

Inspirados pelo Autismo

Folheto Informativo



CONTEÚDO

1. CELEBRANDO VOCÊ E SUA CRIANÇA

Três técnicas básicas do Programa Son-Rise que podem ser utilizadas com qualquer criança.

2. PARA COMEÇAR O PROGRAM SON-RISE

Técnicas que podem ser implementadas imediatamente para inspirar sua criança em cinco áreas fundamentais do desenvolvimento.

3. UM AMBIENTE DE APRENDIZAGEM OTIMIZADO

Como criar um quarto em casa para melhor implementação destas técnicas.

4. INSPIRE-SE

Um dos princípios fundamentais do Programa Son-Rise é a crença em possibilidades ilimitadas para sua criança.



Celebrando Você e sua Criança: Três Técnicas Simples do Programa Son-Rise

1. Passe 30 minutos por dia 1:1 (um a um) com sua criança.

- Leve sua criança para o quarto mais calmo e silencioso de sua casa.
- Faça o melhor para preparar o quarto de forma que não haja interrupções nesses 30 minutos.
- Leve com você uma pequena caixa de brinquedos ou atividades. (Deixe os brinquedos eletrônicos do lado de fora.)
- Pouco a pouco aumente o tempo que você passa 1:1 com sua criança com acréscimos de 15 minutos.

2. “Junte-se” à criança.

Como uma maneira de entender e construir uma relação mais profunda com sua criança faça exatamente o que ela está fazendo. Concentre-se em se divertir nesse momento “no mundo dela” (Um aspecto marcante do Programa Son-Rise).

Por exemplo:

- Se sua criança estiver pulando numa bola, pule numa bola também.
- Se sua criança estiver correndo de um lado para o outro, corra de um lado para o outro.
- Se sua criança estiver recitando a cena de um filme ou livro, recite a mesma cena com ela.
- Se sua criança estiver resolvendo problemas de matemática, faça os seus próprios problemas de matemática com ela.
- Se ela estiver olhando fixamente para a parede, olhe para a parede com ela.
- Faça o que ela estiver fazendo, exatamente da mesma forma.
- À medida que você fizer o que ela estiver fazendo, concentre-se em realmente se divertir com a atividade.

3. Concentre-se no contato visual.

Quanto mais a criança olhar mais ela aprenderá. Quanto mais você se concentrar no contato visual com sua criança, mais esse contato aumentará – dando a oportunidade de sua criança aprender com você. O contato visual é de fundamental importância para todos os aprendizados futuros.

Por exemplo:

- Celebre sua criança cada vez em que ela olhar para você. Você pode dizer, “Uau, eu adoro quando você olha para mim!” ou “O seu olhar é lindo!” ou “Obrigado por olhar para mim.” Não importa o que você diga, mas sim que você se sinta entusiasmado e agradecido pelo fato de sua criança ter escolhido olhar diretamente para os seus olhos.
- Traga a atenção para a sua face e olhos. Torne o seu rosto interessante usando chapéus, óculos divertidos, adesivos e pinturas, etc.
- Posicione-se em frente à criança, no nível dos olhos ou abaixo, tornando mais fácil para ela olhar para você. Quando oferecer brinquedos, alimentos ou algo para beber, posicione-os na altura dos seus próprios olhos.

Informe-se sobre os workshops do Programa Son-Rise® no Brasil

Pela 1ª vez no Brasil, workshops interativos apresentados por profissionais certificados do Programa Son-Rise formados pelo The Autism Treatment Center of America™.

Para Começar o Programa Son-Rise®

Por acreditarmos na eficácia do Programa Son-Rise estamos oferecendo a você uma amostra de nossos princípios. Estes princípios podem ser aplicados imediatamente com sua criança especial. (Observação: Sugerimos que você escolha uma técnica que se aplique a sua criança e use-a consistentemente em cada oportunidade durante 2 a 4 dias.)



Área de Desafio:

A criança tem verbalização limitada ou não fala.

Princípios para Orientação:

- Se você ensinar que a linguagem é para comunicação (e não apenas sons para serem memorizados e repetidos), você mostra para a criança que existe um **motivo** para falar.
- Se a linguagem é vista como **útil e divertida**, as crianças ficam motivadas para usá-la.

Aplicando os Princípios:

- Responda rapidamente aos sons que sua criança emitir. Quando a criança emitir um som (mesmo que você não tenha certeza do que ela quer dizer), mova-se rapidamente e ofereça algo mesmo que você não saiba o que ela está pedindo. Demonstre que comunicações verbais fazem com que as pessoas se movam. Mostre a ela que a fala lhe trará poder.
- Mostre que cada palavra falada resulta em uma **ação**. Ensine inicialmente verbos e substantivos associados a ações. Essas palavras são mais fáceis de responder e mostram o poder da linguagem. Ex: se você ensina a expressão *colo*, você pode carregar seu filho no colo cada vez que ele usar essa expressão. Em contraste, se você ensina a palavra *mesa*, não há ação específica resultante do uso dessa palavra. Exemplos de substantivos efetivos: *bola* ou *bolha (de sabão)*.
- Celebre cada tentativa de comunicação. Se sua criança tentar dizer uma palavra, vibre e celebre intensamente! Queremos que as crianças fiquem empolgadas ao tentar e tentar e tentar de novo. Para isto celebramos não apenas o sucesso, mas também qualquer esforço feito pela criança.

Área de Desafio:

A criança é incapaz ou não quer participar das atividades do cotidiano (ex: escovar os dentes, usar o banheiro, higiene pessoal, preparo das próprias refeições, vestir-se, etc.).

Princípios para Orientação:

- Todas as pessoas (crianças e jovens adultos) se movem em direção ao que é divertido e prazeroso. Se estas atividades forem vistas como agradáveis, nossas crianças ficarão motivadas para participar delas ao invés de evitá-las.

- As pessoas necessitam de um tempo para aprender – vale a pena **investir** tempo para ajudar sua criança a adquirir novas habilidades.

Aplicando os Princípios:

- Faça/ensine essas atividades continuamente durante o dia. Ao invés de apenas fazê-las durante as horas mais ocupadas do dia (ex: quando tenta apressar as crianças para saírem de casa para que não percamos o ônibus escolar), procure outras oportunidades para ensinar vagarosamente essas atividades.
- Dê atenção e celebre todos os membros da família que participarem dessas atividades (ex: “Viva papai! Você vestiu o seu próprio casaco!”).
- Tenha reações grandes e empolgadas para qualquer sinal de interesse ou disposição da criança nessa área (ex: quando a criança olhar para a escova de dente, quando ela vestir a camisa ao contrário, etc.).
- Torne a atividade divertida! (O quê? Escovar os dentes de forma divertida? Sim! Escovar os dentes pode ser divertido!)
- Seja flexível em relação ao tempo. Se sua criança se esquivar para não pentear o cabelo, ao invés de forçá-la ou pressioná-la, espere 10 minutos e tente de novo.

Área de Desafio:

A criança exibe comportamentos ritualísticos e repetitivos de auto-estimulação.

Princípios para Orientação:

- Crianças e adultos utilizam estes comportamentos para organizar a compreensão do ambiente em que estão inseridos e adquirir uma sensação de controle interno.
- Estes comportamentos podem ter natureza curativa.
- Estes rituais podem ser uma porta de entrada para a interação humana e relacionamentos sociais.
- Estes comportamentos são confortantes para as crianças e têm um propósito *mesmo quando não os compreendemos*.

Aplicando os Princípios:

- Ao invés de tentar parar um comportamento forçadamente, “junte-se” a este comportamento para ajudar a brincadeira solitária se tornar uma brincadeira a dois. Faça parte verdadeiramente dos “jogos” da

criança antes de pedir a ela para fazer parte dos seus.

- “Junte-se” às atividades de sua criança imitando exatamente o que ela faz (Ex: se sua criança está balançando as mãos, balance suas mãos com ela.). Posicione-se de forma que sua criança possa ver o que você está fazendo.

Área de Desafio:

A criança possui um amplo vocabulário ou fala usando sentenças, mas não apresenta a habilidade de usar a linguagem eficientemente em situações sociais.

Princípios para Orientação:

- Se ajudarmos uma criança a estabelecer confiança na comunicação social, ela tentará mais vezes.
- As crianças são motivadas a usar as suas habilidades verbais com os outros quando a elas é mostrado o benefício trazido pela comunicação.

Aplicando os Princípios:

- Recrie situações sociais em um ambiente livre de distrações inventando brincadeiras que simulem circunstâncias sociais conhecidas.
- Ofereça frases/sentenças específicas que você quer que a criança aprenda, dentro de um contexto de uma atividade ou jogo estimulante. (Ex: ao invés de corrigir a criança ou “alimentá-la” com sentenças para repetir, crie um jogo chamado “supermercado” e mostre a ela como interagir com você enquanto você finge ser o caixa.).
- Mostre-se entusiasmado para conversar sobre o tema de interesse de sua criança (Ex: Turma da Mônica, dinossauros, perguntas repetitivas como “A que horas é o jantar?”, etc.). Seja um modelo. Se quisermos que ela converse sobre as nossas áreas de interesse, primeiro temos que conversar sobre os interesses dela. *Após* termos prestado atenção nas áreas de interesse da criança, podemos então começar a conduzir gentilmente a conversa em direções diferentes.
- Ao invés de corrigi-la continuamente ou mostrar a ela como o que ela está dizendo está fora de contexto ou já foi dito antes, celebre o fato de que ela está se comunicando com você. Deixe que ela saiba o quanto você adora ouvi-la falar e compartilhar.



TRAZENDO O SON-RISE PARA O BRASIL

INSPIRANDO, INFORMANDO E HABILITANDO FAMÍLIAS, PROFISSIONAIS E CRIANÇAS COM AUTISMO

Área de Desafio:

A criança grita, chora, bate, joga objetos, etc.

Princípios para Orientação:

- As crianças utilizam esses comportamentos porque eles funcionam. Se uma criança está gritando, é porque aprendeu que dessa forma ela consegue o que quer. Se este comportamento perder a utilidade ela não o usará mais.
- Toda criança ou adulto está fazendo o melhor que pode. Seja qual for a razão, nesse momento eles não são capazes de encontrar uma outra forma de agir. Se pudessem, fariam.
- Nossas reações desempenham um papel vital em encorajar ou diminuir a frequência de cada um destes comportamentos.

Aplicando os Princípios:

- Não demonstre reação. Mantenha sua expressão facial e sua voz em um tom neutro (ex: não grite, não franza as sobrancelhas, não faça careta, etc.). Sempre se movimente vagorosamente e com calma durante esse momento, pois assim você minimiza as suas reações, deixando de ser um possível apoio para esses comportamentos.
- Ao invés de tentar ignorar esses comportamentos, explique com uma voz calma e amorosa que você não a entende quando se comunica com você dessa maneira. Mesmo que sua criança não saiba falar, sua explicação é útil tanto em conteúdo quanto em tom.
- Evite dar a “recompensa” que ela quer. Se você oferecer o que ela quer quando grita, você a ensina que essa é uma forma efetiva de comunicação.
- Cuide de si mesmo. Minimizar suas reações não significa que você tenha que permitir que sua criança bata em você. Tente colocar um travesseiro na sua frente e vagorosamente se movimente para outro lugar.
- Ofereça uma alternativa. Se sua criança está puxando seu cabelo,

- ofereça a ela uma corda para puxar no lugar. Se estiver atirando blocos, ofereça então uma almofada ou um brinquedo mais fofo para que ela jogue.
- Dê reações substanciais de celebração cada vez que sua criança for gentil ou pedir algo de uma maneira que você prefira.
- **Mova-se rapidamente** quando ela pedir algo de forma gentil e clara, pois assim você mostra a ela o contraste entre esses tipos de comunicação.

Extraído do site www.son-rise.org
Direitos autorais pertencentes ao Option Institute and Fellowship, EUA.

Um Ambiente de Aprendizagem Otimizado

Compreender a maneira como o cérebro da sua criança funciona é crucial para poder oferecer a ela um ambiente otimizado para a aprendizagem. Uma estrutura diferenciada dos cérebros daqueles com autismo significa que muitos dos sinais que as células cerebrais estão enviando umas para as outras talvez venham acompanhados de “barulho” ou “ruído”, como a estática em um sinal de rádio. Esta é uma das explicações do porquê crianças com autismo tornariam-se hiper-estimuladas por informações sensoriais e teriam então dificuldade para escolher entre duas fontes diferentes de informação. Por exemplo, é geralmente mais difícil para uma criança com autismo conseguir ouvir o que o professor fala quando outras crianças estão fazendo barulho. Estudos analisando a eletricidade no cérebro de pessoas com autismo mostram que mesmo quando elas estão tentando ignorar certos aspectos de seu ambiente (como o

barulho em uma sala de aula), seus cérebros respondem a estas informações do mesmo jeito que responde à informação que a criança está tentando prestar atenção (como a voz do professor). O problema para muitas crianças com autismo parece ser o de “filtragem”, isto é, elas são menos capazes do que as crianças típicas de filtrar e descartar a informação sensorial que é irrelevante para o que elas estão tentando prestar atenção. Consequentemente, os cérebros daqueles com autismo dão igual valor para todos os estímulos recebidos, causando um bombardeio de informação sensorial com o qual a criança tem de lidar. Os cérebros de crianças sem autismo aprendem a filtrar e descartar os estímulos irrelevantes durante os primeiros anos de vida, o que possibilita que, ao começarem a frequentar a escola, consigam focar sua atenção na atividade solicitada pelo professor. É muito difícil para um grande número de crianças com autismo conseguir aprender em um ambiente onde existem muitas informações sensoriais concomitantes (incluindo-se barulhos, toques, cheiros, estímulos visuais, etc.), como acontece em uma sala de aula.

Ambientes físicos com grandes quantidades de estimulação sensorial (ex: painéis com cores fortes, barulho de fundo, etc.) aumentam o “barulho” num sistema sensorial já sobrecarregado, tornando extremamente difícil qualquer nova aprendizagem – seria como tentar aprender japonês dentro de um barulhento shopping center. Devido à presença de outras crianças e do tamanho do espaço físico necessário para abrigá-las, a sala de aula convencional é altamente limitada em termos de poder atender às necessidades das crianças com autismo. Até a iluminação por meio de lâmpadas fluorescentes, tão comum em salas de aula, tem sido apontada em estudos científicos como sendo um fator que afeta o comportamento de crianças com autismo.

cont.



Você pode criar em casa um ambiente de aprendizado otimizado para sua criança seguindo estes três simples passos:

1. Dedique um quarto em sua casa para a criança com autismo. Pode ser o dormitório de sua criança ou um outro quarto (não muito grande, 4 X 4m é suficiente, e menor também é OK dependendo da idade da sua criança). O quarto pode até ser dedicado à criança com autismo apenas durante parte do dia (por exemplo, quando a criança compartilha um dormitório com um irmão ou irmã). Faça o melhor possível dentro da situação em que você se encontra.

2. Remova todos os brinquedos eletrônicos do quarto escolhido. Isto inclui televisões, video-games e qualquer coisa movida a pilha (até livros falados ou cantados e objetos que acendem luzes). Estes objetos podem ser hiper-estimulantes para a criança com autismo e não encorajam a interação social.

3. Crie espaço. O ideal é ter espaço aberto no quarto, como um chão livre de objetos para você brincar com sua criança. Tenha o mínimo possível de móveis neste quarto. Além disso, minimize a quantidade de brinquedos no quarto e, se possível, coloque todos eles numa prateleira ou armário.

As simples medidas descritas aqui ajudarão a acalmar o sistema nervoso hiper-ativo de sua criança ao oferecer a ela um mundo digerível e administrável, criando-se então a fundação para oportunidades otimizadas de interações e subsequentes aprendizagens.

Inspire-se

Frequentemente, quando pais recebem o diagnóstico de autismo para a sua criança, também é oferecido a eles uma perspectiva cheia de pessimismo e a sugestão para que se conformem a uma condição trágica e irreversível da criança. O trabalho com o Programa Son-Rise, algumas abordagens biomédicas do autismo e a atual neurociência têm nos mostrado que esta não precisa ser a única perspectiva a ser adotada. Os cérebros

das crianças com autismo apresentam grande plasticidade. Isto significa que os cérebros destas crianças aprendem, se desenvolvem e podem ser modificados por cada experiência vivida – assim como qualquer cérebro. Ao oferecermos um ambiente de aprendizado otimizado para as crianças, nós podemos ajudá-las a reconstruir os seus cérebros e aprender a superar os desafios relativos a habilidades sociais e de comunicação típicos do autismo.

Esta mudança de perspectiva é o primeiro passo para se estimular o desenvolvimento social de uma criança com autismo. A nossa experiência com famílias de crianças com autismo que utilizam o Programa Son-Rise® tem nos mostrado que a adoção de uma perspectiva inspiradora por parte dos pais – de esperança e entusiasmo – é crucial para a promoção do desenvolvimento de suas crianças.

Um número cada vez maior de psicólogos e pesquisadores estão percebendo que o amor e a expressão sincera de apreciação e afeto por uma criança são componentes essenciais (há muito tempo ignorados) para a educação e o desenvolvimento de uma criança. A ciência está começando a compreender a importância destas profundas emoções humanas no desenvolvimento de uma criança, especialmente no desenvolvimento de crianças com autismo. Esta noção é importantíssima para o Programa Son-Rise, abordagem que não se desenvolveu através de experimentações científicas, mas através do ilimitado amor e desejo de dois pais para se conectar com seu filho.

Extraído do site
www.inspiradospeloautismo.com.br
 Direitos autorais pertencentes ao
 Inspired by Autism, EUA.

INSPIRADOS PELO AUTISMO

A nossa intenção na Inspirados pelo Autismo é ajudar todos os pais a utilizar seu amor pela criança de forma a auxiliar o crescimento e desenvolvimento da criança.

É com prazer que oferecemos as informações deste impresso. Estamos disponíveis para maiores informações e assistência personalizada.

TRADUÇÃO

Mariana Tolezani

Aurea Daia Barreto

WORKSHOPS

Para se inscrever nos nossos workshops no Brasil visite nosso site:

www.inspiradospeloautismo.com.br

