O código de segurança não funciona"). Isto ajuda a compreender o contexto em que o método/ferramenta pode ser aplicado.

Adequação do Método/Ferramenta: Analisaremos por que razão o método/ferramenta escolhido é adequado para o cenário descrito. O que é que torna este método/ferramenta eficaz nesta situação específica?

Aplicação e melhoria das competências: Esta secção fornece uma descrição detalhada de como o método/ferramenta pode ser aplicado no contexto do cenário e como pode contribuir para melhorar as aptidões e competências do aluno.

Conclusão

Neste capítulo de encerramento, as principais conclusões são resumidas. Os parceiros do projeto também sublinham a importância de selecionar o método/ferramenta certo com base nas situações em que os alunos com PEA se podem encontrar. Por fim, são sugeridas algumas ações potenciais para uma maior implementação e investigação neste domínio

Anexo

No anexo deste documento, encontrará uma visão geral e uma seleção de métodos e ferramentas educativas específicas existentes, abordagens de aprendizagem e desafios relacionados com os alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA).



Índice

Introdução	2
Estrutura do documento:	2
Capítulo 1:	5
Capítulo 2:	8
Cenário 1:	9
Cenário 2:	10
Cenário 3:	11
Cenário 4:	12
Cenário 5:	14
Cenário 6:	15
Conclusão	17
Anexo	18
Introdução:	18
Graus de Autismo	19
Os 5 Essencias	20
Parar-Pensar-Agir (Don Meichenbaum)	26
Método de auto-instrução (Don Meichenbaum)	31
Programa "Autismo no trabalho"	36
Programa "Autism Friendly Club"	38
Teatro Pedagógico Cultural (TPC),	40
TEACCH	42
Skinner	45
ABA	47
Suportes Visuais (SV)	49
Histórias Sociais	51
Reforço Diferencial (RD)	54
Programa Son-Rise	56
Terapia de Integração Sensorial (TIS)	59
Sistema de Comunicação por Troca de Imagens (PECS)	63




Capítulo 1:

Breve descrição dos 15 métodos e ferramentas educativas selecionados

Este capítulo apresenta uma visão concisa dos 15 métodos e ferramentas educativas selecionadas que podem ser exploradas. Cada método/ferramenta é brevemente apresentado para dar ao leitor uma compreensão geral do que será abordado.

Este conjunto de metodologias destina-se a professores especializados em atividades de apoio ao ensino, bem como a professores curriculares, que necessitam de implementar a sua formação em metodologias inclusivas e inovadoras, em particular para alunos com PEA.

Espera-se um impacto educativo positivo também a favor dos alunos com PEA que, através da nova metodologia, poderão aprender de forma significativa e totalmente adaptada às suas necessidades educativas, através de ferramentas flexíveis (texto simplificado, aulas em vídeo, ficheiros áudio, etc.), calibradas de acordo com o seu próprio estilo cognitivo de aprendizagem.

Ao **clicar no link** () encontrará um modelo pré-preenchido com mais informações de base.

[Programa “Autiso no trabalho”](#)

Este programa foi especificamente desenvolvido para apoiar pessoas com autismo na procura de emprego no sector da hotelaria e restauração. O processo de recrutamento pode colocar muitos desafios aos indivíduos autistas, tais como regras não escritas, perguntas hipotéticas, atividades de grupo e entrevistas de painel.

[Programa “Autism Friendly Club”](#)

Para o setor da hotelaria e restauração a nível da UE, com o foco em testá-lo na Suécia. O projeto visa qualificar gestores e trabalhadores do setor da hotelaria para prestarem serviços adaptados e acolherem indivíduos com Perturbações do Espectro do Autismo (PEA).

[Teatro Pedagógico Cultural \(TPC\).](#)

O Teatro Pedagógico Cultural (TPC) é uma ferramenta criativa que utiliza o teatro como metodologia flexível para prevenir e agir em diferentes cenários. A sua base teórica é o Teatro do Oprimido de Freire.

[O Programa Son-Rise](#)

O Programa Son-Rise[®] foi lenta e cuidadosamente desenvolvido pelos pais Barry e Samahria Kaufment nos anos 70 para o seu filho com autismo. Este programa baseia-se numa ideia simples: As crianças mostram-nos o caminho para dentro, e depois nós mostramos-lhes o



caminho para fora. Isto significa que, em vez de tentarmos forçar os nossos filhos a adaptarem-se a um mundo que ainda não compreendem, começamos por nos juntarmos a eles no seu mundo. Em vez de nos concentrarmos na mudança de comportamento, devemos concentrar-nos na criação de uma relação. Com esta abordagem, é possível fazer progressos consideráveis.

➔ [Terapia de Integração Sensorial \(SIT\)](#)

A terapia de integração sensorial, desenvolvida nos anos 70 por uma terapeuta ocupacional, A. Jean Ayres, destina-se a ajudar as crianças com problemas de processamento sensorial (incluindo, possivelmente, as crianças com Perturbações do Espectro do Autismo) a lidar com as dificuldades que têm em processar os estímulos sensoriais. As sessões de terapia são orientadas para o jogo e podem incluir a utilização de equipamento como baloiços, trampolins e escorregas.

➔ [Sistema de Comunicação por Troca de Imagens \(Pecs\)](#)

O PECS é um tipo de comunicação aumentativa e alternativa que utiliza símbolos visuais para ensinar o aluno a comunicar com os pais, os prestadores de cuidados, os professores e os colegas. O objetivo é ensinar uma comunicação intencional e funcional e permitir que os utilizadores comuniquem os seus desejos e necessidades.

➔ [Os 5 Essenciais](#)

Os 5 Essenciais é uma metodologia centrada em cinco pilares: compreensão do autismo, contacto positivo, criação de uma base de paz, resolução de problemas e promoção do desenvolvimento.

➔ [Parar-Pensar-Agir \(Don Meichenbaum\)](#)

O método parar-pensar-agir é frequentemente utilizado com alunos em situações de stress em que o aluno demonstra uma forte reação emocional. O método ensina o aluno a refletir sobre as emoções e o comportamento que daí advêm e dá aos pais/professores/supervisores de trabalho uma forma de discutir o assunto em conjunto e de encontrar uma solução.

➔ [Método de auto-instrução \(Don Meichenbaum\)](#)

Uma abordagem cognitiva em que o aluno aprende a orientar-se a si próprio. Este método foi concebido por Don Meichenbaum, um dos fundadores da terapia cognitivo-comportamental, que também aplicou a abordagem na educação.

➔ [Skinner](#)

B.F. Skinner foi um psicólogo americano conhecido pelo seu trabalho em condicionamento operante. Ele enfatizou a ideia de que o comportamento é influenciado por recompensas e punições, sendo que o comportamento que é recompensado é repetido. O seu trabalho teve um impacto significativo no campo da psicologia e da terapia comportamental.



[Análise Comportamental Aplicada \(ABA\)](#)

A análise comportamental aplicada é a área de investigação que tem como objetivo aplicar os dados resultantes da análise comportamental para compreender as relações entre determinados comportamentos e condições externas. A ABA tem em consideração os seguintes elementos: os antecedentes, o comportamento em análise, as consequências e o contexto. O programa de intervenção é realizado com base nos dados que emergem da análise, utilizando as técnicas habituais da terapia comportamental. O objetivo do método é reduzir os comportamentos disfuncionais e expandir os comportamentos adaptativos, de modo a melhorar a experiência da criança no contexto social de referência.

[Suportes Visuais \(SV\)](#)

Os estudos mostram que a utilização de suportes visuais (SV) na interação com alunos com perturbações do espectro do autismo (PEA) facilita o processo, fornecendo ao aluno informação e assistência fáceis de compreender sobre atividades, rotinas e expectativas. Existem diferentes tipos de SV (por exemplo, símbolos, fotografias, desenhos) utilizados em formato impresso ou digital.

[Histórias Sociais](#)

A ferramenta das *Histórias Sociais* facilita a compreensão de uma situação social, expondo elementos escondidos da mesma, ensinando assim o formando a mostrar um determinado comportamento adequado em ocasiões semelhantes. Por outras palavras, as Histórias Sociais funcionam como uma fase preparatória para uma situação que está a acontecer ou que está prestes a acontecer.

[Reforço Diferencial \(RD\)](#)

O reforço é um princípio básico do comportamento que descreve uma resposta-consequência que se segue a um comportamento e aumenta a probabilidade futura desse comportamento. O reforço diferencial (RD) de outros comportamentos significa que o reforço é fornecido para os comportamentos desejados, enquanto os comportamentos inadequados são ignorados.

Para além disso, o F.H.E.M.T. desenvolvido irá apoiar a Comissão Europeia no desenvolvimento de um futuro quadro para a educação inclusiva.



Capítulo 2:

Cenários e métodos/ferramentas.

Cada um dos capítulos seguintes é específico de um dos 6 cenários apresentados no modelo InTeaM4!Ed (PR1). Para cada cenário, é seguida a seguinte estrutura:

Descrição do cenário: Esta secção descreve um cenário específico relevante para o método/ferramenta (por exemplo, "O código de segurança não funciona"). Isto ajuda a compreender o contexto em que o método/ferramenta pode ser aplicado.

Adequação do Método/Ferramenta: Analisaremos por que razão o método/ferramenta escolhido é adequado para o cenário descrito. O que é que torna este método/ferramenta eficaz nesta situação específica?

Aplicação e melhoria das competências: Esta secção fornece uma descrição detalhada de como o método/ferramenta pode ser aplicado no contexto do cenário e como pode contribuir para melhorar as aptidões e competências do aluno.



Scenario 1:

O código de segurança não funciona

Descrição do cenário:

O aluno está a sair-se muito bem no seu estágio, cumpre todas as suas tarefas com excelência e alinha em tudo. As expectativas são muito altas para ele/ela. Devido à falta de pessoal, é colocado num turno que não corresponde às suas responsabilidades como estagiário. O estudante não teve uma pausa desde o início do seu turno. Durante o fecho, o código de segurança não funciona e o aluno entra em colapso. O aluno entra em pânico e tem medo de falhar, porque o formador confia nele e ele sente que não está à altura. O que é que o aluno deve fazer, e o formador?

Adequação do método/ferramenta: TEACCH

O programa TEACCH é adequado para o cenário descrito, em que o aluno com autismo, que normalmente tem um bom desempenho, se depara com uma situação stressante devido a mudanças inesperadas e expectativas elevadas.

Aplicação e melhoria das competências:

Eis porque é que o TEACCH é adequado para este cenário:

1. Estrutura do ambiente: O TEACCH dá ênfase à estrutura ambiental, tanto em termos de espaço como de tempo. Neste cenário, o aluno pode beneficiar de um ambiente estruturado, claramente definido, e onde também estão previstas pausas.

2. Momentos de descanso: O programa enfatiza repetidamente a importância dos momentos de descanso e do espaço pessoal. Neste caso, o aluno pode beneficiar de momentos de descanso ou de pausas, especialmente se não tiver tido uma pausa desde o início do seu turno.

3. Apoio visual: O TEACCH faz uso extensivo de apoio visual, como horários visuais e imagens para tornar as tarefas e os passos claros. Neste cenário, a utilização de recursos visuais pode ajudar a compreender a situação, por exemplo, o que fazer quando o código de segurança não funciona.

4. Adaptação às necessidades individuais: O TEACCH reconhece a importância da adaptação e flexibilidade individuais. Neste caso, o método pode ser adaptado às necessidades específicas do aluno, proporcionando-lhe o apoio de que necessita.



Cenário 2:

Sem reserva identificada

O avô e a avó estão casados há 60 anos e saem para jantar com todos os filhos e netos. Vêm jantar com um grupo de 35 pessoas, reservaram uma sala separada e dirigem-se à receção do aluno. A reserva não consta da lista. O aluno inicia uma investigação sobre a reserva em falta. Entretanto, a família fica inquieta: a avó está a chorar porque organizou tudo, o avô quer fazer uma reclamação, as crianças correm pelo corredor e a mãe tem de amamentar o bebé. O aluno começa a sentir-se muito ansioso e fica paralisado.

Como é que o aluno deve proceder?

Adequação do método/ferramenta: Método de auto-instrução (Don Meichenbaum)

A abordagem cognitiva, em que os alunos aprendem a auto-regular-se, tal como foi desenvolvida por Don Meichenbaum, um dos fundadores da terapia cognitivo-comportamental, pode ser aplicada para ajudar o aluno a lidar com a situação de stress no caso descrito.

Aplicação e melhoria das competências:

Eis como esta ferramenta pode ser utilizada:

Auto-Regulação e Auto-Gestão: O aluno pode aprender a controlar os seus pensamentos e emoções e a auto-regular-se em situações de stress. Isto começa com a consciencialização dos seus próprios pensamentos e emoções em resposta à situação.

Reestruturação Cognitiva: O aluno pode aprender a reestruturar os seus padrões de pensamento e mudar de pensamentos negativos ou esmagadores para pensamentos mais positivos e controláveis. Neste caso, ele pode concentrar-se na resolução de problemas em vez de ficar paralisado pelo medo.

Abordagem passo-a-passo: O aluno pode ensinar-se a enfrentar a situação passo a passo. Em vez de tentar resolver tudo de uma vez, pode começar com pequenos passos, como a recolha de informações sobre a reserva em falta.

Técnicas de gestão do stress: Aprender técnicas de gestão do stress, como exercícios de respiração ou de atenção plena, pode ajudar o aluno a manter a calma em situações de stress.

Competências de comunicação: O aluno pode aprender a comunicar eficazmente com os membros da família e a mantê-los informados sobre a evolução da situação. Uma comunicação clara pode reduzir a tensão.

Autoavaliação: O aluno pode aprender a ser autoconsciente na sua autoavaliação. É normal sentir alguma ansiedade em situações de stress. O aluno pode aprender que a ansiedade não é necessariamente uma emoção negativa e que pode lidar com ela.



Cenário 3:

Mesa redonda na aula - Resistência à mudança

Como professor, criou um bom método de trabalho que lhe permitiu organizar a sala de aula de forma diferente e promover a comunicação entre os alunos. As mesas e cadeiras passaram de duas a duas para mesas redondas. No entanto, o seu aluno com PEA parece muito perturbado e insiste em voltar a colocar as mesas e cadeiras como estavam antes.

Adequação do método/ferramenta: O programa Son-rise

O Programa Son-Rise® é uma abordagem que se concentra em estabelecer uma relação com as pessoas com autismo e compreendê-las no seu mundo antes de tentar trazê-las para o nosso.

Aplicação e melhoria de competências:

Eis como esta ferramenta pode ser aplicada na situação descrita com o aluno com PEA que parece agitado com as mudanças na organização da sala de aula:

Empatia e Compreensão: O Programa Son-Rise® reconhece a importância da empatia e da compreensão da perspetiva e das necessidades da criança com autismo. Como professor, é essencial compreender porque é que o aluno está perturbado pela nova organização da sala de aula e o que é que ele precisa.

Juntar-se à criança no seu mundo: De acordo com os princípios do Son-Rise Program®, é fundamental estar com o aluno no seu mundo, o que pode incluir uma preferência pela organização de mesas e cadeiras antiga. Isto significa estar preparado para adaptar a disposição da sala de aula aos desejos do aluno para construir uma relação positiva e de confiança.

Paciência e comunicação: Embora respeite a disposição antiga da sala de aula, é importante ser paciente e continuar a comunicar com o aluno. Tente perceber porque é que a antiga disposição é importante para ele e o que é que ele ganha com isso.

Transição gradual: Depois de estabelecer uma relação forte com o aluno com dificuldades e ganhar a sua confiança, pode introduzir gradualmente sugestões de mudanças na disposição da sala de aula. Isto pode ser feito em pequenos passos para que o aluno se sinta confortável com a transição.

Mantenha-se focado na relação: Em vez de tentar mudar diretamente o comportamento do aluno, concentre-se em construir uma relação positiva com ele. Uma relação forte pode, em última análise, levar a que o aluno esteja mais disposto a aceitar a mudança.



Cenário 4:

Esplanada ocupada - Processamento de estímulos

O tempo está bom e a esplanada está cheia. O aluno anota o pedido. Chega uma família com 2 crianças pequenas... as crianças estão agitadas, nervosas e com fome... ele pergunta o que querem beber... coca-cola ☒ não é permitido pela mãe, leite com chocolate ☒ já não está no stock do restaurante... sumo de maçã, oh não, laranja... finalmente anotou o pedido para 2 adultos e 2 crianças. Também querem comer pizza... com a questão se as crianças podem comer a pizza um pouco mais depressa porque estão esfomeadas. Entretanto, os outros clientes acham que o aluno está há demasiado tempo naquela mesa e chamam-no para este os servir... pânico.

Como é que o aluno pode lidar com isto

Adequação do método/ferramenta: Histórias sociais

A ferramenta "Histórias Sociais" pode ser útil para ajudar o aluno a lidar com a situação descrita, em que há vários clientes, incluindo uma família com crianças impacientes, e o aluno sente-se sobrecarregado e em pânico.

Aplicação e melhoria das competências:

Eis como a ferramenta "Histórias Sociais" pode ser aplicada para orientar o aluno:

Preparação com Histórias Sociais: Antes de o aluno iniciar o seu trabalho, pode ser preparado com uma "História Social" que descreva o que se espera dele em situações de grande movimento como esta. A "História Social" pode incluir elementos como cumprimentar clientes, receber pedidos, lidar com pedidos especiais e lidar com clientes impacientes.

Relembre o aluno da história social: Enquanto o aluno se encontra na situação, pode recordar a "história social" e seguir os passos nela descritos. Isto pode ajudar o aluno a manter-se no caminho certo e organizado, apesar das circunstâncias stressantes.

Abordagem passo-a-passo: O aluno pode aprender a dividir as tarefas em pequenos passos e sequências. Por exemplo, primeiro ir buscar e entregar as toalhas, depois receber as encomendas da família e depois passar para outros clientes.

Comunicação eficaz: O aluno pode aprender competências de comunicação eficazes para ser claro com os clientes. Neste caso, ele pode, por exemplo, explicar porque é que alguns artigos não estão disponíveis e sugerir alternativas.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4Ed

Autorregulação e gestão do stress: O aluno pode aprender a gerir as suas emoções e a controlar o stress. Recordar a "História Social" pode ajudá-lo a manter a calma e a tornar a situação mais fácil de gerir.

Flexibilidade e resolução de problemas: O aluno pode ser treinado para ser flexível e encontrar soluções criativas para situações difíceis, como encontrar formas alternativas de acomodar a família com crianças famintas.



Cenário 5

Resolução de caso - Pensamento orientado

Uma empresa reservou uma sala de reuniões. A mesa de café deve estar pronta às 10h00. Às 10:10, alguém vem ter consigo e pergunta onde está o café.

A análise revela que o café foi servido noutra sala. O pessoal dessa sala não tinha reservado o café. Os alunos confundiram os salões. O pânico instala-se. O aluno...

- tira o café da sala?,
- deixa-o lá (porque já foi usado) e cobra os custos?,
- onde é que ele arranja outros biscoitos de imediato?

O que é que o aluno deve fazer?

Adequação do método/ferramenta: Autismo no trabalho

O programa "Autismo no Trabalho" parece ser adequado para o cenário descrito em que o aluno com autismo é confrontado com uma situação desconfortável no local de trabalho, nomeadamente a confusão em relação à localização do café e dos lanches encomendados para uma reunião.

Aplicação e melhoria das competências:

Eis porque é que esta ferramenta é adequada para este cenário:

Ambiente de trabalho favorável ao autismo: O programa "Autismo no Trabalho" foi concebido para criar um ambiente de trabalho amigo do autismo. Num ambiente semelhante, os funcionários com autismo são apoiados para lidar com situações e desafios inesperados.

Comunicação e competências sociais: Este programa pode ajudar a desenvolver as competências sociais e de comunicação do aluno. No cenário descrito, em que a comunicação e a compreensão das expectativas são cruciais, o programa pode ajudar a responder eficazmente.

Gestão do stress e autogestão: O programa "Autismo no Trabalho" pode ajudar o aluno a desenvolver competências de gestão do stress e de autogestão. Numa situação stressante como esta, o aluno pode aprender a manter a calma e a tomar decisões informadas.



Cenário 6

Planeamento e Organização Multitarefa

Os alunos trabalham na cozinha e preparam uma refeição em conjunto. Um dos alunos tem a tarefa de fazer uma salada. Os alunos recebem a tarefa de fazer a sua própria salada de acordo com um plano passo-a-passo.

Todos os alunos cozinham os ovos e, entretanto, põem mãos à obra para lavar a alface e cortar os tomates e o pepino.

O aluno x também coze os ovos e espera ordenadamente durante 8 minutos até que a tarefa esteja concluída.

resultado... todas as saladas estão prontas, exceto a salada do aluno x.

Adequação do método/ferramenta: Programa “Autism Friendly Club”

A ferramenta descrita, que visa criar um ambiente acolhedor para indivíduos com autismo, também pode ser aplicada no cenário em que os alunos estão a trabalhar em conjunto na cozinha para preparar uma refeição, com serviços adaptados para acomodar indivíduos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA).

Aplicação e melhoria das competências:

Eis como a ferramenta pode ser aplicada neste cenário específico:

1. Sinalização das áreas da cozinha:

Identificar elementos no ambiente da cozinha que possam potencialmente causar sobrecarga sensorial ou desconforto para o aluno com autismo, tais como o ruído do equipamento de cozinha ou iluminação intensa.

2. Formação e sensibilização dos trabalhadores:

Assegurar que todos os alunos, incluindo o aluno com autismo, compreendem como comunicar e colaborar na cozinha. Pode ser benéfico sensibilizar os colegas para as necessidades específicas do seu colega com autismo, realçando a importância de uma comunicação clara e de uma estrutura.

3. Adaptação dos horários:

Tenha em consideração as necessidades individuais do aluno com autismo quando planear as atividades na cozinha. O aluno com autismo pode ter um melhor desempenho se lhe for atribuída uma tarefa específica que se alinhe com as suas capacidades e requisitos, reduzindo o risco de se sentir sobrecarregado.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4!Ed

4. Desenvolvimento de protocolos específicos para o setor:

Assegurar a existência de protocolos claros que descrevam como as atividades de cozinha podem ser adaptadas para apoiar de forma eficaz o aluno com autismo. Isto pode incluir comunicação, estrutura e possíveis ajustes.



Conclusão

Neste capítulo final, apresentaremos um resumo das descobertas que fizemos. Iremos enfatizar a importância crítica de selecionar o método/ferramenta certo com base na situação específica em que os alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) se encontram.

Ao longo deste projeto, todos os países parceiros trabalharam com grande dedicação e empenho para desenvolver a F.H.E.M.T. (Metodologia e Ferramentas Educativas Flexíveis e Híbridas), com o objetivo de melhorar as aptidões e competências dos professores, educadores e formadores do setor da hotelaria e restauração para lidar com alunos com Perturbações do Espectro do Autismo (PEA). Este projeto produziu uma riqueza de conhecimentos e metodologias para melhorar a experiência educativa dos alunos com PEA e promover a inclusão na educação, permitindo-lhes assim abordar o mundo do trabalho em segurança.

Uma parte essencial deste projeto consistiu na descrição de cenários específicos que podem ocorrer em situações da vida real no que diz respeito a situações específicas do ambiente de trabalho em cada país parceiro e na exploração da forma como as ferramentas F.H.E.M.T. podem ser aplicadas de forma eficaz nestes diversos contextos. Esta abordagem resultou em valiosos comentários e experiências de professores, tanto especializados em atividades de apoio como em professores curriculares, envolvidos na formação. Estes conhecimentos levaram a uma compreensão profunda da forma como o F.H.E.M.T. pode ser adaptado às necessidades dos alunos com PEA e ao ambiente educativo no setor da hotelaria.

Estas metodologias não só aumentarão a competência dos educadores, como também contribuirão para a criação de ambientes de aprendizagem mais inclusivos, onde os alunos com PEA têm a oportunidade de aprender e crescer de forma significativa. Este projeto não só contribui para a qualidade da educação, como também apoiará a Comissão Europeia na definição de futuros quadros para a educação inclusiva.

As 15 aptidões e competências recentemente identificadas para os estudantes com PEA no setor da hotelaria e restauração, tal como identificadas neste projeto, servirão como um guia valioso para iniciativas futuras. Estamos confiantes de que o F.H.E.M.T. e os resultados deste projeto terão um impacto duradouro e positivo na educação, na inclusão e, acima de tudo, na vida dos estudantes com PEA no setor da hotelaria e restauração.



Anexo

Introdução:

Os modelos que se seguem têm como objetivo recolher informações para criar um ambiente de aprendizagem significativo que tenha em conta os seguintes princípios:

- Abordar as diferenças individuais.
- Motivar os alunos, especialmente aqueles com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA).
- Evitar a sobrecarga de informação.
- Criar contextos realistas.
- Incentivar a interação.
- Oferecer tarefas prontas.
- Promover a reflexão.

O documento está estruturado da seguinte forma:

- Breve descrição da ferramenta
- Nível/Grau de Autismo
- Área de competências (ver anexo I_Mapas de Aptidões e Competências)
- Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma
- Resultados de aprendizagem esperados para os alunos
- Justificação
- Prós e contras
- Nível de apoio necessário
- Cenário que pode ser abordado com a ferramenta
- Como? Porquê? Uma visão geral completa sobre como usar a ferramenta selecionada para ser abordada no cenário escolhido, a fim de melhorar as aptidões e competências para lidar com a situação



Graus de autismo

Os diferentes graus de autismo são os seguintes:

Graus de autismo	
Autista ou Perturbação de grau 1	<p>É também conhecido como autismo severo e constitui o grau mais profundo do espectro autista, sendo este o mais reconhecido. Leo Kanner, em 1941, foi quem lhe chamou Autismo Infantil Precoce, sendo esta a primeira perturbação a englobar características de crianças com qualquer um dos tipos ou graus de autismo existentes, sem distinguir a gravidade.</p> <p>Atualmente, este tipo de autismo é o que engloba as manifestações mais profundas. A perturbação autista caracteriza-se principalmente pela ausência de desenvolvimento da linguagem, além disso, estas crianças evitam olhar para os olhos dos outros e isolam-se do seu ambiente.</p> <p>Adicionalmente, manifestam movimentos estereotipados que podem ser estranhos, sem qualquer objetivo, bem como a falta de expressão de emoções e interesses de forma reduzida em atividades.</p>
Regressivo ou Perturbação de grau 2	<p>Este tipo de autismo é também conhecido como transtorno desintegrativo da infância, e é uma alteração que, ao contrário dos outros tipos ou graus de autismo existentes, demora um pouco mais a aparecer, pois nos primeiros anos a criança desenvolve-se normalmente, mas a partir de certa altura começa a perder gradualmente as competências que adquiriu.</p> <p>Em geral, o autismo regressivo aparece antes dos 10 anos de idade e é a partir dessa regressão que os mesmos sintomas do autismo severo aparecem, mas com menos intensidade. Desta forma, a criança perde as suas competências linguísticas, a capacidade de comunicar e de interagir com crianças e adultos no seu próprio ambiente.</p> <p>Por outro lado, surgem os comportamentos repetitivos, tanto motores, como maneirismos e estereotipados, aliados ao isolamento das pessoas que o rodeiam.</p>
Autismo de funcionamento elevado	<p>Entre os tipos ou graus de autismo que existem, este é o mais ligeiro, porque os seus sintomas não são agudos nem profundos, pelo menos no seu início. Ao contrário dos outros tipos ou graus de autismo que existem, neste caso o desenvolvimento da linguagem da criança é normal, assim como os seus processos cognitivos, mantendo-se dentro dos parâmetros, e se tiver a atenção adequada pode ser integrada na escola sem problemas.</p> <p>Por último, as pessoas diagnosticadas com esta patologia distinguem-se, pois a sua capacidade de memória é muito boa, no entanto, tendem a ter rigidez mental e ideias associadas à obsessão, que podem ser acompanhadas de descoordenação motora.</p>



Os 5 Essenciais

Breve descrição da ferramenta	<p><i>Os 5 Essenciais é uma metodologia centrada em cinco pilares: compreensão do autismo, contacto positivo, criação de paz básica, resolução de problemas e promoção do desenvolvimento.</i></p> <p><i>Este método baseia-se em cinco princípios importantes:</i></p> <p><i>Clareza: Isto ajuda a proporcionar uma comunicação e expectativas claras. As pessoas com autismo precisam geralmente de linguagem e instruções claras e simples.</i></p> <p><i>Previsibilidade: É essencial criar um ambiente previsível. As pessoas conseguem lidar com a estrutura e a rotina</i></p> <p><i>Compreensibilidade: Ajustar o estilo de comunicação</i></p> <p><i>Honestidade : Honestidade</i></p> <p><i>Positividade: O culminar do reforço positivo e a recompensa do comportamento desejado é uma parte importante do método.</i></p>
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1</p> <p>x Regressivo - Grau 2</p> <p>x Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação</p> <p>x Área Sócio - emocional</p> <p>x Área de Auto-gestão</p> <p><input type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Área de Comunicação</p> <p>Clareza na comunicação: O método foca a importância de uma comunicação clara e simples. As pessoas com autismo aprendem a utilizar linguagem complexa e a dar instruções claras.</p> <p>Previsibilidade: O método incentiva a comunicação com padrões e estruturas previsíveis. Isto ajuda as pessoas com autismo a antecipar o que está a ser dito e a compreender melhor o que se espera delas.</p> <p>Compreensibilidade: Ensina a evitar linguagem figurativa e conceitos abstratos na comunicação. Isto garante que a mensagem se destina a pessoas com autismo.</p> <p>Área sócio-emocional:</p> <p>Honestidade e Positividade: O método sublinha indiretamente a importância de uma comunicação honesta e sensata. Isto pode ajudar a criar confiança e a fundar relações positivas.</p> <p>Recompensar o comportamento desejado: A parte da positividade encoraja a recompensa do comportamento desejado. Isto pode ajudar os indivíduos com autismo a desenvolver interações sociais positivas e expressão emocional.</p> <p>Reconhecimento de emoções: Através de interações sociais estruturadas e previsíveis, as pessoas com autismo aprendem a reconhecer e a compreender melhor as emoções, tanto nelas próprias como nos outros.</p> <p>Área Auto-gestão</p>



	<p>Previsibilidade e estrutura: O método cria indiretamente um ambiente previsível e rotinas diárias. Isto apoia a autogestão porque os indivíduos com autismo sabem o que esperar e como se preparar.</p> <p>Autorregulação: O método apoia a autorregulação através da aprendizagem de estratégias relevantes de adaptação a fatores de stress. Isto melhora a auto-gestão a nível virtual e comportamental.</p> <p>Compreensibilidade e clareza: Ao enfatizar uma comunicação clara e não problemática, os indivíduos com autismo são ajudados a expressar melhor as suas próprias necessidades e desejos, o que afeta a sua auto-gestão.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Ao utilizar esta ferramenta "Os 5 Essenciais", os alunos com PEA podem:</p> <p>Melhorar as suas capacidades de comunicação, utilizando uma linguagem clara e compreensível, aumentando a sua capacidade de expressar as suas necessidades e comunicar eficazmente com os outros.</p> <p>Desenvolver a autorregulação e o reconhecimento emocional, conduzindo a um melhor bem-estar emocional</p> <p>Melhorar as suas competências sócio-emocionais, incluindo a empatia, a construção de relações positivas e a compreensão da dinâmica social.</p> <p>Reforçar as capacidades de autogestão, criando e cumprindo rotinas estruturadas e adaptando-se mais eficazmente às mudanças.</p> <p>Aumentar a sua independência na vida quotidiana, aplicando os princípios de previsibilidade, clareza, honestidade e positividade ao lidar com diferentes situações e desafios.</p>
Justificação	<p>Justificação da escolha:</p> <p>Abordagem estruturada: Os 5 Essenciais oferece uma abordagem estruturada e sistemática que é benéfica para as pessoas com PEA. Divide as competências sociais e de comunicação complexas em etapas mais fáceis de gerir, tornando-as acessíveis a indivíduos de todo o espetro.</p> <p>Clareza e previsibilidade: Este método dá ênfase a uma comunicação clara e previsível que vai ao encontro das necessidades das pessoas com PEA. A clareza e a previsibilidade são essenciais para aqueles que têm dificuldade em interpretar informações abstratas ou ambíguas.</p> <p>Apoio visual: O apoio visual é uma parte essencial deste método e pode trazer benefícios significativos para as pessoas com PEA, muitas das quais são aprendizes visuais. Os recursos visuais podem ajudar a transmitir informações e instruções de forma eficaz.</p> <p>Ênfase no reforço positivo: Os 5 Essenciais promove o reforço positivo, que é um poderoso motivador para as pessoas com PEA. Encoraja a repetição dos comportamentos desejados e as interações sociais.</p>



	<p>Considerações sobre os diferentes graus de PEA:</p> <p>PEA de funcionamento elevado: Os indivíduos com PEA de elevado funcionamento podem necessitar de um apoio menos intensivo. Nesses casos, o método pode ser adaptado ao seu nível mais elevado de competências cognitivas e de comunicação. As ferramentas podem incluir a definição de objetivos individualizados e a flexibilidade na aplicação do método.</p> <p>PEA de baixo funcionamento: Para indivíduos com maiores necessidades de apoio, as soluções podem incluir a simplificação do apoio visual, o fornecimento de pistas visuais adicionais e o trabalho em estreita colaboração com especialistas e terapeutas para adaptar o método às suas necessidades específicas.</p> <p>Individualização: Independentemente do grau de PEA, a individualização é crucial. Compreender os pontos fortes, os desafios e as preferências de comunicação de cada indivíduo é essencial para implementar o método com sucesso.</p> <p>Envolvimento da família: Para indivíduos com TEA de baixo funcionamento, o envolvimento da família é crucial. Educar e formar os membros da família para utilizarem o método em casa pode garantir a consistência e a generalização das competências.</p> <p>Recursos adicionais:</p> <p>Formação contínua: Os professores, terapeutas e prestadores de cuidados devem receber formação adequada sobre este método para o implementarem eficazmente, especialmente quando lidam com diferentes graus de PEA.</p> <p>Monitorização dos progressos: A recolha de dados e a monitorização dos progressos são essenciais para acompanhar a eficácia do método para cada indivíduo. As avaliações periódicas podem ajudar a ajustar e adaptar a abordagem, se necessário.</p>
Prós e contras	<p>Desafios/obstáculos:</p> <p>Resistência à mudança: As pessoas com PEA podem ter dificuldade em adaptar-se a novas rotinas ou intervenções. A implementação de um novo método pode ser recebida com resistência, especialmente nos casos em que o indivíduo está habituado a abordagens diferentes.</p> <p>Sensibilidades sensoriais: Muitas pessoas com PEA têm sensibilidades sensoriais, e o ambiente sensorial pode colocar desafios durante a implementação do método. Ambientes sensoriais demasiado estimulantes podem ser um obstáculo ao sucesso.</p> <p>Dificuldades de comunicação: Para os indivíduos com capacidades de comunicação limitadas, pode ser difícil expressar a sua compreensão ou preferências relativamente ao método. Uma comunicação eficaz é essencial para uma implementação bem sucedida.</p> <p>Generalização: transferência de competências</p> <p>Recursos e necessidades de formação: Implementação do método</p>



	<p>Aspetos positivos da implementação:</p> <p>Abordagem estruturada: oferece uma abordagem estruturada e sistemática, que pode ser muito útil para pessoas com PEA que brilham e se destacam em ambientes estruturados.</p> <p>Individualização: O método pode ser adaptado às necessidades únicas de cada indivíduo, permitindo um apoio individualizado e abordando eficazmente desafios específicos.</p> <p>Apoios visuais: Visual</p> <p>Ênfase no reforço positivo: O método incentiva a utilização do reforço positivo para motivar e recompensar o comportamento desejado, o que pode ser uma ferramenta poderosa para as pessoas com PEA.</p> <p>Monitorização do progresso: A recolha de dados e a monitorização do progresso podem ajudar os professores e terapeutas a tomar decisões baseadas em dados, a acompanhar as melhorias e a ajustar o método conforme necessário.</p>
Nível de apoio necessário	<p>Nível de envolvimento:</p> <p>O nível de envolvimento dos professores, terapeutas, prestadores de cuidados e pessoal de apoio é fundamental. A aplicação eficaz do método exige um elevado grau de compromisso e consistência.</p> <p>Número de fontes:</p> <p>O número de dispositivos de apoio necessários pode variar consoante o grau de PEA do indivíduo e as suas necessidades específicas. Alguns indivíduos podem necessitar de mais recursos, incluindo equipamento especializado, apoio visual e pessoal adicional.</p> <p>Número de sessões de trabalho:</p> <p>A frequência e a duração das sessões de trabalho devem ser adaptadas às necessidades do indivíduo. Alguns indivíduos podem necessitar de sessões mais frequentes, enquanto outros podem progredir efetivamente com menos sessões.</p> <p>Mecanismos ou aspetos a ter em conta de acordo com o grau de PEA:</p> <p>Individualização: Considerar as características únicas, os pontos fortes e os desafios do indivíduo com base no seu nível de PEA. A abordagem pode ter de ser adaptada às necessidades específicas de cada pessoa.</p> <p>Considerações sensoriais: Ter em conta as sensibilidades sensoriais, especialmente nas pessoas com PEA. Criar um ambiente que satisfaça as necessidades sensoriais e reduza os desafios sensoriais.</p> <p>Apoio à comunicação: Considerar ferramentas ou estratégias de comunicação aumentativa e alternativa para indivíduos com capacidades de comunicação limitadas, a fim de facilitar a sua participação no método.</p> <p>Envolvimento da família : Os membros da família desempenham um papel fundamental, especialmente no caso de indivíduos com PEA de funcionamento mais</p>



	<p>baixo. Trabalhe com as famílias para garantir a consistência na implementação do método em casa.</p> <p>Quando utilizar esta ferramenta:</p> <p>A ferramenta pode ser introduzida em várias fases: No início da formação: Ao introduzir o método no início da formação, pode estabelecer uma abordagem estruturada desde o início.</p> <p>Durante a formação: A utilização contínua durante a formação reforça as competências e dá oportunidade aos indivíduos de aplicarem o que aprenderam.</p> <p>Pós-formação: A utilização contínua após a formação ajuda a alargar as competências a situações da vida real.</p> <p>Expectativas e realização de objetivos do prestador de apoio:</p> <p>Os auxiliares devem ter expectativas claras em relação a cada indivíduo, com base nos seus objetivos específicos. As expectativas podem incluir uma melhor comunicação, autorregulação e interação social.</p> <p>Os objetivos devem ser definidos para cada indivíduo com base nas suas necessidades específicas. O sucesso é caracterizado pelo cumprimento destes objetivos, que podem ser medidos através da recolha de dados, observação e avaliações periódicas.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	<p>Nenhuma reserva conhecida: O avô e a avó estão casados há 60 anos e saem para jantar com todos os filhos e netos. Vêm comer com um grupo de 35 pessoas, reservaram uma sala separada e entram na receção do aluno. A reserva não consta da lista. O estudante inicia uma investigação sobre a reserva em falta. Entretanto, a família está a ficar agitada: a avó está a chorar porque tratou de tudo, a filha quer fazer uma reclamação, as crianças correm pelo corredor e a mãe tem de amamentar o bebé. O aluno começa a sentir-se muito ansioso e a congelar.</p>
Porquê? Como?	<p>Segue-se uma descrição passo a passo de como utilizar o método nesta situação:</p> <p>1. Parar (Parar - Parar):</p> <p>Na fase "Parar", o aluno deve reconhecer a escalada do stress e da ansiedade. O aluno deve ser treinado para reconhecer o seu próprio estado emocional e para reconhecer os momentos em que precisa de fazer uma pausa.</p> <p>2. Fazer (Pensar - Pensar):</p> <p>Na fase "Fazer", o aluno aplica técnicas de auto-instrução. O aluno pode guiar-se silenciosamente com uma conversa interna positiva para se manter calmo e pensar sobre a situação. Por exemplo: "Tenho de me manter calmo e tranquilo". "Vamos encontrar uma solução passo a passo." "Eu consigo lidar com esta situação."</p> <p>3. Lei (Comércio - Negociação):</p> <p>Na fase de "Atuação", o aluno implementará os seguintes passos para gerir a situação e apoiar a família:</p>



	<p>Abordar a família com calma e reconhecer a sua angústia.</p> <p>Mostrar empatia e compreensão pela reação emocional da avó.</p> <p>Conduzir a avó para uma área mais calma onde ela possa recuperar a sua compostura.</p> <p>Abordar a reclamação da filha e assegurar-lhe que o aluno está a tomar medidas para resolver o problema.</p> <p>Pedir à família que forneça os detalhes da reserva, como o nome sob o qual foi efetuada.</p> <p>Contactar o pessoal do restaurante para investigar a reserva em falta, mantendo uma atitude profissional e calma.</p> <p>Comunicar calmamente com as crianças, redirecionar a sua atenção ou providenciar uma área de brincadeira designada.</p> <p>Ajudar a mãe a amamentar, assegurando-lhe um espaço privado e confortável.</p> <p>4. Avaliar (Avaliar - Avaliar):</p> <p>Depois de a situação estar resolvida, o aluno deve refletir sobre as suas ações e avaliar a sua resposta. Pode fazer a si próprio perguntas como:</p> <p>"Como é que eu lidei com a situação?"</p> <p>"O que é que correu bem e o que é que posso melhorar?"</p> <p>"Utilizei o método 5 Essenciais de forma eficaz para manter a calma?"</p>
--	--



Parar-Pensar-Agir (Don Meichenbaum)

Breve descrição da ferramenta	<i>O método "parar-pensar-agir" é frequentemente utilizado com alunos em situações de stress em que estes demonstram uma forte reação emocional. O método ensina o aluno a pensar sobre as emoções e o comportamento que daí advêm e dá aos pais/professores/supervisores de trabalho uma forma de discutir o assunto em conjunto e de encontrar uma solução.</i>
Nível/Grau de Autismo	x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado
Área de competências	<input type="checkbox"/> Área de Comunicação <input checked="" type="checkbox"/> Área Sócio - emocional <input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	1. Área socio-emocional: Fase "Parar": Na fase "Parar", os indivíduos aprendem a parar impulsos e pensamentos indesejados antes que estes resultem em respostas sociais ou emocionais negativas. Isto ajuda a reduzir as respostas impulsivas a situações sociais, permitindo aos indivíduos exercer um maior controlo sobre o seu comportamento. Fase "Pensar": A fase "Pensar" implica que os indivíduos se instruem ativamente e positivamente para realizar o comportamento social desejado. Isto inclui, por exemplo, encorajar-se a ser mais assertivo, mostrar mais empatia ou gerir melhor os conflitos. Esta fase ajuda os alunos a responder proativamente a situações sociais e a melhorar as suas competências sociais. Fase "Agir": Na fase "Agir", os indivíduos convertem as instruções positivas aprendidas em comportamentos reais. Põem em prática as novas competências sociais, conduzindo a melhores interações e a desfechos socioemocionais mais bem-sucedidos. 2. Área de autogestão: O método Parar-Pensar-Agir apoia a autogestão, ajudando os indivíduos a controlar conscientemente o seu comportamento. Ao reconhecer os impulsos, pará-los e, em seguida, fornecer auto-instruções positivas, as pessoas aprendem a ter um autocontrolo e uma autorregulação mais eficazes. Os indivíduos desenvolvem uma perceção das suas próprias emoções, pensamentos e reações, o que contribui para a sua capacidade de aperfeiçoar as competências de autogestão. Estas competências podem estender-se à gestão do stress, ao controlo dos impulsos e à gestão das emoções negativas. Ao aplicar o método Parar-Fazer-Agir, os alunos conseguem aprender a planear e a regular melhor o seu próprio comportamento, o que resulta numa maior auto-eficácia e numa maior autonomia para lidar com situações sociais e emocionais.
Resultados de aprendizagem	Ao utilizar esta ferramenta, os alunos com PEA serão capazes de... Melhorar a sua autorregulação e o controlo dos impulsos, conduzindo a um comportamento mais adaptativo em diferentes situações sociais e emocionais.



esperados para os alunos	<p>Melhorar as suas competências sociais, incluindo a comunicação, a empatia e a resolução de conflitos, permitindo interações mais positivas com os colegas e os adultos.</p> <p>Desenvolver uma compreensão mais profunda das suas próprias emoções e processos de pensamento, permitindo-lhes lidar com o stress e as emoções negativas de forma mais eficaz.</p> <p>Aumenta a sua autonomia e auto-eficácia para lidar com desafios sociais e emocionais, promovendo, em última análise, a sua independência e autoconfiança.</p> <p>Aplicar as competências aprendidas a situações da vida real, resultando em interações sociais e emocionais mais bem sucedidas e significativas, tanto dentro como fora da sala de aula.</p>
Justificação	<p>Os expedientes necessários para a implementação eficaz desta ferramenta para alunos com PEA podem incluir:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Avaliação individualizada: Antes de implementar a ferramenta, é essencial efetuar avaliações individualizadas dos pontos fortes e fracos de cada aluno e das suas necessidades sociais e emocionais específicas.2. Apoios visuais: Prepare suportes visuais e sugestões para acompanhar a metodologia, tais como horários visuais, histórias sociais ou lembretes visuais para facilitar a compreensão e a implementação.3. Repetição e consistência: Planejar sessões de prática frequentes e consistentes para reforçar as competências aprendidas. A repetição é muitas vezes um elemento chave para o sucesso das pessoas com PEA.4. Flexibilidade: Esteja preparado para adaptar o método às necessidades individuais dos alunos. Alguns alunos podem necessitar de mais apoio ou alterações, pelo que a flexibilidade é crucial para responder aos seus desafios específicos.5. Colaboração: Colabore com outros profissionais, como terapeutas da fala, terapeutas ocupacionais e especialistas em comportamento, para garantir uma abordagem holística e abrangente para atender às necessidades dos alunos.6. Recolha de dados: Recolher dados para monitorizar o progresso e ajustar o método conforme necessário. Esta abordagem orientada para os dados pode ajudar a registar melhorias e a tomar decisões baseadas em dados.
Prós e contras	<p>Desafios/obstáculos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Resistência à mudança: Alguns alunos podem inicialmente resistir a este método, uma vez que ele introduz novas estratégias e rotinas. A mudança pode ser um desafio para os indivíduos com PEA.2. Variabilidade individual: As PEA são um espectro, e os alunos apresentam uma vasta gama de características e necessidades. Adaptar o método ao perfil único de cada aluno pode ser exigente.



3. Sensibilidades sensoriais: Alguns alunos com PEA têm sensibilidades sensoriais que podem dificultar a participação em determinadas atividades ou ambientes, afetando potencialmente a sua capacidade de utilizar o método de forma consistente.

4. Generalização: A transferência de competências aprendidas através deste método para situações da vida real pode ser um obstáculo. Alguns alunos podem ter dificuldade em aplicar as competências aprendidas em diversos contextos sociais.

5. Desafios de comunicação: Muitos alunos com PEA têm dificuldades de comunicação, o que dificulta a expressão eficaz dos seus pensamentos e sentimentos durante a fase "Fazer" do método.

6. Afetação de recursos: A implementação eficaz do método requer geralmente recursos adicionais, incluindo formação especializada para educadores e terapeutas, o que pode representar um desafio financeiro e logístico para as escolas e instituições.

Aspetos positivos da aplicação:

1. Abordagem estruturada: O método fornece um quadro estruturado que é particularmente benéfico para os alunos com PEA que geralmente prosperam em ambientes estruturados.

2. Aprendizagem individualizada: A ferramenta pode ser personalizada de acordo com as necessidades específicas de cada aluno, permitindo um apoio individualizado e abordando desafios únicos.

3. Autorregulação melhorada: O método destina-se à autorregulação e ao controlo dos impulsos, que são desafios comuns aos indivíduos com PEA.

4. Apoios visuais: Os suportes visuais do método podem ajudar a compreender e a reter as competências, tornando-o acessível a alunos com diferentes capacidades de comunicação.

5. Acompanhamento do progresso: A natureza orientada para os dados do método permite o acompanhamento dos progressos, o que pode ajudar os educadores e os terapeutas a tomar decisões baseadas em dados e a ajustar as intervenções em conformidade.

6. Aumento da independência: Uma implementação bem sucedida pode levar a uma maior independência e auto-eficácia dos alunos com PEA, uma vez que estes se tornam mais capazes de gerir as suas respostas sociais e emocionais.

7. Colaboração: O método encoraja geralmente a colaboração entre educadores, terapeutas e pais, promovendo uma abordagem holística para apoiar os alunos com PEA.

8. Generalização de habilidades: Com a prática consistente e a exposição gradual a situações da vida real, os alunos podem generalizar as competências adquiridas através deste método, levando a melhores interações sociais e emocionais fora do ambiente estruturado.



<p>Nível de apoio necessário</p>	<p>Ao implementar o método Parar-Pensar-Agir para alunos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA), é necessário ter em conta vários mecanismos e aspetos, particularmente em relação ao grau de PEA:</p> <p>Nível de Compromisso: - Os educadores, terapeutas e pessoal de apoio devem estar comprometidos com a implementação. O compromisso é essencial para manter a consistência e garantir a eficácia do método.</p> <p>Número de recursos: - O número de recursos necessários pode variar consoante o grau de PEA. Podem ser necessários níveis mais elevados de apoio e recursos para os alunos com dificuldades mais significativas. Isto inclui ter acesso a pessoal especializado, apoios visuais e materiais.</p> <p>Quantidade de sessões de trabalho: - A frequência e a duração das sessões de trabalho devem ser adaptadas às necessidades individuais dos alunos. Os alunos com maiores necessidades de apoio podem necessitar de sessões mais frequentes.</p> <p>Mecanismos ou aspetos a considerar de acordo com o grau de ASD:</p> <ul style="list-style-type: none">- Individualização: Autismo é um espectro, e cada aluno é único. O método deve ser individualizado para abordar os desafios específicos e os pontos fortes de cada aluno.- Considerações sensoriais: Os alunos com PEA podem ter sensibilidades sensoriais. Os prestadores de apoio devem considerar o ambiente sensorial e adaptá-lo para acomodar os alunos com desafios sensoriais.- Apoio à comunicação: Para os alunos com capacidades de comunicação limitadas, podem ser necessárias ferramentas ou estratégias de comunicação aumentativa e alternativa para facilitar a sua participação neste método.- Progressão gradual: Para os alunos com um grau mais elevado de PEA, pode ser necessária uma progressão gradual. Comece com tarefas mais simples e aumente gradualmente a complexidade à medida que o aluno ganha competências.- Envolvimento da família: O envolvimento dos pais e encarregados de educação é essencial, especialmente para os alunos com maiores necessidades de apoio. Os prestadores de apoio devem colaborar com as famílias para reforçar o método em casa. <p>Quando utilizar a ferramenta: - A ferramenta pode ser introduzida em várias fases: No início da formação: Introduzir o método no início da formação ajuda a estabelecer uma abordagem estruturada desde o início. - Durante a formação: A utilização contínua durante a formação reforça as competências e oferece oportunidades para os alunos aplicarem o que aprenderam. - Após a formação: O uso contínuo após a formação ajuda na generalização das competências para situações da vida real.</p> <p>Expectativas do prestador de apoio e cumprimento dos objetivos:</p>
----------------------------------	--



	<ul style="list-style-type: none">- Os tutores devem ter expectativas claras para cada aluno com base nos seus objetivos individuais. A principal expectativa é melhorar as competências sociais e emocionais dos alunos.- Os objetivos podem incluir uma melhor autorregulação, melhor comunicação e maior independência na gestão das interações sociais.- A concretização destes objetivos pode ser medida através da recolha de dados, observação e avaliações periódicas. O sucesso é marcado pelo facto dos alunos demonstrarem competências sociais e emocionais melhoradas e a capacidade de as aplicar em situações da vida real.
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	<p>Nenhuma reserva conhecida: O avô e a avó estão casados há 60 anos e saem para jantar com todos os filhos e netos. Vêm comer com um grupo de 35 pessoas, reservaram uma sala separada e entram na receção do aluno. A reserva não consta da lista. O estudante inicia uma investigação sobre a reserva em falta. Entretanto, a família está a ficar agitada: a avó está a chorar porque tratou de tudo, a filha quer fazer uma reclamação, as crianças correm pelo corredor e a mãe tem de amamentar o bebé. O aluno começa a sentir-se muito ansioso e a congela.</p>
Porquê? Como?	<p>O método Parar-Pensar-Agir de Meichenbaum é uma abordagem cognitivo-comportamental que ajuda os indivíduos a lidar com situações de stress e a resolver problemas de forma eficaz. No cenário da reserva em falta e da situação caótica no restaurante com um grupo grande, este método pode ser útil para melhorar as capacidades e competências do aluno.</p> <p>Aqui está uma visão geral de como aplicar o método Parar-Pensar-Agir:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Parar: O aluno deve primeiro reconhecer que se está a sentir ansioso e sobrecarregado. Este é o ponto de partida da fase de Paragem. É importante compreender que é normal sentir stress e ansiedade em situações stressantes. O aluno deve literalmente ensinar-se a dizer "pára" e até a descansar um pouco para controlar as suas emoções. Isto pode ser feito através da realização de alguns exercícios de respiração para reduzir a ansiedade.2. Pensar: Na fase do pensamento, o aluno deve prestar atenção ao problema: a reserva em falta. Isto requer a capacidade de pensar claramente, apesar das circunstâncias stressantes. O aluno deve pensar em possíveis soluções. Isto inclui considerar ações como verificar a informação da reserva, contactar o supervisor e comunicar com a família para explicar e determinar a situação. É importante compreender que a flexibilidade e a capacidade de pensar em soluções alternativas são cruciais nesta fase.3. Agir: Depois de o aluno ter controlado as suas emoções na fase de Parar-Pensar e de ter pensado em possíveis soluções após uma análise minuciosa, é altura de agir. A ação do estudante pode ser tomada por: Verificar a lista de reservas, talvez haja um erro de registo ou um mal-entendido. O gerente informa sobre a situação e pede ajuda. Fazer com que a família se sinta à vontade e perceba que se está a tentar encontrar uma solução. Sugerir possíveis soluções alternativas, como esperar temporariamente na sala de espera ou oferecer uma compensação pela espera. É importante continuar e ajustar as ações com base nos resultados.



Método de auto-instrução (Don Meichenbaum)

Breve descrição da ferramenta	Uma abordagem cognitiva em que o aluno aprende a orientar-se a si próprio. Este método foi concebido por Don Meichenbaum, um dos fundadores da terapia cognitivo-comportamental, que também aplicou a abordagem na educação.
Nível/Grau de Autismo	x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado
Área de competências	<input type="checkbox"/> Área de Comunicação <input type="checkbox"/> Área Sócio - emocional <input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>O Método de Auto-Instrução de Don Meichenbaum é uma abordagem de terapia cognitivo-comportamental que visa melhorar as capacidades de autogestão.</p> <p>Consciência dos pensamentos e comportamentos: O Método de Auto-Instrução encoraja os indivíduos a tomarem consciência dos seus pensamentos e comportamentos. Este é o primeiro passo para desenvolver competências de autogestão. Ao tomar consciência dos seus próprios pensamentos e reações, o indivíduo pode começar a identificar os padrões de comportamento relevantes que precisam de ser reduzidos.</p> <p>Auto-instrução: O método ensina os indivíduos a utilizar a auto-instrução para orientar o seu comportamento. Aprendem a dar instruções internas, semelhantes a um diálogo interno, para influenciar o seu comportamento. Isto pode incluir o reforço positivo, o auto-encorajamento e até instruções para a resolução de problemas.</p> <p>Autorregulação: O Método Auto-Instrucional apoia a autorregulação, ensinando os indivíduos a gerir o seu comportamento em resposta a situações específicas. Desenvolvem competências para reduzir o comportamento impulsivo e, em vez disso, fazem escolhas conscientes e bem ponderadas.</p> <p>Autorreflexão e resolução de problemas: O método incentiva a autorreflexão. Os indivíduos aprendem a analisar as situações, os seus pensamentos e emoções e a encontrar soluções para possíveis problemas. Isto contribui para a sua capacidade de lidar eficazmente com os desafios.</p> <p>Auto-controlo: O método ajuda a desenvolver o autocontrolo e o controlo dos impulsos. Os indivíduos aprendem a gerir melhor as suas emoções e comportamentos, o que é crucial para uma auto-gestão eficaz.</p> <p>Generalização para a vida quotidiana: O objetivo significativo do Método de Auto-Instrução é generalizar as competências aprendidas para a vida quotidiana. Isto significa que os métodos podem ser aplicados em situações reais, como no trabalho, em casa ou em interações sociais.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	Ao utilizar esta ferramenta, os alunos com PEA serão capazes de: 1. Melhorar a sua autorregulação e o controlo dos impulsos, conduzindo a uma melhor gestão comportamental em várias situações sociais e emocionais.



	<p>2. Desenvolver competências de resolução de problemas e estratégias de auto-instrução, capacitando-os a navegar em cenários desafiantes de forma mais eficaz.</p> <p>3. Aumentar a auto-consciência dos seus próprios pensamentos e emoções, permitindo-lhes compreender e gerir melhor as suas reações nas interações sociais.</p> <p>4. Melhorar a sua capacidade de autorreflexão, permitindo-lhes analisar e adaptar as suas respostas a vários contextos sociais.</p> <p>5. Fomentar um sentido de autonomia e auto-eficácia, conduzindo a uma maior independência na gestão dos seus desafios sociais e emocionais.</p> <p>6. Aplicar as competências adquiridas a situações da vida real, resultando em interações sociais e emocionais mais bem sucedidas e significativas, dentro e fora da sala de aula.</p>
Justificação	<p>A escolha do método de auto-instrução de Don Meichenbaum como ferramenta para pessoas com perturbações do espectro do autismo</p> <p>Abordagem cognitivo-comportamental: o eu</p> <p>Estruturado e sistemático: Este método fornece uma abordagem estruturada e sistemática que é benéfica para as pessoas com PEA que geralmente prosperam num ambiente estruturado. Divide as competências sociais e emocionais complexas em competências mais fáceis de gerir</p> <p>Personalização: O método pode ser adaptado a necessidades específicas</p> <p>Apoio visual: O apoio visual é frequentemente uma parte integrante deste método, tal como horários visuais, histórias sociais e pistas visuais.</p> <p>Foco na autorregulação: O método põe um forte ênfase na autorregulação e no controlo dos impulsos, que são desafios comuns para as pessoas com PEA. Fornece estratégias específicas para o fazer</p>
Prós e contras	<p>Desafios/obstáculos:</p> <p>Resistência à mudança: Algumas pessoas com PEA podem resistir a mudanças nas rotinas ou intervenções, o que torna difícil a introdução de um novo método como a auto-instrução.</p> <p>Sensibilidades sensoriais: As sensibilidades sensoriais são comuns nas pessoas com PEA. Os fatores ambientais, como o ruído ou a iluminação, podem dificultar uma implementação bem sucedida.</p> <p>Variabilidade individual: O grau de PEA pode variar muito entre indivíduos, o que torna difícil encontrar uma abordagem única para todos. Adaptar o método às necessidades individuais pode ser moroso.</p> <p>Dificuldades de comunicação: Muitas pessoas com PEA têm dificuldades de comunicação, o que pode afetar a sua capacidade de expressar os seus pensamentos ou de compreender o processo de auto-instrução.</p>



	<p>Generalização: A transferência de competências aprendidas através da auto-aprendizagem para situações da vida real pode ser um obstáculo. Alguns indivíduos podem ter dificuldade em aplicar o que aprenderam em vários contextos sociais.</p> <p>Recursos e necessidades de formação: A implementação efetiva do método pode exigir recursos adicionais, incluindo formação especializada para professores e terapeutas, o que pode colocar desafios financeiros e logísticos.</p> <p>Aspetos positivos da aplicação:</p> <p>Abordagem estruturada: O método proporciona um enquadramento estruturado e sistemático, o que é benéfico para as pessoas com PEA, que frequentemente prosperam num ambiente estruturado.</p> <p>Personalização: A ferramenta pode ser adaptada às necessidades únicas de cada indivíduo, permitindo um apoio individualizado e abordando desafios específicos.</p> <p>Apoio visual: O apoio visual, um componente comum do método, promove a compreensão e a comunicação, tornando-o acessível a indivíduos com diferentes capacidades de comunicação.</p> <p>Foco na autorregulação: O método centra-se diretamente na autorregulação e no controlo dos impulsos, que são desafios comuns para as pessoas com PEA.</p> <p>Generalização para a vida real: Com a prática consistente e a exposição gradual a situações da vida real, os indivíduos podem generalizar as competências adquiridas através da auto-instrução, conduzindo a melhores interações sociais e emocionais fora do ambiente estruturado.</p> <p>Abordagem baseada em dados: A recolha de dados e a monitorização do progresso fazem parte do método, permitindo aos professores e terapeutas tomar decisões baseadas em dados e acompanhar as melhorias.</p>
Nível de apoio necessário	<p>Ao implementar o método de auto-instrução de Don Meichenbaum para indivíduos com perturbações do espectro do autismo (PEA), vários mecanismos e aspetos devem ser tidos em consideração, especialmente no que diz respeito ao grau de PEA:</p> <p>Nível de envolvimento:</p> <p>O nível de envolvimento exigido aos professores, terapeutas e pessoal de apoio é crucial. O empenhamento é essencial para manter a coerência e garantir a eficácia do método.</p> <p>Número de fontes:</p> <p>O número de recursos necessários pode variar consoante o grau de PEA. Os indivíduos com níveis mais elevados de PEA podem necessitar de apoio e recursos mais alargados, incluindo pessoal e equipamento especializados.</p> <p>Número de sessões de trabalho:</p>



	<p>A frequência e a duração das sessões de trabalho devem ser adaptadas às necessidades individuais de cada pessoa com PEA. As pessoas com maiores necessidades de apoio podem necessitar de sessões mais frequentes. Mecanismos ou aspetos a ter em conta de acordo com o grau da PEA:</p> <p>Individualização: As PEA são um espectro e cada indivíduo é único. O método deve ser individualizado para abordar os pontos fortes e os desafios específicos de cada pessoa.</p> <p>Considerações sensoriais: As pessoas com PEA podem ter sensibilidades sensoriais que devem ser tidas em conta. O ambiente sensorial deve ser adaptado às suas necessidades sensoriais.</p> <p>Apoio à comunicação: Para as pessoas com capacidades de comunicação limitadas, podem ser necessárias ferramentas ou estratégias de comunicação aumentativa e alternativa para facilitar a sua participação no método.</p> <p>Progressão gradual: Para as pessoas com graus mais elevados de PEA, pode ser necessária uma progressão gradual. Começar com tarefas mais simples e aumentar gradualmente a complexidade pode ser útil.</p> <p>Envolvimento da família: O envolvimento das famílias e dos prestadores de cuidados é essencial, especialmente para os indivíduos com maiores necessidades de apoio. O pessoal de apoio deve trabalhar com as famílias para reforçar a utilização de estratégias de auto-instrução em casa.</p> <p>Quando utilizar esta ferramenta:</p> <p>A ferramenta pode ser introduzida em várias fases: No início da formação: Ao introduzir o método no início da formação, é criada uma abordagem estruturada desde o início. Durante a formação: A utilização contínua durante a formação reforça as competências e dá oportunidade aos indivíduos de aplicarem o que aprenderam. Pós-formação: A continuação da utilização do método após a formação ajuda a generalizar as competências para situações da vida real.</p> <p>Expectativas e cumprimento dos objetivos do prestador de apoio:</p> <p>Os prestadores de apoio devem ter expectativas claras em relação a cada indivíduo, com base nos seus objetivos individuais. A principal expectativa é melhorar as competências sociais e emocionais dos indivíduos. Os objetivos podem incluir uma melhor autorregulação, melhor comunicação e maior independência na gestão das interações sociais. A concretização destes objetivos pode ser medida através da recolha de dados, da observação e de avaliações periódicas. O sucesso é caracterizado pelo facto de os indivíduos demonstrarem melhores competências sociais e emocionais e a capacidade de as aplicar em situações do mundo real.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	Nenhuma reserva conhecida: O avô e a avó estão casados há 60 anos e saem para jantar com todos os filhos e netos. Vêm comer com um grupo de 35 pessoas, reservaram uma sala separada e entram na receção do aluno. A reserva não consta da lista. O estudante inicia uma investigação sobre a reserva em falta. Entretanto, a família está a ficar agitada: a avó está a chorar porque tratou de tudo, a filha



	<p>quer fazer uma reclamação, as crianças correm pelo corredor e a mãe tem de amamentar o bebé. O aluno começa a sentir-se muito ansioso e a congela.</p>
Porquê? Como?	<p>O método de auto-instrução pode ser utilizado para melhorar as aptidões e competências do aluno, de modo a que este possa lidar melhor com a situação em que uma família numerosa chega inesperadamente para um jantar, uma interação stressante da reserva em falta. Segue-se uma visão geral de como esta ferramenta pode ser aplicada:</p> <p>Passo 1: Consciencialização e autorregulação</p> <p>O aluno pode começar a desenvolver competências de autorregulação. Isto inclui a natureza associada das suas próprias respostas ao stress e a consciência dos pensamentos e emoções em situações de stress. Utilizando o método de auto-instrução, o aluno aprende a dar a si próprio instruções para reduzir a ansiedade e o stress e para se libertar da situação.</p> <p>Passo 2: Auto-instrução e resolução de problemas</p> <p>O aluno pode aprender a usar auto-instruções internas para lidar com a situação. Quando a reserva está em falta e a família fica inquieta, o aluno pode dar instruções a si próprio com um reforço positivo, como "Manter a calma e agir passo a passo" ou "Procurar soluções possíveis". Isto ajuda o aluno a orientar os pensamentos e a desenvolver uma abordagem de resolução de problemas.</p> <p>Etapa 3: Autorregulação do comportamento</p> <p>O método de auto-instrução incentiva o aluno a pôr em prática as auto-instruções aprendidas. Neste caso, quando a reserva está em falta e a família está inquieta, o aluno pode aplicar as técnicas de autorregulação aprendidas. Isto pode incluir falar com os membros da família, resolver a questão da reserva e determinar a situação.</p> <p>Passo 4: Autorreflexão e melhoria da comunicação</p> <p>O difícil método de autorreflexão, que ajuda o aluno a analisar situações, pensamentos e emoções com demasiada frequência e a pensar em possíveis soluções. Isto ajuda o aluno a desenvolver melhores capacidades de comunicação para que possa abordar os membros da família e as suas preocupações.</p> <p>Etapa 5: Autocontrolo e independência</p> <p>O Método de Auto-Instrução apoia o autocontrolo e o controlo dos impulsos. O aluno aprende a evitar reações impulsivas e a tomar decisões informadas. Isto leva a um maior sentido de autonomia e independência ao lidar com desafios sociais e emocionais.</p>



"Autismo no trabalho"

*Trabalhar no setor da hotelaria e restauração.
Guia para empregados e empregadores
National Autistic Society (NAS) (Reino Unido)*

Breve descrição da ferramenta	<p>O processo de recrutamento inclui muitos desafios potenciais para as pessoas autistas, tais como regras não escritas, perguntas hipotéticas, atividades de grupo e entrevistas de painel.</p> <p>Os especialistas em emprego da NAS produziram este manual para fornecer orientações e estratégias claras que podem ajudar as pessoas autistas a encontrar um emprego no setor da hotelaria e restauração. Cada pessoa autista é um caso particular, pelo que nem toda esta informação será útil para todos.</p> <p>Percurso para o emprego</p> <p>É comum que muitas pessoas que começam a trabalhar no setor da hotelaria e restauração ganhem experiência ao começar numa função de nível de entrada e trabalhar para subir de nível. Existem muitos cargos diferentes, a tempo parcial e a tempo inteiro disponíveis que requerem uma experiência mínima, mas que requerem um forte desejo de aprender e de se empenhar na função.</p> <p>Outras vias importantes para o setor da hotelaria incluem NVQs (National Vocational Qualifications) e estágios.</p> <p>Um estágio permite-lhe combinar um emprego remunerado com formação para empregos específicos na área da hotelaria, para que possa iniciar uma carreira sem ter de estudar a tempo inteiro. Também trabalhará para obter uma qualificação profissional como uma NVQ.</p>
Nível/Grau de Autismo	<p><input type="checkbox"/> Autista - Grau 1</p> <p><input type="checkbox"/> Regressivo - Grau 2</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p><input checked="" type="checkbox"/> Área de Comunicação</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Área Sócio - emocional</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão</p> <p><input type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Melhorar as competências pessoais para ter sucesso no processo de recrutamento que inclui potenciais desafios para as pessoas autistas</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Melhorar as competências pessoais para candidatar-se a empregos</p> <p>O setor da hospitalidade tem uma grande variedade de empregos que exigem muitas habilidades diferentes. Quando um aluno com PEA está a pensar no tipo de emprego que gostaria de ter, pode ser importante ter em conta</p> <ul style="list-style-type: none">- a localização- horário de trabalho- o dia a dia- ambiente de trabalho- requisitos de entrada- salário <p>Onde e como procurar emprego</p> <p>Existem vários locais para procurar emprego, que variam consoante o tipo de emprego que o estudante com PEA procura.</p> <ul style="list-style-type: none">- Online- Boca a boca



	<p>- Anúncios em montras</p> <p>Fazer entrevistas</p> <p>A maior parte das entrevistas tem lugar num escritório sossegado, apenas com o aluno com PEA e uma ou duas pessoas da empresa. No entanto, as entrevistas podem ser efetuadas em diferentes formatos ou ambientes, como cafés públicos.</p> <p>O processo de entrevista presencial pode ser um obstáculo para muitos. Não se esqueça de que o estudante de PEA pode pedir ajustes na entrevista se revelar que é autista - é um direito que lhe assiste ao abrigo da Lei da Igualdade. Há uma série de ajustes que podem ser úteis para eles.</p>
Justificação	<p>Melhorar as competências pessoais necessárias para participar no processo de recrutamento, tais como regras não escritas, perguntas hipotéticas, atividade de grupo e entrevistas de painel.</p>
Prós e contras	<p>Divulgação do diagnóstico de PEA</p> <p>A decisão de partilhar ou não o seu diagnóstico de autismo com a sua entidade patronal é sempre pessoal, mas se o fizerem, isso protege-os ao abrigo da Lei da Igualdade e significa que a sua entidade patronal tem a obrigação legal de lhes proporcionar ajustes adequados.</p> <p>Quando a entidade patronal estiver a planear os ajustes que gostaria de fazer, deve considerar se são razoáveis. Se optarem por não revelar que são autistas, é importante ter em conta que a entidade patronal não terá a mesma obrigação de lhes fazer ajustes adequados e, em vez disso, poderá ser necessário mudar os seus comportamentos.</p> <p>Expectativas no local de trabalho</p> <p>É importante ter em conta as expectativas do empregador e dos alunos com PEA em relação ao trabalho</p>
Nível de apoio necessário	<p>Uma Equipa de Formação para o Emprego deve apoiar a formação para desenvolver oportunidades de emprego acessíveis para candidatos autistas e reter os talentos autistas que têm na sua organização através da sensibilização e implementação de ajustes adequados eficazes. Toda a formação e serviços devem ser desenvolvidos em estreita colaboração com as pessoas autistas e é útil que uma % da Equipa de Formação para o Emprego tenha um diagnóstico de autismo.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	<p>Solução de caso - Pensamento orientado</p>
Porquê? Como?	<p>Os alunos com PEA precisam de apoio para compreenderem e estarem conscientes de que alguns empregos no setor da hotelaria e restauração podem implicar o começo ou o fim de turnos a altas horas da noite ou de manhã cedo (como o trabalho num bar ou num restaurante). Outros podem também exigir que trabalhem durante períodos de tempo sozinhos (limpeza, pessoal de receção, entrega de alimentos). Muitas funções exigem um contacto considerável com os clientes, a maioria dos quais são desconhecidos.</p> <p>Pode também haver alturas em que uma situação se torna intolerável para ele, o que significa que não é capaz de gerir eficazmente a sua ansiedade e manter-se bem - nestas situações, é útil que ele seja capaz de comunicar limites claros aos seus empregadores e colegas ou, eventualmente, a um tutor.</p>



Programa "Autism Friendly Club"

Breve descrição da ferramenta	<p>O programa "Autism Friendly Club" para o setor da hotelaria e restauração a nível da UE, com o foco em testá-lo na Suécia.</p> <p>O projeto visa qualificar gestores e trabalhadores do setor da hotelaria e restauração para prestarem serviços adaptados e acomodar indivíduos com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA). Para atingir este objetivo, o projeto será desenvolvido em três blocos principais. O primeiro bloco centrar-se-á na sinalização de espaços. Isto implicará a identificação de áreas dentro das instalações hoteleiras que possam causar sobrecarga sensorial ou desconforto para os indivíduos com PEA, tais como áreas ruidosas ou com iluminação intensa. O projeto irá trabalhar para sinalizar estes espaços e criar zonas tranquilas para onde as pessoas se possam retirar quando se sentirem sobrecarregadas. O segundo bloco do projeto centrar-se-á na formação e sensibilização dos trabalhadores. Isto implicará a formação do pessoal do setor da hotelaria e restauração sobre as características das PEA e a aquisição das competências e dos conhecimentos necessários para prestar apoio e serviços adequados às pessoas com PEA. A formação abrangerá domínios como as estratégias de comunicação, as sensibilidades sensoriais e apoio comportamental.</p> <p>O terceiro bloco centrar-se-á na adequação e adaptação dos horários. O projeto procurará identificar as melhores horas e horários para as pessoas com PEA visitarem os estabelecimentos hoteleiros, tendo em conta fatores como as horas de ponta e os períodos de maior afluência. Isto implicará a adaptação dos horários de abertura, das horas das refeições e de outros aspetos da programação dos estabelecimentos hoteleiros para melhor acolher as pessoas com PEA. Por último, o projeto irá também conceber protocolos específicos para cada setor. Estes protocolos definirão as medidas específicas que os estabelecimentos hoteleiros podem tomar para proporcionar um ambiente acolhedor e de apoio às pessoas com PEA. Estes protocolos abrangerão uma série de áreas, incluindo a comunicação, os ambientes sensoriais e o apoio comportamental.</p>
Nível/Grau de Autismo	<p><input type="checkbox"/> Autista - Grau 1</p> <p><input type="checkbox"/> Regressivo - Grau 2</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p><input type="checkbox"/> Área de Comunicação</p> <p><input type="checkbox"/> Área Sócio - emocional</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão</p> <p><input type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Preparar o pessoal da hotelaria e restauração para trabalhar com pessoas autistas e melhorar os seus conhecimentos sobre as características das PEA, dotando-os das competências e dos conhecimentos necessários para prestar um apoio e um serviço adequados às pessoas com PEA.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Melhorar as competências pessoais para responder aos problemas que podem surgir com os trabalhadores com PEA</p> <p>Melhorar o nível de interação social e reduzir o stress, o ruído e a gestão do tempo, melhorando o controlo emocional</p>
Justificação	<p>Após a formação dos trabalhadores, os ambientes adaptados às pessoas com PEA podem ser restaurantes, lojas, centros comerciais, supermercados, hotéis... e muitos mais</p>
Prós e contras	<p>Vantagens da formação e da obtenção do selo AFC QUICK VIRALITY (nas associações, nas escolas, no boca-a-boca...) GRANDE GRUPO QUE PRECISA (e a aumentar) AUMENTO DE CLIENTES</p>
Nível de apoio necessário	<p>Os objetivos específicos da formação serão desenvolvidos em três grandes blocos:</p> <p>Sinalização dos espaços</p> <p>Formação e sensibilização dos trabalhadores.</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4Ed

	Ajuste e adaptação de horários É necessário o compromisso da direção das empresas
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	Planeamento e organização da formação em contexto de trabalho com gestores do setor hoteleiro
Porquê? Como?	<p>O projeto visa melhorar a capacidade do setor hoteleiro para prestar apoio e acolhimento adequados a pessoas com PEA. Através da sinalização dos espaços, da formação e sensibilização dos trabalhadores, da adaptação dos horários e da conceção de protocolos específicos para o setor, o projeto procura tornar os estabelecimentos hoteleiros mais acessíveis e acolhedores para as pessoas com PEA.</p> <p>Além disso, o projeto visa promover a inclusão social e a diversidade no setor da hotelaria e restauração, proporcionando formação para melhorar o acesso às pessoas com PEA e às que enfrentam desigualdades ou discriminação. Apoiará a cidadania ativa entre o pessoal do setor da hotelaria e da restauração e aumentará as oportunidades de participação das pessoas com PEA em ambientes sociais abertos. O projeto criará ambientes inclusivos que promovem a equidade e a igualdade e respondem às necessidades da comunidade de pessoas com PEA, ajudando-as a prosperar na sociedade.</p>



Teatro Pedagógico Cultural (TPC)

Breve descrição da ferramenta	<p>O Teatro Pedagógico Cultural (TPC), é uma ferramenta criativa que utiliza o teatro como metodologia flexível para prevenir e atuar em diferentes cenários. A sua base teórica é o Teatro do Oprimido de Freire</p> <p>O núcleo e a essência do TPC é fazer com que o público/grupo-alvo assuma um papel ativo e decisivo no espetáculo, com base na sua experiência, pensamentos, dúvidas, competências e nível de participação.</p> <p>Os 4 pilares do TPC são:</p> <ul style="list-style-type: none">-Estabelecer um problema - conflito a ser resolvido-É composto por duas partes: dois cenários.-Tem três atores em 3 estados: Alto, Baixo e Médio: O potencial solucionador da situação no segundo cenário.-Pesquisar a base de conhecimentos sobre o tópico escolhido
Nível/Grau de Autismo	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Autista - Grau 1<input type="checkbox"/> Regressivo - Grau 2<input checked="" type="checkbox"/> Funcionamento elevado
Área de competências	<ul style="list-style-type: none"><input checked="" type="checkbox"/> Área de Comunicação<input checked="" type="checkbox"/> Área Sócio - emocional<input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão<input type="checkbox"/> Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	Podemos selecionar a capacidade de resolução de problemas
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Melhorar as competências pessoais para responder aos problemas que podem surgir com os clientes</p> <p>Melhorar o nível de interação social e reduzir o stress, o ruído e a gestão do tempo, melhorando o controlo emocional</p>
Justificação	O TPC identifica situações e temas a utilizar no desenvolvimento de competências no contexto escolhido.
Prós e contras	Os alunos com PEA, enquanto público, são os protagonistas do conflito, mas não é necessário que atuem diretamente, o que poderia ser stressante para eles, mas sim que o façam através de atores que podem ser selecionados entre os alunos ou entre outros professores ou tutores.
Nível de apoio necessário	<p>Os professores devem ter conhecimento do método do teatro interativo e das suas aplicações em grupos desfavorecidos e em situações de dificuldade especial. Devem saber aplicar o método em três fases: Teatro interativo de conceção "RTD", escrita interativa "EIS" e teatro interativo "FDI" e saber adaptar o método às situações de aprendizagem.</p> <p>Propõe-se uma formação curta de 4 sessões presenciais ou, na sua falta, um curso online preparado pela FRESS.</p> <p>Dia 1.</p>



	<ul style="list-style-type: none">- Fundamentação teórica da metodologia TPC: Freire, Boal, JohnstoneJohnstone.- TPC: Os métodos do teatro interativo.- Os 3 pilares do TPC.- Exercícios de aquecimento e de representação em grupo- Competências pedagógicas: prática de perguntas do tipo IFT.- Avaliação das expectativas e das competências anteriores <p>Dia 2</p> <ul style="list-style-type: none">- Competências de representação segundo Keith Johnstone e Augusto Boal.- Práticas básicas de improvisação: capacidade narrativa, espontaneidade e personagem.- Práticas básicas de presença e estado de alerta.- Improvisação inicial. Prática no IFT.- Introdução à base de conhecimento: Investigação em TPC. Introdução aos princípios básicos da escrita de um guião segundo o IWT- Começar a escrever um guião <p>Dia 3</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabalho individual: escrever guiões IDT de acordo com os fundamentos da escrita de guiões.- Pesquisa da base de conhecimentos.- Aquecimento, exercícios de teatro e ensaios de IDT. <p>Dia 4</p> <ul style="list-style-type: none">- Aquecimento, exercícios de teatro e realização de IDT e avaliação da aquisição de competências e satisfação
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	Solução de caso - Pensamento orientado
Porquê? Como?	Porque será útil para qualquer problema no trabalho com clientes que os alunos de ASD tenham de resolver



TEACCH

Breve descrição da ferramenta	Entre os tratamentos que parecem mais eficazes neste caso, encontra-se o Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH), o programa de desenvolvimento e psicoeducativo em que a estruturação espaço-temporal está no centro. Sublinhando a grande variabilidade das situações e a relativa necessidade de dispor de abordagens metodológicas heterogêneas e específicas, as Orientações sublinham os importantes resultados obtidos com os métodos comportamentais e recomendam a sua utilização. Os programas comportamentais intensivos parecem particularmente válidos: trata-se de abordagens que visam modificar os "comportamentos problemáticos" e melhorar a vida real e quotidiana, através de programas que os envolvem durante muitas horas por semana.
Nível/Grau de Autismo	<input type="checkbox"/> Autista - Grau 1 <input type="checkbox"/> Regressivo - Grau 2 <input checked="" type="checkbox"/> Alto funcionamento
Área de competências	<input type="checkbox"/> Área de Comunicação <input checked="" type="checkbox"/> Área Sócio - emocional <input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	O programa TEACCH prevê cuidados globais no sentido "horizontal" e "vertical", ou seja, em todos os momentos do dia, em todos os períodos do ano e da vida, que dizem respeito principalmente à área comunicativa e social e à área dos interesses e das atividades, e tende a perseguir como objetivos a facilitação da consciência das intenções, facilitar a capacidade de falar sobre as suas experiências, desenvolver o uso da linguagem para resolver conflitos e desenvolver o uso da linguagem para expressar sentimentos e empatia com os outros. O programa tem como objetivo desenvolver o melhor grau possível de autonomia na vida pessoal, social e profissional, através de estratégias educativas que reforçam as capacidades da pessoa autista.
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	Neste caso específico, o aluno aprendeu a estruturar o ambiente; a estruturar o espaço; a estruturar o tempo, ou seja: quando e durante quanto tempo com a utilização do diário; a estruturar o material de trabalho com um esquema de trabalho. Reforço positivo, algumas sugestões foram úteis para ultrapassar as dificuldades. Planejar antecipadamente as alterações à rotina das tarefas a realizar, fornecendo informação com o envolvimento do aluno, tornou-o mais autónomo. Na rotina do aluno com PEA, em caso de problemas, é necessário ajudar a restabelecer um estado de espírito tranquilo; retirar o aluno do ambiente "difícil"; tentando também abordar a situação com humor. Para alcançar a autonomia, o aluno foi ajudado pelo tutor tanto fisicamente, visualmente (apontando com o dedo) e verbalmente (palavras simples). A representação da tarefa através de uma série de imagens que ilustram as várias etapas, dispostas da direita para a esquerda, constitui o tipo de ajuda mais compatível com a autonomia no trabalho. É necessário garantir que o aluno tenha momentos de descanso e/ou momentos para estar no seu próprio espaço enquanto faz os trabalhos de casa....
Justificação	Esta metodologia foi escolhida porque, entre os tratamentos que parecem mais eficazes neste caso, existe o Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH), o programa de desenvolvimento e psicoeducação em que a estruturação espaço-temporal está no centro, útil neste tipo de cenário.



Prós e contras	É uma abordagem que visa modificar os "comportamentos problemáticos" e melhorar a vida real e quotidiana e resolver as dificuldades encontradas. Entre os contras está um tratamento longo que implica mudanças contínuas em função das respostas dadas pelo aluno em causa.
Nível de apoio necessário	É aconselhável iniciar o tratamento por volta dos 10-11 anos de idade com reuniões com um intervalo mínimo de 2 semanas, intensificando-as depois uma vez por semana. Os objectivos serão alcançados.
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	CENÁRIO SELECIONADO Nº 1 O CÓDIGO DE SEGURANÇA NÃO FUNCIONA
Porquê? Como?	<p>O estudante está a ter um bom desempenho no seu estágio, mas devido à falta de pessoal, é colocado num turno que não corresponde às suas responsabilidades como estagiário. Durante o turno de encerramento, o código de segurança não funciona e o estudante tem um esgotamento. O aluno está em pânico porque o tutor confiou nele e ele não se sente à altura.</p> <p>Entre os tratamentos que parecem mais eficazes neste caso, encontra-se o Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH), o programa de desenvolvimento e psicoeducação em que a estruturação do espaço-tempo é o centro. Sublinhando a grande variabilidade das situações e a relativa necessidade de dispor de abordagens metodológicas heterogéneas e específicas, as Orientações sublinham os importantes resultados obtidos com os métodos comportamentais e recomendam a sua utilização. Os programas comportamentais intensivos parecem particularmente válidos: são abordagens que visam modificar os "comportamentos problemáticos" e melhorar a vida real e quotidiana, através de programas que os envolvem durante muitas horas por semana.</p> <p>Neste caso específico, o aluno está em pânico, apesar de ter sido colocado num turno que não corresponde às suas responsabilidades como estagiário e de não ter tido uma pausa desde o início do seu turno, tem dificuldade em gerir as suas expectativas e em comunicar o problema, graças à aplicação da metodologia e do programa evolutivo e psicoeducativo TEACCH é capaz de lidar com situações da vida real. O programa TEACCH prevê uma atenção global no sentido "horizontal" e "vertical", ou seja, em todos os momentos do dia, em todos os períodos do ano e da vida, que diz respeito principalmente à área comunicativa e social e à área dos interesses e das atividades, e tende a perseguir como objetivos a facilitação da consciência das intenções, facilitar a capacidade de falar sobre as suas experiências, desenvolver o uso da linguagem para resolver conflitos e desenvolver o uso da linguagem para expressar sentimentos e empatia com os outros.</p> <p>O programa tem por objetivo desenvolver o melhor grau possível de autonomia na vida pessoal, social e profissional, através de estratégias educativas que reforcem as capacidades da pessoa autista.</p> <p>Os atores envolvidos são os estudantes, os empregadores e os membros da família que apoiam o estudante em dificuldades. O autismo já não é considerado uma doença mental, mas uma deficiência de comunicação, socialização e imaginação, o rapaz autista já não pode ser visto como um indivíduo capaz ou dotado que se recusa a colaborar, mas como uma pessoa com desvantagens, desorientada num mundo incompreensível, frustrada pelos fracassos: como tal, terá de ser ajudado a desenvolver as suas capacidades, explorando os seus pontos fortes, as suas predisposições e o seu potencial. Será, portanto, muito importante que, durante a aprendizagem, a criança possa ser recompensada por sucessos frequentes: uma vez</p>



	<p>avaliadas as suas capacidades, as tarefas propostas serão, portanto, escolhidas não entre as atividades em que ela falha, mas entre as capacidades "emergentes", ou seja, entre as tarefas que a criança é capaz de realizar com a ajuda do adulto.</p> <p>Pela mesma razão, as capacidades visuoespaciais, geralmente boas nos autistas, estão na base da escolha de estratégias de comunicação e de estruturação visual. No entanto, o princípio da escolha da forma de comunicação mais adequada para apoiar a comunicação verbal depende da avaliação individual do canal perceptivo mais bem utilizado pelo indivíduo.</p> <p>A extrema variabilidade dos sintomas e do nível de desenvolvimento dentro da síndrome autista exige uma elaboração estritamente individual do programa educativo, com reavaliações e ajustes contínuos e frequentes: se a criança tem um bom programa, aprende num tempo razoável; se a aprendizagem não acontece a curto prazo, é o programa que não está a funcionar e que precisa de ser revisto.</p> <p>Para formular um bom programa educativo é necessário ter:</p> <p>UM DIAGNÓSTICO CORRETO;</p> <p>uma avaliação do nível de desenvolvimento;</p> <p>um programa educativo individualizado;</p> <p>No passado, pensava-se que as crianças autistas sofriam de rejeição de sentimentos e desejos, pelo que lhes era dada a possibilidade de se exprimirem livremente num quadro não estruturado, na esperança de encontrarem uma forma de libertar o seu potencial inibido.</p> <p>Neste caso específico, o aluno precisa de uma estruturação do ambiente, mesmo que isso não signifique rigidez, mas deve representar um meio de ajudar uma pessoa em dificuldade.</p> <p>Estruturação do espaço em áreas clara e visualmente delimitadas</p> <p>Estruturação do tempo, ou seja: quando e por quanto tempo? Uma organização do tempo, com a utilização de uma agenda.</p> <p>Estruturação do material de trabalho com um esquema de trabalho, indicando a duração de cada tarefa, fornecendo unidades de medida simplificadas</p> <p>Reforço, ou seja, o porquê e para quê deve realizar as tarefas atribuídas, indicando também as dificuldades que o aluno pode encontrar na gestão de uma determinada situação e dando algumas sugestões, para que saiba como agir e/ou reagir à dificuldade.</p> <p>Devemos então planejar antecipadamente quaisquer alterações à rotina das tarefas a realizar, fornecendo informações e envolvendo o aluno desde o início.</p> <p>Na rotina do aluno com PEA, em caso de problemas, é necessário ajudar a restabelecer um estado de espírito tranquilo; retirar o aluno do ambiente "difícil"; tentar abordar a situação com humor.</p> <p>A ajuda do tutor é física, visual (apontar com o dedo) e verbal (palavras simples). A representação da tarefa através de uma série de imagens que ilustram as várias etapas, dispostas da direita para a esquerda, constitui o tipo de ajuda mais compatível com a autonomia no trabalho.</p> <p>É necessário garantir que o aluno tenha momentos de descanso e/ou momentos para estar no seu próprio espaço enquanto faz os trabalhos de casa.</p> <p>Uma condição fundamental é a colaboração com os pais.</p> <p>A continuidade educativa e a coordenação dos serviços para crianças e adultos, embora pareçam extremamente difíceis de concretizar na prática, constituem requisitos fundamentais para uma efetiva inclusão social e laboral.</p>
--	---



Skinner

Breve descrição da ferramenta	<p>Esta metodologia é útil para modificar comportamentos indesejados; devem ser utilizadas técnicas de reforço e de punição. O reforço, tal como a recompensa, aumenta a probabilidade de um comportamento se repetir, enquanto a punição diminui a probabilidade de um comportamento se repetir.</p> <p>De acordo com Skinner, a linguagem é um comportamento verbal, mas acima de tudo é um comportamento aprendido.</p> <p>Skinner procurou analisar o evento verbal destacando seus dois aspetos complementares: o comportamento do falante e o comportamento do ouvinte. O estudo do comportamento se dá através das seguintes categorias funcionais:</p> <ul style="list-style-type: none">● <i>Manding</i> (pedir algo ou protestar): Recetivo - Seguir instruções ou acatar os pedidos dos outros.● <i>Tacting</i>– Nomear um objeto ou algo com que o indivíduo entra em contacto.● Intraverbal – Uma resposta a algo que uma pessoa diz sobre um objeto (responder a perguntas ou manter uma conversa).● Ecoico – Repetir exatamente o que outra pessoa disse.● Textual: é um comportamento verbal que envolve a leitura sem compreender o que está a ser lido● Transcrição: consiste em escrever uma palavra que foi ouvida
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional <input type="checkbox"/>Área de Autogestão <input type="checkbox"/>Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>A metodologia skinner tem como objetivo desenvolver o melhor grau possível de autonomia na vida pessoal, social e profissional, através de estratégias educativas que reforcem as capacidades da pessoa autista.</p> <p>Controlo emocional, capacidade de resolução de problemas, autoconfiança, resiliência.</p> <p>A linguagem pode ser reforçada através da mediação de outra pessoa.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>O condicionamento operante é uma forma de aprendizagem</p> <p>É útil para os estudantes porque desempenha um papel fundamental na psicologia comportamental. Baseia-se na ideia de que os comportamentos são influenciados pelas consequências que se seguem ao seu desenvolvimento.</p>
Justificação	<p>O objetivo foi atingido e os comportamentos disfuncionais foram reduzidos: a experiência do aluno no contexto social de referência foi melhorada.</p> <p>A linguagem pode ser reforçada através da mediação de outra pessoa. Este programa de intervenção foi escolhido para este aluno porque o contexto era ideal.</p> <p>O condicionamento operante é o condicionamento de um comportamento voluntário, que pode ser controlado através das suas consequências: reforços e castigos. A aprendizagem ocorre por tentativa e erro e é implementada de acordo com a lei do efeito, segundo a qual se estabelece a ligação entre um estímulo e uma resposta. A resposta, se for atrativa, tem uma consequência agradável ou positiva e o sujeito tende a repetir o comportamento. Se, pelo contrário, a resposta for aversiva, tem uma consequência desagradável ou negativa e o sujeito tende a abandonar o comportamento.</p>



	<p>Esta abordagem foi escolhida porque se encontra entre os tratamentos que parecem mais eficazes para delinear comportamentos corretos que podem também tornar-se habituais no local de trabalho.</p>
Prós e contras	<p>desafios/barreiras/ aspectos positivos da aplicação</p> <p>Para condicionar o comportamento, é necessário despende muito tempo. Existem várias consequências que podem ser implementadas:</p> <p>Reforço positivo: consiste em dar algo ou recompensar positivamente de forma a produzir um incentivo ao comportamento.</p> <p>Reforço negativo: envolve seguir o comportamento, eliminando ou reduzindo um evento ou condição negativa que já está a acontecer, o que também aumentará a presença do comportamento.</p> <p>A omissão: quando um acontecimento positivo não ocorre após o comportamento, a presença do comportamento irá assim diminuir.</p> <p>A punição: quando após o mau comportamento ocorre um evento negativo que leva a uma redução da presença do comportamento e, portanto, à extinção do comportamento.</p>
Nível de apoio necessário	<p><i>Por exemplo, o nível de compromisso, o número de recursos, a quantidade de sessões de trabalho)</i></p> <p><i>Estudantes, especialistas em psicologia familiar, psicoterapeuta, professores de apoio número de sessões de trabalho uma por semana durante quatro/cinco anos.</i></p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	-----
Porquê? Como?	<p>Anos de estudos e investigações demonstraram a eficácia do método Skinner na redução dos comportamentos disfuncionais e na melhoria e aumento da comunicação, da aprendizagem e dos comportamentos socialmente adequados.</p> <p>Para condicionar o comportamento, é necessário despende muito tempo. Existem várias consequências que podem ser implementadas:</p> <p>Reforço positivo: consiste em dar algo ou recompensar positivamente de forma a produzir um incentivo ao comportamento.</p> <p>Reforço negativo: envolve seguir o comportamento, eliminando ou reduzindo um evento ou condição negativa que já está a acontecer, o que também aumentará a presença do comportamento.</p> <p>A omissão: quando um acontecimento positivo não ocorre após o comportamento, a presença do comportamento irá assim diminuir.</p> <p>A punição: quando após o mau comportamento ocorre um evento negativo que leva a uma redução da presença do comportamento e, portanto, à extinção do comportamento.</p>



Análise Comportamental Aplicada (ABA)

Breve descrição da ferramenta	A análise comportamental aplicada é a área de investigação que tem por objetivo aplicar os dados provenientes da análise comportamental para compreender as relações entre determinados comportamentos e condições externas. A ABA tem em consideração os seguintes elementos: os antecedentes, o comportamento em análise, as consequências e o contexto. O programa de intervenção é realizado com base nos dados que emergem da análise, utilizando as técnicas habituais da terapia comportamental. O objetivo do método é reduzir os comportamentos disfuncionais e expandir os comportamentos adaptativos, de modo a melhorar a experiência da criança no contexto social de referência.
Nível/Grau de Autismo	x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado
Área de competências	x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional x Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	A abordagem ABA tem por objetivo desenvolver o melhor grau possível de autonomia na vida pessoal, social e profissional, através de estratégias educativas que reforçam as capacidades da pessoa autista. Controlo emocional, capacidade de resolução de problemas, autoconfiança, resiliência.
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	Utilizando esta abordagem comportamental, os alunos com PEA serão capazes de se comportar corretamente, evitando comportamentos disfuncionais e alargando os comportamentos adaptativos e gerindo eficazmente situações difíceis no local de trabalho.
Justificação	Esta abordagem foi escolhida porque se encontra entre os tratamentos que parecem mais eficazes para delinear comportamentos corretos que podem também tornar-se habituais no local de trabalho.
Prós e contras	É uma abordagem que visa modificar os "comportamentos problemáticos" e melhorar a vida real e quotidiana e resolver as dificuldades encontradas. Entre os contras, está o facto de ser um tratamento longo que implica mudanças contínuas em função das respostas dadas pelo aluno em causa.
Nível de apoio necessário	Estudantes, especialistas em psicologia familiar, psicoterapeuta, professores de apoio número de sessões de trabalho, uma por semana, durante quatro/cinco anos. É aconselhável iniciar o tratamento por volta dos 4 anos de idade. As intervenções baseadas nos princípios da análise comportamental aplicada (ABA) são, por isso, consideradas extremamente eficazes para as crianças com autismo. As crianças que parecem beneficiar mais do tratamento são aquelas que recebem uma intervenção precoce e intensiva (aproximadamente 25-40 horas de ABA por semana).
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	-----
Porquê? Como?	Anos de estudos e investigações demonstraram a eficácia do método ABA na redução dos comportamentos disfuncionais e na melhoria e aumento da comunicação, da aprendizagem e dos comportamentos socialmente adequados. O princípio do reforço na ABA é útil se, numa determinada situação, um comportamento específico for



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4Ed

	<p>imediatamente seguido de uma consequência positiva, então aumenta a probabilidade de a pessoa apresentar o mesmo comportamento no futuro, quando se encontrar em situações semelhantes. Na ABA, o comportamento é analisado com base nos estímulos ambientais que o precedem (os ANTECEDENTES) e nas ações do indivíduo em resposta ao estímulo ambiental (as CONSEQUÊNCIAS). Ligados a estes princípios, os conceitos-chave são os de REFORÇO, EXTINÇÃO, CONTROLO DE ESTÍMULOS e GENERALIZAÇÃO.</p>
--	---



Suportes Visuais (SV)

Breve descrição da ferramenta	<p>Os estudos mostram que a utilização de suportes visuais (SV) na interação com alunos com perturbações do espectro do autismo (PEA) facilita o processo, fornecendo ao aluno informações e assistência fáceis de compreender sobre atividades, rotinas e expectativas.</p> <p>Existem diferentes tipos de SV (por exemplo, símbolos, fotografias, desenhos) utilizados em formato impresso ou digital.</p>
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional x Área de Autogestão x Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<ol style="list-style-type: none">1. Área da comunicação: Interação social, Comunicação pessoal, Comunicação interpessoal2. Área sócio-emocional: Capacidade de resolução de problemas, Auto-confiança3. Área da autogestão: Concentração, Gestão do tempo4. Domínio técnico: Competências verdes
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Os SV podem ser utilizados em muitas situações de aprendizagem, pelo que os resultados esperados variam. Estes auxiliam os alunos a:</p> <ul style="list-style-type: none">● Ter uma estrutura e seguir uma rotina● Tornarem-se independentes● Desenvolver a confiança● Melhorar a sua compreensão em situações sociais● Evitar a frustração e a ansiedade● Interagir eficazmente com os outros.
Justificação	<p>A SV pode ajudar os alunos a encontrarem formas eficazes de comunicar usando recursos visuais em vez de informações auditivas. A maioria dos alunos com PEA aprendem mais facilmente com recursos visuais. De acordo com o Centro de Desenvolvimento e Deficiência da Universidade do Novo México, a maior parte das pessoas com PEA são aprendizes visuais, pelo que a utilização de informação visual quando comunicam com elas tira partido da forma como naturalmente preferem comunicar.</p> <p>O Centro também refere que o processamento rápido da linguagem pode ser difícil para os alunos com PEA, o que pode explicar porque é que muitos pais dão por si a repetir a mesma informação. Por outro lado, quando a informação é apresentada visualmente, está disponível durante o tempo que o aluno precisar dela.</p>
Prós e Contras	<ol style="list-style-type: none">1. Desafios/ Barreiras<ol style="list-style-type: none">a. Os apoios visuais são muito pessoais e o que funciona para uma pessoa pode não funcionar para outra.a. Algumas pessoas com PEA têm dificuldades em generalizar, pelo que podem ter dificuldades com os símbolos no SV. Por esta razão, o formador deve introduzir os suportes visuais gradualmente, começando com um símbolo e depois construindo uma coleção.a. Os formadores devem coordenar com os pais e cuidadores a utilização de um tipo ou estilo de forma consistente para evitar confundir o aluno.0. Fatores positivos



	<p>a. Existem vários tipos de SV. O formador pode alternar e ajustá-los com base nos objetivos de aprendizagem e, sobretudo, nas características e preferências do formando.</p> <p>a. Os SV são portáteis. Por exemplo, o formador pode:</p> <ul style="list-style-type: none">.Utilizar uma aplicação de SV no tablet do aluno.Armazenar fotografias e imagens no smartphone do formandoi.Colocar símbolos, imagens e horários numa pasta para o aluno levar consigo. <p>c. Os SV são muito acessíveis e fáceis de encontrar; o formador pode colocá-los em locais bem visíveis ao nível dos olhos, colocá-los na posse do formando (por exemplo, no bolso) ou distribuí-los por ambientes específicos (por exemplo, as áreas da sala de aula podem ser etiquetadas)..</p>
Nível de apoio necessário	<p><u>Conselhos para a implementação:</u></p> <ul style="list-style-type: none">● Criar e utilizar suportes visuais adequados ao desenvolvimento, adaptados às necessidades e preferências dos alunos em termos de estilos gráficos e imagens.● O formador é encorajado a utilizar os SV também no caso de comunicadores mais competentes. Embora os alunos mais capacitados não dependam deles no dia a dia, muitas vezes tornam-se úteis quando o aluno está sob pressão.● Sugere-se que o formador incorpore SV no processo de aprendizagem de alunos entre os 0-2 e os 18-22 anos (Hume, 2013). <p><u>Expectativas e impacto desejado:</u></p> <p>Do ponto de vista dos alunos, SV aumentam a sua capacidade de interagir com o meio envolvente, de se tornar autónomos, de fazer escolhas, de expressar necessidades e desejos e, em geral, de compreender as rotinas diárias.</p> <p>Para o ambiente social do aluno, os SV abrem linhas de comunicação entre eles e as pessoas com PEA.</p>
Fontes	<ul style="list-style-type: none">● https://www.autismtoolbox.co.uk/supporting-learners-and-families/effective-partnerships-and-communication/visual-supports/● https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/topics/communication/communication-tools/visual-supports● https://www.autismparentingmagazine.com/benefits-of-autism-visual-supports/● https://autismlittlelearners.com/free-visual-supports/



Histórias Sociais

Breve descrição da ferramenta	<p>A ferramenta das Histórias Sociais facilita a compreensão de uma situação social, expondo elementos ocultos da mesma, ensinando assim o formando a mostrar um determinado comportamento adequado em tais ocasiões e/ou outras semelhantes. Por outras palavras, as Histórias Sociais funcionam como uma fase preparatória para uma situação que está a acontecer ou que está prestes a acontecer.</p> <p>As situações sociais descritas nas Histórias Sociais são cenários da vida real que os alunos com PEA têm dificuldade em compreender e gerir. Para este fim, compreender e lidar com elas antecipadamente e num ambiente seguro pode capacitar os alunos e permitir uma gestão eficaz.</p>
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional x Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<ol style="list-style-type: none">1. Área da comunicação: Interação social, comunicação pessoal e interpessoal2. Área Sócio-Emocional: Controlo emocional, capacidade de resolução de problemas, autoconfiança3. Área de autogestão: Resiliência, gestão do stress
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Ao utilizar esta ferramenta, os alunos com PEA serão capazes de se comportar adequadamente e de gerir situações difíceis no seu local de trabalho.</p>
Justificação	<p>As histórias sociais são adequadas para os alunos com PEA, uma vez que apresentam a informação de uma forma literal e "concreta", o que pode melhorar a compreensão do formando de uma situação ou atividade anteriormente difícil ou ambígua. Elas "estruturam" a experiência e descrevem claramente as ações a realizar. Para serem eficazes, os formadores devem desenvolver histórias sociais com base nas necessidades e características dos formandos</p>
Prós e contras	<ol style="list-style-type: none">1. Desafios/ Barreiras<ol style="list-style-type: none">a. É difícil captar e simplificar comportamentos complexos através das Histórias Sociais. A ferramenta é mais aplicável a comportamentos simples.a. As Histórias Sociais como ferramenta são mais eficazes quando aplicadas em contextos educativos do que em contextos autónomos (por exemplo, em casa).a. Os alunos com competências de comunicação menos desenvolvidas têm mais dificuldades em aplicar as Histórias Sociais.a. A taxa de progresso pode ser significativamente reduzida depois de os alunos terem atingido os seus objetivos.0. Fatores positivos



	<p>a. As Histórias Sociais podem ser utilizadas na auto-aprendizagem.</p> <p>a. As Social Stories têm um carácter dinâmico e podem ser adaptadas às necessidades dos alunos emergentes e às exigências de cada situação.</p> <p>a. São adequadas a todas as idades, desde a infância até ao início da idade adulta (cerca de 22 anos).</p> <p>a. As Histórias Sociais permitem que os alunos obtenham um impacto a longo prazo no que respeita ao seu comportamento.</p>
Nível de apoio necessário	<p><u>Dicas para a implementação:</u></p> <ul style="list-style-type: none">● Recomenda-se que as Histórias Sociais sejam fornecidas aos alunos antes da formação (no caso de alunos com elevado nível de autismo) para a auto-aprendizagem. No caso de alunos com graus 1 ou 2 de autismo, as Histórias Sociais devem ser introduzidas, explicadas e discutidas durante a formação.● Os formadores são encorajados a enriquecer os textos escritos com ilustrações visuais para melhorar a experiência de aprendizagem.● Recomenda-se que os formadores utilizem a técnica de repetição espaçada juntamente com as Histórias Sociais. Especificamente, o formador deve apresentar a história social em discussão após um período considerável de tempo e fazer verificações de compreensão para confirmar que os alunos adquiriram uma compreensão profunda da situação descrita na história social em foco. <p><u>Expectativas e impacto desejado:</u></p> <ul style="list-style-type: none">● As Histórias Sociais facilitam tanto o desenvolvimento de certas competências sociais como a redução de comportamentos inadequados. No final desta experiência de aprendizagem, os alunos irão adquirir as competências necessárias para serem capazes de gerir eficazmente as situações desafiantes em destaque.
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	Terraço ocupado - Processamento de estímulos
Porquê? Como?	<p>O cenário "Terraço ocupado" descreve uma situação social difícil que o formando tem de gerir. As competências necessárias para lidar com situações deste tipo ou semelhantes são as de comunicação, sócio-emocionais e de auto-gestão. Além disso, para gerir eficazmente a situação, o formando precisa de se distanciar um pouco e processar os estímulos recebidos com calma e ao seu próprio ritmo.</p> <p><i>As Histórias Sociais</i> são uma ferramenta útil quando se trata de situações que envolvem interação social como a descrita no cenário. Através da História Social do "Terraço Ocupado", o formando mergulhará nesta situação num ambiente seguro (ou seja, durante a formação), compreenderá o "quem", "porquê", "o quê" da situação e, assim, simplificará a sua complexidade.</p> <p>No nosso caso, o primeiro passo é preparar a história social sobre o Terraço Ocupado na primeira pessoa (ou seja, "eu"), utilizando frases descritivas, de perspetiva, de</p>



orientação e afirmativas. A história será desenvolvida pelo formador. Em seguida, o formando lerá a história social e iniciará uma discussão com o formador sobre quem está envolvido nesta situação (direta e indiretamente), quais são os pedidos por pessoa envolvida e quais os pedidos que devem ser priorizados. O formando identificará também os sentimentos que estas situações provocam no trabalhador (estado emocional atual). Por fim, o formando descreve as ações que devem ser tomadas para satisfazer os pedidos prioritários e as medidas que devem ser tomadas para satisfazer os restantes clientes (comportamento direcionado).

No final desta experiência de aprendizagem, o formando ficará confiante para gerir eficazmente estas situações de stress, demonstrando o comportamento desejado. A chave por detrás disto é o facto de o formando ter a oportunidade de "ensaiar" antes de enfrentar este ou qualquer outro caso semelhante.



Reforço diferencial (RD)

Breve descrição da ferramenta	<p>O reforço/incentivo é um princípio básico do comportamento que descreve uma resposta-consequência que se segue a um comportamento e aumenta a probabilidade futura desse comportamento. Existem dois tipos de reforço:</p> <ul style="list-style-type: none">• Positivo: Um estímulo agradável ou desejável que se segue a um comportamento e que aumenta a probabilidade de o comportamento voltar a ocorrer.• Negativo: Remoção de um estímulo desagradável ou avesso após um comportamento, diminuindo a probabilidade desse comportamento ser repetido. <p><i>Reforço diferencial (RD) de outros comportamentos significa que o reforço é fornecido para os comportamentos desejados, enquanto os comportamentos inadequados são ignorados.</i></p>
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Funcionamento elevado</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional x Área de Autogestão <input type="checkbox"/>Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<ol style="list-style-type: none">1. Área da comunicação: Interação social, Comunicação pessoal, Comunicação interpessoal2. Área sócio-emocional: Controlo emocional, Capacidade de resolução de problemas, Autoconfiança, Trabalho em equipa3. Área da autogestão: Flexibilidade, Resiliência, Gestão do stress
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<ul style="list-style-type: none">• Os alunos compreendem a relação entre as suas ações e as consequências, tornando mais provável que repitam os comportamentos desejados no futuro, bem como reduzindo a probabilidade de recorrência de comportamentos indesejados.• Os alunos conseguem distinguir entre situações em que certos comportamentos são reforçados e aquelas em que não são. Esta aprendizagem específica do contexto ajuda os indivíduos a adaptarem o seu comportamento a diferentes ambientes, tornando a mudança de comportamento mais eficaz e duradoura.
Justificação	<p>O uso do reforço diferencial na terapia do autismo oferece muitos benefícios, incluindo:</p> <ul style="list-style-type: none">• Personalização: Esta abordagem pode ser adaptada para se adequar às necessidades e preferências individuais de cada criança no espectro.• Modificação eficaz do comportamento: O RD encoraja efetivamente mudanças comportamentais positivas enquanto reduz os comportamentos indesejados.• Capacitação: O RD dá poder às crianças com autismo, dando-lhes controlo sobre as suas ações e consequências.
Prós e Contras	<ol style="list-style-type: none">1. Desafios/ Barreiras<ul style="list-style-type: none">• Os formadores/pais podem não achar fácil ignorar os comportamentos desafiantes/inadequados.• Para alguns comportamentos difíceis, os formadores podem não ser capazes de eliminar todos os incentivos. Nesses casos, é recomendável estabelecer um cronograma rico em incentivos para comportamentos apropriados/outros comportamentos.• É improvável que os alunos aprendam novas habilidades (inclusive comportamentos de substituição apropriados) somente através da aplicação da técnica de



	<p>RD. Por isso, sugere-se que os formadores combinem o reforço diferencial com técnicas que promovam o ensino sistemático de novas habilidades.</p> <p>2. Fatores positivos</p> <ul style="list-style-type: none">. O formador deve falar com todos os membros do ambiente social do formando (por exemplo, outros formadores, pais, outros prestadores de cuidados) para determinar quais os comportamentos que requerem reforço (negativo/positivo), de modo a que todos os adultos utilizem o mesmo plano (por exemplo, lembretes visuais, treino) e não confundam o formando.. A definição de um calendário de reforço facilita a sua incorporação no processo de ensino.. Quando o reforço negativo for aplicado, o formador deverá apresentar um comportamento de substituição adequado (quando aplicável), considerando o seguinte:<ul style="list-style-type: none">- As capacidades atuais do aluno,- A alternativa deve ser menos trabalhosa do que o comportamento desafiador- A alternativa deve ser comumente compreendida pelas pessoas no ambiente social do aluno.
Nível de apoio necessário	<p><u>Conselhos para a implementação:</u></p> <ul style="list-style-type: none">● Os exemplos e técnicas de reforço diferencial podem ser utilizados em casa ou na escola.● O formador deve começar por definir objetivos, vigiar de perto o aluno e manter registos e tabelas de comportamento.● Especificando um período de tempo: Quando o objetivo é reduzir as taxas de comportamento negativo com reforço diferencial, o formador deve definir um período de tempo para o ensino e oferecer a recompensa apenas se não houver ocorrências do comportamento indesejável dentro do tempo.● Melhores resultados podem ser alcançados quando o treinador usa métodos de reforço em intervalos. <p><u>Expectativas e impacto desejado:</u></p> <p>De acordo com um estudo de investigação publicado no Journal of Applied Behavior Analysis, o reforço diferencial ajuda as crianças com autismo a melhorar as suas competências sociais, a comunicação com os outros, o jogo funcional, a preparação para a escola e as competências adaptativas. Os comportamentos negativos não são reforçados, portanto, a ideia é que a criança possa procurar um comportamento-alvo alternativo ao longo do tempo.</p> <p>O momento certo e a orientação correta do reforço podem ajudar a diminuir alguns comportamentos estereotipados no espectro do autismo e a melhorar a aprendizagem e o desenvolvimento.</p>
Fontes	<ul style="list-style-type: none">● https://www.nu.edu/blog/what-is-differential-reinforcement/● https://www.autismparentingmagazine.com/differential-reinforcement/#Benefits_of_Differential_Reinforcement_in_Autism



O Programa Son-Rise

Breve descrição da ferramenta	<p>O Son-Rise Program® foi lenta e cuidadosamente desenvolvido pelos pais Barry e Samahria Kaufment nos anos 70 para o seu filho com autismo. Este programa baseia-se nesta ideia simples: As crianças mostram-nos o caminho para dentro, e depois nós mostramos-lhes o caminho para fora. Isto significa que, em vez de tentarmos forçar os nossos filhos a conformarem-se com um mundo que ainda não compreendem, começamos por nos juntar a eles no seu mundo. Em vez de nos concentrarmos na mudança de comportamento, devemos concentrar-nos na criação de uma relação. Com esta abordagem, é possível um progresso notável.</p> <p>O Programa Son-Rise melhora as competências dos alunos dando prioridade a uma abordagem centrada na criança e empática que promove a confiança, o envolvimento, a adaptabilidade e o bem-estar emocional. Ao juntar-se à criança no seu mundo e construir uma relação forte, o programa cria uma base para o desenvolvimento e crescimento de competências.</p>
Nível/Grau de Autismo	<ul style="list-style-type: none">x Autista - Grau 1x Regressivo - Grau 2x Funcionamento elevado
Área de competências	<ul style="list-style-type: none">x Área de Comunicaçãox Área Sócio - emocionalx Área de Autogestãox Área Técnica
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Comunicação pessoal e interpessoal: A ênfase do programa na interação social e no envolvimento num ambiente não ameaçador ajuda a melhorar as capacidades de comunicação verbal e não verbal. Ao interagir com a pessoa nos seus termos, promove-se uma melhor compreensão e expressão.</p> <p>Resolução de problemas: Através de brincadeiras e interações adaptadas aos interesses da pessoa, incentiva o pensamento criativo e a resolução de problemas, uma vez que as pessoas são orientadas para explorar e encontrar soluções num ambiente acolhedor.</p> <p>Controlo emocional: A abordagem de aceitação e não julgamento do programa ajuda na regulação emocional. Ao reconhecer e respeitar os sentimentos da pessoa, ensina-a a identificar e a gerir as suas emoções de forma mais eficaz.</p> <p>Flexibilidade: O programa dá ênfase à adaptação às necessidades da pessoa, o que indiretamente ensina a criança a adaptar-se a novas situações, aumentando a sua flexibilidade.</p> <p>Resiliência: Ao proporcionar um ambiente positivo e de apoio, a criança aprende a lidar com desafios e contratempos e a não desistir quando estes ocorrem, construindo a sua resiliência.</p> <p>Gestão do stress: A ênfase do programa num ambiente calmo e de apoio ajuda a reduzir a ansiedade e o stress nas crianças com PEA, ensinando-lhes mecanismos de gestão do stress.</p>



Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Ao utilizar esta ferramenta, os alunos com PEA serão capazes de:</p> <ul style="list-style-type: none">- Desenvolver competências de comunicação mais fortes, concentrando-se na interação e na atenção conjunta. Através do contacto e interação constantes com os pais, educadores e outros.- Melhorar a interação social e a compreensão, praticando o brincar e o envolvimento recíprocos.- Aumentar a flexibilidade e a adaptabilidade, permitindo que liderem e explorem os seus interesses, adaptando-se às suas necessidades e circunstâncias em constante mudança e às do seu ambiente.- Melhorar a regulação emocional através do desenvolvimento de uma relação de apoio e empatia e do desenvolvimento da inteligência emocional e da compreensão dos seus próprios sentimentos.
Justificação	<p>O Programa Son-Rise foi escolhido para abordar o Cenário 3 "Mesa redonda na sala de aula - resistência à mudança" por várias razões:</p> <p>A abordagem centrada na pessoa - o seu foco individualizado torna-o ideal para lidar com alunos de todo o espectro do autismo.</p> <p>O Respeito pelas preferências do aluno - permite ajustes individualizados, reconhecendo os sentimentos do aluno e respeitando os seus níveis de conforto e preferências, tornando a transição para novos cenários, como a mesa redonda, mais fácil de gerir e menos stressante.</p> <p>O seu foco na construção de relações está alinhado com a necessidade de reduzir a resistência à mudança.</p> <p>Implementação:</p> <p>São necessários expedientes, como a formação de professores e a colaboração com o pessoal de apoio e os membros da família, para implementar o programa de forma eficaz e garantir uma abordagem coesa. Embora o programa seja simples de implementar, requer um conhecimento profundo das suas práticas.</p> <p>A aplicação deste método a este cenário implicaria uma abordagem gradual, empática e centrada no aluno para facilitar a transição e, ao mesmo tempo, responder às necessidades e preocupações específicas do aluno.</p>
Prós e contras	<p>Prós: Centrado na pessoa, flexível e adaptável à pessoa, promove a empatia, apoia os objetivos sociais.</p> <p>Contras: Requer formação, colaboração e personalização, pode não se adequar a todos os contextos de sala de aula, requer um grande compromisso de tempo e uma relação muito próxima e pessoal com cada aluno.</p>
Nível de apoio necessário	<p>Compromisso: Compromisso moderado a elevado: Os professores e o pessoal de apoio têm de se dedicar a construir uma relação forte e a adaptar o programa às necessidades individuais de cada aluno. Trata-se de um processo contínuo que depende do aluno. Alguns podem precisar de mais tempo do que outros para formar laços e criar relações pessoais.</p> <p>Recursos adequados: Pode ser necessária formação e materiais.</p> <p>Colaboração: A comunicação e a cooperação eficazes entre todos os envolvidos são essenciais. Para que o desenvolvimento do aluno seja ideal, todas as partes devem estar em sintonia com o que estão a tentar alcançar em cada momento.</p>



	<p>Monitorização contínua: Pode ser necessária uma avaliação regular e um ajustamento do programa. Como cada pessoa é diferente, a mesma abordagem nem sempre funciona.</p> <p>Quando implementar:</p> <p>Durante a formação: O Programa Son-Rise pode ser utilizado para lidar com a resistência à mudança no contexto da sala de aula. Deve ser implementado com o objetivo de criar um ambiente de apoio que promova a comunicação e as competências sociais.</p> <p>Ao longo da formação: A utilização contínua do programa pode levar a melhorias contínuas na comunicação, interação social e flexibilidade.</p> <p>Após a formação: As competências desenvolvidas podem continuar a beneficiar o aluno em várias situações da vida.</p> <p>Expectativas: Melhoria da comunicação, redução da resistência à mudança, melhoria das competências sociais e aumento da adaptabilidade. O objetivo é criar um ambiente de sala de aula mais inclusivo e solidário.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	Mesa redonda na sala de aula - resistência à mudança - https://docs.google.com/document/d/16-cZBEFJZ4yzvHlhDQFoH6i_WOWIAHUx/edit?usp=sharing&ouid=106450376159524112903&rtpof=true&sd=true
Porquê? Como?	<p>Porquê?</p> <p>Como já foi referido na coluna da justificação, o Programa Son-Rise foi escolhido para abordar o Cenário 3 "Mesa redonda na sala de aula - resistência à mudança" por duas razões principais: É uma abordagem centrada na pessoa e Respeita as preferências do aluno - é um método que permite ajustes individualizados, reconhecendo os sentimentos do aluno e respeitando os seus níveis de conforto e preferências, tornando a transição para novos cenários, como a mesa redonda, mais fácil de gerir e menos stressante.</p> <p>Como?</p> <p>Neste cenário, o professor pode tirar partido do Programa Son-Rise ao:</p> <p>Construir uma relação de confiança com o aluno: Estabelecer uma relação, mostrando compreensão e respeito pelos seus sentimentos relativamente à mudança. Esta base de confiança é fundamental para intervenções posteriores.</p> <p>Criar um ambiente confortável: Introduzir gradualmente o aluno na nova configuração da mesa redonda de uma forma que o faça sentir-se seguro e não ameaçado. Isto pode implicar permitir que o aluno explore a nova configuração ao seu próprio ritmo. Celebrar pequenos sucessos para aumentar a confiança.</p> <p>Incentivar a comunicação: Facilitar debates abertos em que o aluno possa expressar as suas preocupações e preferências.</p> <p>Envolver o aluno na tomada de decisões: Capacitar o aluno, envolvendo-o nas escolhas relacionadas com a configuração da mesa redonda. Isto pode incluir decisões sobre a disposição dos lugares ou a participação em atividades.</p> <p>Monitorização e ajuste: Avaliar regularmente a reação do aluno às mudanças e estar preparado para fazer mais ajustes, se necessário.</p>



Terapia de Integração Sensorial (TIS)

Breve descrição da ferramenta	<p>A terapia de integração sensorial, desenvolvida nos anos 70 pela terapeuta ocupacional A. Jean Ayres, foi concebida para ajudar as crianças com problemas de processamento sensorial (incluindo, possivelmente, as crianças com Perturbações do Espectro do Autismo) a lidar com as dificuldades que têm em processar os estímulos sensoriais. As sessões de terapia são orientadas para o jogo e podem incluir a utilização de equipamento como baloiços, trampolins e escorregas.</p> <p>A integração sensorial também utiliza terapias como a pressão profunda, coletes com pesos e baloiços. Estas terapias parecem por vezes ser capazes de acalmar uma criança ansiosa. Para além disso, acredita-se que a terapia de integração sensorial aumenta o limiar de tolerância da criança a ambientes ricos em sentidos, torna as transições menos perturbadoras e reforça os comportamentos positivos.</p> <p>A integração sensorial centra-se principalmente em três sentidos básicos - tátil, vestibular e proprioceptivo. As suas interconexões começam a formar-se antes do nascimento e continuam a desenvolver-se à medida que a pessoa amadurece e interage com o seu ambiente. Eles permitem-nos experimentar, interpretar e responder a diferentes estímulos no nosso ambiente.</p>
Nível/Grau de Autismo	<p>x Autista - Grau 1 x Regressivo - Grau 2 x Alto funcionamento</p> <p>A Terapia de Integração Sensorial (TIS) é geralmente considerada apropriada para indivíduos de todos os níveis do espectro do autismo, mas a sua eficácia e aplicação específicas podem variar consoante as necessidades do indivíduo e a gravidade dos seus sintomas.</p>
Área de competências	<p>x Área de Comunicação x Área Sócio - emocional x Área de Autogestão <input type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Área da comunicação: Interação social - as atividades de TIS muitas vezes exigem interação com terapeutas ou outras crianças, o que naturalmente incentiva o envolvimento social. Comunicação pessoal - através de experiências ricas em sentidos, as crianças podem tornar-se mais conscientes das suas próprias preferências e desconfortos sensoriais. Isto pode levá-las a desenvolver melhores formas de comunicar as suas necessidades e preferências.</p> <p>Área socio-emocional: Controlo emocional - A TIS ajuda a regular o processamento sensorial, o que, por sua vez, pode levar a um melhor controlo emocional. Capacidade de resolução de problemas - As atividades sensoriais podem incluir desafios que exigem pensamento e estratégia, melhorando a capacidade de resolução de problemas.</p>



	<p>Área de autogestão:</p> <p>Resiliência - Participar em atividades sensoriais que são inicialmente desafiantes e aprender a navegá-las com sucesso pode aumentar a resiliência de uma criança.</p> <p>Concentração - Muitas atividades da TIS exigem atenção e foco para completar tarefas, melhorando as habilidades de concentração.</p> <p>Gestão do stress - A integração sensorial pode ter um efeito calmante no sistema nervoso. O envolvimento em atividades sensoriais preferidas pode reduzir os níveis de stress e ansiedade, melhorando as capacidades gerais de gestão do stress.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Melhoria do processamento sensorial: Os alunos tornam-se frequentemente mais aptos a processar e a responder à informação sensorial.</p> <p>Melhoria da concentração e da atenção: À medida que os alunos se distraem menos com os problemas sensoriais, a sua capacidade de concentração e de se focarem nas tarefas pode melhorar.</p> <p>Melhores capacidades motoras: A TIS pode ajudar a desenvolver as capacidades motoras grossas (como equilibrar, correr, saltar) e as capacidades motoras finas (como escrever, cortar com uma tesoura), que são importantes para as tarefas académicas.</p> <p>Maior envolvimento social: Ao participar em atividades de grupo e jogos interativos, os alunos podem melhorar as suas competências sociais.</p> <p>Melhoria da regulação comportamental: Os alunos podem apresentar menos problemas de comportamento à medida que aprendem a regular as suas reações às sensações.</p> <p>Maior independência: À medida que as crianças aprendem a compreender e a gerir as suas necessidades sensoriais, tornam-se mais auto-suficientes.</p> <p>Melhoria da autoestima e da confiança: O sucesso na superação dos desafios sensoriais e a melhoria das interações sociais podem aumentar a autoestima da criança.</p>
Justificação	<p>A escolha da Terapia de Integração Sensorial (TIS) para alunos com PEA é justificada pelo facto de se centrar na resolução de problemas de processamento sensorial, que são frequentemente observados em indivíduos com PEA. O método é adequado para vários níveis de gravidade das PEA, uma vez que pode ser altamente personalizado para ir ao encontro das necessidades sensoriais únicas de cada indivíduo.</p> <p>As principais considerações para a implementação incluem:</p> <p>Perfis sensoriais individualizados: Compreender os desafios sensoriais específicos de cada aluno é crucial. Isto permite que a terapia seja direcionada para os padrões de processamento sensorial únicos de cada indivíduo.</p>



	<p>Terapeutas ocupacionais qualificados: A TIS deve ser administrada por terapeutas ocupacionais com formação em técnicas de integração sensorial, assegurando que a terapia é efetuada de forma eficaz e segura.</p> <p>Abordagem integrada: A TIS funciona melhor quando integrada com outros métodos terapêuticos, como a terapia comportamental ou a terapia da fala, oferecendo uma abordagem holística ao desenvolvimento do aluno.</p> <p>Considerações sobre o ambiente: O ambiente de terapia deve ser propício à exploração sensorial, muitas vezes exigindo equipamento específico e um ambiente seguro e controlado.</p> <p>Envolvimento dos pais e educadores: O envolvimento dos pais assegura a continuidade e o reforço da aprendizagem fora das sessões de terapia e proporciona uma abordagem consistente em diferentes ambientes.</p> <p>Monitorização e adaptação regulares: A avaliação contínua do progresso do aluno é essencial para adaptar a terapia à medida que as necessidades do aluno evoluem.</p>
Prós e contras	<p>Prós:</p> <ul style="list-style-type: none">- Abordagem direcionada- Melhora o desempenho diário- Melhora as competências sociais- Não invasivo e baseado em jogos- Personalizável- Apoia os objetivos educacionais- Impacto emocional positivo <p>Contras:</p> <ul style="list-style-type: none">- Variabilidade na eficácia- Falta de padronização- Custo alto e Acesso limitado- Necessidade de terapeutas qualificados- Exige muito tempo- Resultados mistos da investigação- Requer um compromisso a longo prazo
Nível de apoio necessário	<p>Nível de compromisso: Moderado a alto. A TIS normalmente requer um compromisso significativo tanto do indivíduo como do seu sistema de apoio. Isto inclui a presença regular em sessões de terapia e possivelmente atividades em casa.</p> <p>Número de recursos: Substancial. É necessário o acesso a um terapeuta qualificado e a equipamento ou materiais terapêuticos adequados. Isto pode incluir ferramentas sensoriais como baloiços, trampolins ou materiais táteis.</p> <p>Número de sessões: A frequência e a duração das sessões de TIS podem variar. Muitas vezes requer uma abordagem a longo prazo, com sessões regulares durante meses ou mesmo anos, dependendo da resposta do indivíduo à terapia.</p> <p>Aspetos a considerar:</p>



	<p>Grau de PEA do indivíduo: A terapia deve ser adaptada à gravidade da PEA e aos problemas específicos de processamento sensorial do indivíduo. Os casos mais graves podem exigir uma terapia mais intensiva ou frequente.</p> <p>Envolvimento da família e do prestador de cuidados: O envolvimento ativo dos membros da família ou dos prestadores de cuidados no processo de terapia é crucial para a consistência e o reforço das competências aprendidas durante as sessões.</p> <p>Integração com outras terapias: Idealmente, a TIS deve fazer parte de um plano de tratamento abrangente que pode incluir terapia da fala, terapia comportamental e outras intervenções educacionais.</p> <p>Monitorização do progresso: A avaliação regular do progresso do indivíduo é essencial para ajustar a terapia conforme necessário.</p> <p>Avaliação dos resultados: Avaliar se os objetivos foram atingidos é crucial. Isto pode envolver a medição de mudanças no comportamento, no processamento sensorial, nas capacidades motoras e na capacidade do indivíduo para participar nas atividades diárias.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	_____
Porquê? Como?	<p>Terapia de Integração Sensorial (TIS)</p> <p>Para utilizar a TIS de forma eficaz para melhorar as aptidões e competências dos alunos com PEA, devem ser dados os seguintes passos:</p> <p>Avaliação inicial: É fundamental uma avaliação exaustiva efetuada por um terapeuta ocupacional. A avaliação ajuda a identificar áreas específicas de necessidade.</p> <p>Criação de um plano individualizado: Com base na avaliação, é elaborado um plano de intervenção personalizado.</p> <p>Implementação de atividades sensoriais: As atividades são concebidas para desafiar o processamento sensorial do aluno de uma forma controlada e segura. A intensidade, a duração e o tipo de atividades são ajustados com base na resposta do aluno.</p> <p>Integração com objetivos educativos e comportamentais: A TIS é frequentemente integrada com outras intervenções educativas e comportamentais. As atividades podem ser incorporadas na rotina diária do aluno na escola e em casa.</p> <p>Monitorização e Ajuste do Plano: Monitorização regular do progresso e adaptação da abordagem conforme necessário, considerando o desenvolvimento e as dificuldades do indivíduo.</p>



Sistema de Comunicação por Troca de Imagens (Pecs)

Breve descrição da ferramenta	<p>O PECS é um tipo de Comunicação Aumentativa e Alternativa que utiliza símbolos visuais para ensinar o aluno a comunicar com os pais, prestadores de cuidados, professores e colegas. O objetivo é ensinar uma comunicação intencional e funcional e permitir que os utilizadores comuniquem os seus desejos e necessidades. Para obter resultados satisfatórios com este método, devem ser respeitadas algumas fases durante o processo de formação para a sua utilização:</p> <ol style="list-style-type: none">1) Como comunicar: fazer pedidos através da troca de figuras pelos objetos desejados;2) Distância e Persistência: ir até o quadro de comunicação, pegar numa figura, ir até um adulto e entregá-la na sua mão;3) Distinção de figuras: fazer a distinção entre as figuras;4) Estrutura da frase: pedir objetos utilizando várias palavras em frases simples, fixadas no quadro de comunicação;5) Pedido responsivo: responder à pergunta: o que é que queres?6) Comentário: fazer comentários espontâneos
Nível/Grau de Autismo	<p><input checked="" type="checkbox"/> Autista - Grau 1 <input checked="" type="checkbox"/> Regressivo - Grau 2 <input type="checkbox"/> Funcionamento elevado</p> <p>O Sistema de Comunicação por Troca de Imagens (PECS) é adequado para alunos com PEA de grau 1 e 2, uma vez que é eficaz para indivíduos que têm pouca ou nenhuma comunicação verbal. Não há limite de idade para a sua aplicação, mas a maior parte da investigação centrou-se nas crianças. Algumas crianças podem utilizar o PECS temporariamente enquanto a sua fala está a desenvolver-se, enquanto outras podem recorrer a ele durante um período mais longo. O PECS ajuda a desenvolver a comunicação intencional, reduz os comportamentos negativos causados pela frustração e melhora a comunicação e as competências sociais.</p>
Área de competências	<p><input checked="" type="checkbox"/> Área de Comunicação <input checked="" type="checkbox"/> Área Sócio - emocional <input checked="" type="checkbox"/> Área de Autogestão <input checked="" type="checkbox"/> Área Técnica</p>
Competências adquiridas ou melhoradas e de que forma	<p>Área da comunicação: Interação social - A base do PECS é ensinar os indivíduos não verbais a iniciarem a comunicação. Todo o processo é baseado na interação social.</p> <p>Comunicação interpessoal - Ao utilizar imagens para exprimir necessidades e pensamentos, os utilizadores aprendem funções comunicativas básicas, melhorando a sua capacidade de transmitir mensagens e de se envolverem em trocas de ideias.</p> <p>Área socio-emocional:</p>



	<p>Capacidade de resolução de problemas - incentiva os utilizadores a comunicar em vez de agir quando enfrentam desafios, ajudando na resolução de problemas e conflitos.</p> <p>Área de autogestão:</p> <p>Concentração - A natureza estruturada do PECS, que exige concentração na seleção e apresentação de imagens, pode ajudar a melhorar a concentração e a atenção às tarefas</p> <p>Área técnica:</p> <p>Competências digitais - Em fases avançadas, o PECS pode ser integrado com dispositivos digitais, ajudando no desenvolvimento da literacia digital e na utilização da tecnologia para a comunicação.</p>
Resultados de aprendizagem esperados para os alunos	<p>Desenvolvimento de competências de fala/comunicação: Os alunos aprendem a exprimir as suas necessidades e pensamentos, melhorando as suas capacidades de comunicação.</p> <p>Reforço da iniciativa dos alunos: O PECS incentiva os alunos a iniciarem a comunicação, promovendo a independência.</p> <p>Desenvolvimento de competências como a resiliência: O processo de aprendizagem e utilização do PECS promove a resiliência à medida que os alunos enfrentam desafios de comunicação.</p> <p>Construir e trocar frases: Os alunos passam a formar frases utilizando imagens, melhorando as suas capacidades de construção da linguagem.</p> <p>Desenvolvimento de capacidades de memorização e espontaneidade: Memorizar símbolos e utilizá-los espontaneamente na comunicação melhora a memória e a expressão espontânea.</p>
Justificação	<p>A escolha do PECS para alunos com PEA justifica-se pela sua eficácia em melhorar as capacidades de comunicação, especialmente para aqueles com capacidades verbais limitadas. É adequado para diferentes níveis de gravidade das PEA, uma vez que começa com o reconhecimento básico de símbolos e progride para a formação de frases, adaptando-se aos ritmos de aprendizagem individuais. Para a sua implementação, são necessários alguns expedientes:</p> <p>Ambiente estruturado: Um ambiente consistente e previsível ajuda no processo de aprendizagem.</p> <p>Conjuntos de imagens personalizados: Adaptar as imagens aos interesses e necessidades de cada aluno aumenta o envolvimento e a compreensão.</p> <p>Educadores com formação: Os educadores precisam de formação específica em PECS para orientar eficazmente os alunos através das etapas.</p> <p>Envolvimento dos pais: O envolvimento dos pais assegura a continuidade e o reforço da aprendizagem fora da sala de aula.</p> <p>Avaliação e adaptação regulares: A avaliação contínua dos progressos dos alunos permite ajustar atempadamente a abordagem.</p>



Prós e contras	<p>Prós:</p> <ul style="list-style-type: none">- Possibilita a comunicação- Promove a independência- Reduz a frustração- Melhora as competências sociais- Fácil de usar <p>Contras:</p> <ul style="list-style-type: none">- Limitado a conceitos concretos- Dependência de ferramentas- Demora muito tempo- Requer formação- Desenvolvimento verbal limitado: A dependência excessiva do PECS pode potencialmente limitar o desenvolvimento de competências verbais em alguns indivíduos.
Nível de apoio necessário	<p>Nível de compromisso: Elevado. É necessário um esforço consistente e contínuo por parte dos educadores, prestadores de cuidados e terapeutas.</p> <p>Número de recursos: Substancial. Isto inclui cartões com imagens, pastas, dispositivos digitais (se utilizados) e materiais de formação.</p> <p>Quantidade de sessões de trabalho: Frequentes e regulares. A frequência e a duração das sessões dependem das necessidades e dos progressos do indivíduo.</p> <p>O que deve ser considerado:</p> <p>Adaptação ao grau de PEA: Ajustar a complexidade e o ritmo do PECS com base na gravidade da PEA do aluno.</p> <p>Objetivos de comunicação: Definir objetivos realistas e individualizados para o desenvolvimento da comunicação.</p> <p>Estratégias de envolvimento: Manter o aluno envolvido e motivado, especialmente nas fases iniciais.</p>
Cenário que pode ser gerido com recurso a esta ferramenta	_____
Porquê? Como?	<p>Para utilizar o PECS de forma eficaz para melhorar as aptidões e competências dos alunos com PEA, devem ser dados os seguintes passos:</p> <p>Avaliação: Avaliar as atuais capacidades e necessidades de comunicação do aluno.</p> <p>Formação: Os educadores devem ter formação específica em PECS.</p> <p>Preparação: Criar um livro PECS personalizado com imagens ou símbolos que representem objetos, atividades ou conceitos relevantes para o aluno.</p> <p>Abordagem faseada: Implementar o PECS por fases, começando com simples trocas de imagens e progredindo para a formação de frases e comunicação mais responsiva.</p> <p>Integração: Incorporar o PECS nas rotinas e atividades diárias.</p> <p>Encorajamento: Incentivar a comunicação espontânea e oferecer um reforço positivo.</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

InTeaM
4Ed

	<p>Monitorização: Monitorizar regularmente o progresso e adaptar a abordagem conforme necessário, tendo em conta o desenvolvimento e os desafios do indivíduo.</p>
--	---