

Abordagem à PHDA em Educação: Perspetivas de Pais e Professores

Março 2025

No âmbito de uma parceria estratégica Erasmus+ composta por seis instituições europeias — Centro Nacional de Investigação Científica Demokritos (Grécia), Universidade Cardeal Stefan Wyszyński em Varsóvia (Polónia), ADHD Cyprus (Chipre), Direção Regional do Ensino Básico e Secundário de Rodes (Grécia), A & A Emphasys Interactive Solutions Ltd (Chipre) e Agrupamento de Escolas José Estêvão (Portugal) — o projeto KIDSWELL foi desenvolvido para enfrentar os desafios multifacetados vividos por crianças com Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA).

Entre as suas principais iniciativas, o consórcio realizou grupos de discussão com pais e educadores para recolher dados qualitativos que informassem os objetivos do projeto, nomeadamente o desenvolvimento de um Quadro de Referência para competências essenciais no crescimento e educação de crianças com PHDA, bem como a criação de um programa de formação direcionado para cuidadores e profissionais de ensino.

Este artigo apresenta uma síntese dos resultados obtidos nas discussões dos grupos, com base numa análise comparativa dos contextos nacionais de cada instituição parceira. Os resultados refletem perspetivas diversas mas

convergentes de pais e educadores, contribuindo para uma compreensão mais ampla dos desafios associados à PHDA e para o desenvolvimento de estratégias educativas inclusivas.

Sendo a PHDA uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por padrões persistentes de desatenção, impulsividade e hiperatividade que podem afetar significativamente o desenvolvimento académico, emocional e social da criança, trata-se de um tema que preocupa a sociedade em geral, especialmente educadores e cuidadores. As crianças com PHDA enfrentam frequentemente dificuldades nas funções executivas, como o planeamento, a regulação emocional e a conclusão de tarefas, o que pode levar à frustração, baixa autoestima e dificuldades em manter relações com os pares. No entanto, com apoio estruturado, reforço positivo e estratégias educativas inclusivas, muitas destas crianças conseguem prosperar e demonstrar criatividade, foco e resiliência em ambientes que reconhecem e se adaptam às suas necessidades únicas.

Ainda assim, a PHDA continua a representar desafios complexos nos contextos educativos, afetando não só o desempenho académico, mas também o desenvolvimento emocional e social das crianças. Um grupo focal recente com pais e professores proporcionou uma perspetiva comparativa rica sobre as experiências vividas por quem apoia crianças com PHDA. Os seus testemunhos revelam preocupações comuns e estratégias complementares, oferecendo uma visão detalhada das realidades enfrentadas em casa e na escola.

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein"

Regulação Emocional e Competências Pessoais

Os pais destacaram de forma consistente a intensidade emocional vivida pelos seus filhos. Muitos relataram reações amplificadas à rejeição, frustração e desilusão, por vezes, culminando em agressividade ou ataques de pânico. Os professores corroboraram estas observações, referindo surtos emocionais frequentes, impulsividade e dificuldade em tolerar a frustração. Ambos os grupos concordaram que estes comportamentos derivam de dificuldades nas funções operativas.

Para mitigar estas dificuldades, os professores sublinharam a importância de construir relações de confiança e utilizar estratégias de apoio emocional. Sistemas de recompensa que valorizam o esforço, e não apenas os resultados, foram destacados como ferramentas essenciais para reforçar a autoestima e a motivação. Por seu lado, os pais relataram sucesso com atividades estruturadas, como karaté ou escutismo, que ajudam as crianças a desenvolver resiliência e estabilidade emocional.

Competências Sociais e Relações com Pares

A integração social surgiu como uma preocupação partilhada por ambos os grupos de discussão. Os pais observaram que as crianças com PHDA têm dificuldade em interpretar pistas sociais e manter amizades, embora muitas prosperem em ambientes de grupo estruturados. Os professores identificaram padrões semelhantes, com especial atenção ao papel de comorbilidades não diagnosticadas, como o Perturbação do Espectro do

Autismo, que complicam as interações sociais.

Os educadores recorrem a várias estratégias para promover a inclusão, nomeadamente dramatizações, mentoria entre pares e ferramentas terapêuticas como “Zonas de Regulação”. O trabalho de grupo estruturado e a modelação de comportamentos pró-sociais foram considerados eficazes na promoção da empatia e na redução de interações impulsivas. Os pais também reconheceram o valor de atividades extracurriculares como dança e robótica, que oferecem ambientes de baixo stress para o desenvolvimento social.

Competências de Aprendizagem e Envolvimento Escolar

Os desafios escolares foram um tema central. Os pais relataram dificuldades na atenção sustentada, na conclusão de tarefas e na organização, especialmente no que diz respeito aos trabalhos de casa. Os professores observaram problemas semelhantes na sala de aula, referindo que os alunos com PHDA têm dificuldade em seguir instruções, manter a concentração durante as aulas e concluir tarefas extensas.

Para enfrentar estes desafios, os educadores utilizam plataformas gamificadas, recursos visuais e pausas com movimento para manter o envolvimento. Adaptações curriculares e *feedback* individualizado foram considerados vitais, juntamente com a colaboração com especialistas. Os pais também destacaram o papel da tecnologia, como aplicações interativas e jogos digitais, na melhoria da aprendizagem e da concentração.

Estratégias Partilhadas e Necessidades Futuras

Pais e professores sublinharam a importância do reforço positivo, das rotinas estruturadas e do feedback emocionalmente sensível. Os professores enfatizaram a necessidade de fornecer feedback de forma discreta para evitar constrangimentos, enquanto os pais defenderam o uso de analogias com experiências adultas para promover a compreensão.

Apesar dos esforços, muitos educadores expressaram a necessidade de formação especializada para melhor apoiar os alunos com PHDA. Os pais, por sua vez, apelaram a um maior apoio psicológico e a uma sensibilização mais ampla sobre o impacto da PHDA no desenvolvimento emocional e social.

Conclusão

Em suma, este grupo focal revelou um compromisso partilhado em apoiar crianças com PHDA através da empatia, da estrutura e da inovação. Embora os desafios sejam significativos, o espírito colaborativo entre famílias e educadores oferece um caminho promissor que privilegia a inclusão, o bem-estar emocional e a aprendizagem personalizada.