

Resultados do Questionário do Grupo Focal De Professores

1 Compreensão Geral da PHDA



1 Quais são os sinais mais comuns de PHDA que observa nos seus alunos?

- Sinais comuns observados em crianças com PHDA incluem:
 - hiperatividade
 - falta de concentração
 - falta de autoestima/autovalorização
 - falta de auto-organização

2 Que desafios enfrenta ao ensinar alunos com PHDA?

- Desafios apresentados ao ensinar alunos com PHDA podem incluir:
 - dificuldade em adaptar o ensino às necessidades específicas dos alunos devido ao elevado número de estudantes na sala de aula/escola
 - falta de avanços tecnológicos
 - estrutura da sala de aula e falta de mobiliário apropriado para os alunos na escola.



2 Competências Pessoais

3 Quais são os desafios mais comuns que os alunos com PHDA enfrentam na gestão das emoções e na realização de tarefas que exigem concentração, organização ou autodisciplina?

- Desafios organizacionais são dos mais comuns entre os alunos com PHDA, assim como a construção da confiança e da autoestima.

Por isso, os professores devem, de alguma forma, incentivar os alunos a desenvolver certas competências para melhorar nestes aspetos.

4 Como ajuda os alunos com PHDA a desenvolver confiança e resiliência perante os desafios?

- De acordo com os professores, a melhor forma de ajudar os alunos a ultrapassar os desafios referidos passa, em primeiro lugar, por construir uma relação de confiança. Se existir uma relação forte e de confiança entre os alunos e os professores, é mais provável que os alunos se mantenham envolvidos e consigam ultrapassar as dificuldades que enfrentam. Outro método de apoio aos alunos é a utilização de um sistema de recompensas, que valorize não apenas o sucesso, mas também o esforço. Se um aluno demonstrar esforço significativo numa tarefa, esse esforço deve ser recompensado. Isso contribui para o aumento da confiança, tal como encorajar um aluno a ter sucesso numa área em que já tem facilidade.

3 Competências Sociais



5 Que desafios sociais observa em alunos com PHDA (por exemplo, compreensão de pistas sociais, manutenção de amizades)?

- Um dos desafios mais comuns enfrentados por alunos com PHDA, segundo os professores, é a sustentabilidade e manutenção das amizades, devido ao facto de muitas vezes sentirem que não se enquadram. Um desafio adicional é o bullying entre alunos. Por vezes, os estudantes não têm consciência das diferenças que existem entre si, o que leva a um distanciamento em relação aos colegas. Esta falta de compreensão e aceitação dificulta a criação e manutenção de amizades duradouras.

6 Como promove relações positivas entre pares e gere conflitos ou mal entendidos envolvendo alunos com PHDA de forma a promover aprendizagem social?

- Uma boa forma de garantir que se promovem relações positivas entre os colegas é através de jogos em sala de aula com todos os alunos, onde possam trabalhar em grupo e ajudar-se mutuamente. Esta abordagem promove um ambiente amigável e seguro, permitindo que os alunos desenvolvam relações interpessoais de forma natural.



4 Competências de Aprendizagem

7 Quais os desafios específicos dos alunos com PHDA enfrentam nas tarefas académicas (por exemplo, concentração, realização de trabalhos, seguimento de instruções)?

- Alguns dos desafios enfrentados por crianças com PHDA relativamente às tarefas escolares incluem:
 - dificuldade em manter o foco
 - tendência a evitar tarefas que consideram desafiantes
 - falta de confiança na realização das tarefas

8 Que métodos de ensino, ferramentas, tecnologias ou adaptações na sala de aula considera eficazes para apoiar as necessidades de aprendizagem dos alunos com PHDA?

- Abordagens interessantes para apoiar as necessidades de aprendizagem de alunos com PHDA, segundo os professores, incluem:
 - jogos de matemática e ortografia, bem como o uso de ferramentas tecnológicas (como tablets – desde que utilizados com limite de tempo) podem melhorar a concentração dos alunos. Os professores explicaram que o tablet ajuda o aluno a concentrar-se por ser mais brilhante do que o ambiente à sua volta no momento da utilização, o que restringe a sua visão periférica. Isso facilita a focalização num único estímulo.

9 Como fornece feedback aos alunos com PHDA ou estratégias individualizadas de forma a motivar e apoiar o seu progresso?

- Dar feedback a alunos com PHDA é um marco importante para a sua evolução e progresso. Todos os participantes concordaram que a forma como o feedback é dado é determinante para o impacto que este terá. É essencial que o feedback seja transmitido de forma discreta e respeitosa, de modo a não envergonhar o aluno. O feedback deve também ser adaptado a cada aluno, de forma que este o receba como algo positivo e construtivo, e não como uma crítica.

5 Apoiar uma Criança com PHDA



10 Tem formação formal ou apoio profissional para gerir a PHDA na sala de aula? Em caso afirmativo, qual foi o mais útil e que formação ou apoio adicional considera útil da parte da sua escola ou de outros intervenientes para apoiar melhor os alunos com PHDA?

- Os participantes explicaram que a melhor formação que receberam inclui os seus estudos antes de iniciarem a profissão, bem como outros workshops e formações obrigatórias em que participam ao longo da carreira. Além disso, manifestaram interesse em receber formação profissional adicional sobre o uso de ferramentas digitais específicas para trabalhar com alunos com PHDA.

11 Quão confiante se sente em abordar as necessidades dos alunos com PHDA? (Escala de 1 a 5)

- Os professores da Educação Especial destacaram que se sentem bastante confiantes na resposta às necessidades dos alunos com PHDA, dado que já o fazem há vários anos.

12 Colabora com outros profissionais (professores, psicólogos escolares, pais ou encarregados de educação ou profissionais externos) ao trabalhar com alunos com PHDA? Se sim, quão eficaz é esta colaboração?

- Entre os professores académicos, a Educação Especial conta com profissionais que são terapeutas da fala, psicólogos e com outras formações profissionais, o que permite aos alunos obter o melhor apoio possível. Além disso, os professores referiram que desenvolveram uma relação forte tanto com os alunos como com os pais, o que lhes permite comunicar as suas preocupações e trabalhar em conjunto para melhorar a vida dos alunos/crianças.



6 Sugestões e Melhorias Futuras

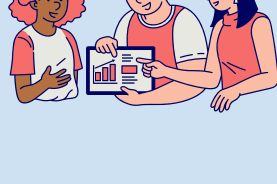
13 Como acha que os alunos com PHDA podem desenvolver melhor as suas competências pessoais, sociais e de aprendizagem? Poderia propor alterações para melhorar a experiência educativa para crianças com PHDA?

- A falta de avanços tecnológicos foi apontada pelos professores como um dos fatores que, se melhorados, ajudariam os alunos a desenvolver competências pessoais, sociais e de aprendizagem autónoma.

Por isso, é necessário investir em materiais e tecnologias adicionais, assim como oferecer formação profissional adequada nas competências tecnológicas, para apoiar melhor os professores no acompanhamento dos seus alunos em sala de aula.

Resultados do Questionário do Grupo Focal De Professores

1 Compreensão Geral da PHDA



1

Quais são os sinais mais comuns de PHDA que observa nos seus alunos?

- Os professores observavam frequentemente sinais como dificuldade em manter a atenção, ações impulsivas, inquietação constante e conversa excessiva. Estes sintomas frequentemente perturbavam as rotinas da sala de aula e afetavam a aprendizagem e a interação entre pares.

2

Que desafios enfrenta ao ensinar alunos com PHDA?

- Os educadores referiram que gerir a atenção, lidar com comportamentos impulsivos e apoiar a integração social nas atividades de grupo eram desafios constantes. Era difícil manter um ambiente de sala de aula produtivo ao mesmo tempo que se satisfaziam as necessidades individuais.



2 Competências Pessoais

3

Quais são os desafios mais comuns que os alunos com PHDA enfrentam na gestão das emoções e na realização de tarefas que exigem concentração, organização ou autodisciplina?

- Os alunos com PHDA tinham dificuldades em regular as emoções, frequentemente reagindo de forma intensa ou imprevisível. Também lhes custava iniciar tarefas de forma autónoma, o que dificultava o progresso nas tarefas e a participação em aula.

4

Como ajuda os alunos com PHDA a desenvolver confiança e resiliência perante os desafios?

- Os professores utilizavam rotinas estruturadas, horários visuais e um encorajamento consistente para ajudar os alunos a tornarem-se mais autónomos. Dividir as tarefas em passos geríveis e celebrar pequenos sucessos revelou-se especialmente eficaz.

3 Competências Sociais



5

Que desafios sociais observa em alunos com PHDA (por exemplo, compreensão de pistas sociais, manutenção de amizades)?

- As crianças frequentemente interpretavam mal os limites sociais, não percebiam sinais não verbais ou agiam impulsivamente em contextos de grupo. Estes comportamentos podiam levar a conflitos ou ao isolamento social.

6

Como promove relações positivas entre pares e gere conflitos ou mal entendidos envolvendo alunos com PHDA de forma a promover aprendizagem social?

- Os educadores destacaram o valor do acompanhamento entre pares, dos sistemas de “buddy” e do trabalho de grupo estruturado para apoiar a aprendizagem social. Discussões orientadas e simulações ajudavam a ensinar empatia e resolução de conflitos.



4 Competências de Aprendizagem

7

Quais os desafios específicos dos alunos com PHDA enfrentam nas tarefas académicas (por exemplo, concentração, realização de trabalhos, seguimento de instruções)?

- Os professores identificaram como principais obstáculos à aprendizagem a dificuldade em seguir instruções com vários passos, manter a concentração durante períodos prolongados e completar tarefas sem lembretes constantes.

8

Que métodos de ensino, ferramentas, tecnologias ou adaptações na sala de aula considera eficazes para apoiar as necessidades de aprendizagem dos alunos com PHDA?

- Práticas eficazes incluíam o uso de plataformas de aprendizagem gamificadas, a divisão do conteúdo em partes mais pequenas e a oferta de pausas para movimento. Os professores também utilizavam temporizadores visuais, cartões de tarefas e ferramentas interativas para manter o envolvimento dos alunos.

9

Como fornece feedback aos alunos com PHDA ou estratégias individualizadas de forma a motivar e apoiar o seu progresso?

- O feedback regular e individualizado ajudava a aumentar a motivação. Os professores sublinharam a importância de valorizar o esforço e o progresso, em vez de se focarem apenas nos resultados, e de usar o reforço positivo para manter o envolvimento dos alunos.

5 Apoiar uma Criança com PHDA



10

Tem formação formal ou apoio profissional para gerir a PHDA na sala de aula? Em caso afirmativo, qual foi o mais útil e que formação ou apoio adicional considera útil da parte da sua escola ou de outros intervenientes para apoiar melhor os alunos com PHDA?

- Apenas alguns participantes tinham formação formal sobre PHDA. A maioria baseava-se na autoformação ou em apoios informais. Existia uma necessidade clara de sessões de formação estruturadas e baseadas em evidências para todo o pessoal escolar.

11

Quão confiante se sente em abordar as necessidades dos alunos com PHDA? (Escala de 1 a 5)

- Os níveis de confiança variavam entre baixos e moderados. Os professores manifestaram o desejo de ter mais recursos, especialistas na escola e tempo para implementar adequadamente as estratégias de apoio.

12

Colabora com outros profissionais (professores, psicólogos escolares, pais ou encarregados de educação ou profissionais externos) ao trabalhar com alunos com PHDA? Se sim, quão eficaz é esta colaboração?

- A colaboração com psicólogos e pais foi considerada valiosa, mas nem sempre era consistente. Foi sugerida uma melhoria na comunicação e no planeamento conjunto para otimizar os resultados.



6 Sugestões e Melhorias Futuras

13

Como acha que os alunos com PHDA podem desenvolver melhor as suas competências pessoais, sociais e de aprendizagem? Poderia propor alterações para melhorar a experiência educativa para crianças com PHDA?

- Os professores propuseram alterações sistémicas, como a inclusão de especialistas em PHDA nas escolas, programas de formação para todo o pessoal e a revisão das práticas de avaliação para melhor acomodar alunos neurodiversos.

Resultados do Questionário do Grupo Focal De Professores

1 Compreensão Geral da PHDA



1 Quais são os sinais mais comuns de PHDA que observa nos seus alunos?

- 1. Desatenção
- 2. Impulsividade
- 3. Hiperatividade
- 4. Instabilidade emocional
- 5. Fracas competências de organização

Os professores observaram com frequência desatenção, impulsividade, hiperatividade, instabilidade emocional e fracas competências de organização. Os alunos interrompem frequentemente, levantam-se do lugar ou têm dificuldade em seguir instruções.

2 Que desafios enfrenta ao ensinar alunos com PHDA?

- 1. Gerir a atenção
- 2. Lidar com a impulsividade
- 3. Adaptar os métodos às necessidades individuais
- 4. Manter a ordem na sala de aula
- 5. Identificar os diferentes tipos de PHDA

Os desafios incluem gerir a atenção, o comportamento impulsivo, e a integração social. O tamanho elevado das turmas e a falta de recursos dificultam o apoio individualizado.

2 Competências Pessoais

3 Quais são os desafios mais comuns que os alunos com PHDA enfrentam na gestão das emoções e na realização de tarefas que exigem concentração, organização ou autodisciplina?

- 1. Gerir a atenção
- 2. Lidar com a impulsividade
- 3. Adaptar métodos às necessidades individuais
- 4. Manter a ordem na sala de aula
- 5. Identificar os tipos de PHDA

Os alunos com PHDA enfrentam dificuldades na regulação emocional, baixa tolerância à frustração e dificuldade em iniciar ou concluir tarefas. Muitos interiorizam o fracasso devido ao feedback negativo recorrente.

4 Como ajuda os alunos com PHDA a desenvolver confiança e resiliência perante os desafios?

- 1. Reforço positivo
- 2. Encorajamento e elogios
- 3. Divisão de tarefas em etapas
- 4. Modelos de comportamento e exemplos
- 5. Proximidade emocional e apoio

Os professores utilizam rotinas estruturadas, horários visuais e encorajamento consistente. Celebrar pequenas conquistas e atribuir responsabilidades significativas contribui para o desenvolvimento da autoestima.

3 Competências Sociais



5 Que desafios sociais observa em alunos com PHDA (por exemplo, compreensão de pistas sociais, manutenção de amizades)?

- 1. Dificuldades em interpretar pistas sociais
- 2. Impulsividade em interações com os colegas
- 3. Dificuldades na integração em grupo
- 4. Rejeição ou isolamento dos colegas.

Os alunos com PHDA interpretam frequentemente de forma incorreta as pistas sociais, interrompem os colegas ou reagem emocionalmente de forma exagerada. Estes comportamentos podem levar à rejeição pelos pares ou ao isolamento social.

6 Como promove relações positivas entre pares e gere conflitos ou mal entendidos envolvendo alunos com PHDA de forma a promover aprendizagem social?

- 1. Trabalho de pares com colegas assertivos
- 2. Dramatização e debates
- 3. Atividades de reflexão em grupo
- 4. Promoção da empatia

As estratégias incluem mentoria entre pares, sistemas de tutoria, dramatizações, histórias sociais e modelagem através de vídeos. Os professores promovem a empatia e comportamentos inclusivos.

4 Competências de Aprendizagem

7 Quais os desafios específicos dos alunos com PHDA enfrentam nas tarefas académicas (por exemplo, concentração, realização de trabalhos, seguimento de instruções)?

- Dificuldade em manter a concentração em tarefas prolongadas
- Dificuldades com conteúdos que exigem muita leitura
- Problemas em seguir instruções
- Facilidade em distrair-se com o ambiente envolvente

8 Os alunos podem esquecer-se das instruções, iniciar mas não concluir tarefas ou parecer desinteressados. A procrastinação, a distração e o desempenho inconsistente são comuns.

8 Que métodos de ensino, ferramentas, tecnologias ou adaptações na sala de aula considera eficazes para apoiar as necessidades de aprendizagem dos alunos com PHDA?

- 1. Ajudas visuais (vídeos, imagens)
- 2. Divisão e segmentação de tarefas
- 3. Jogos e aplicações educativas
- 4. Utilização de tecnologia (por exemplo, computadores)
- 5. Aprendizagem assistida por pares

As estratégias eficazes incluem a divisão de tarefas em partes mais pequenas, listas de verificação visuais, temporizadores, aplicações educativas, quadros interativos e ensino multissensorial.

9 Como fornece feedback aos alunos com PHDA ou estratégias individualizadas de forma a motivar e apoiar o seu progresso?

- 1. Feedback positivo e individualizado
- 2. Sugestões escritas e orais
- 3. Acompanhamento diário (por exemplo, cadernos)
- 4. Reforço em grupo

O feedback é privado, positivo e focado no esforço. Os professores destacam o que foi feito corretamente e utilizam uma linguagem encorajadora para manter a motivação.

5 Apoiar uma Criança com PHDA



10 Tem formação formal ou apoio profissional para gerir a PHDA na sala de aula? Em caso afirmativo, qual foi o mais útil e que formação ou apoio adicional considera útil da parte da sua escola ou de outros intervenientes para apoiar melhor os alunos com PHDA?

- 1. Formação formal em PHDA
- 2. Sem formação formal
- 3. Apoio de professores de educação especial
- 4. Desejo de mais formação

Alguns professores receberam formação formal, mas a maioria depende da aprendizagem autónoma. Há uma grande procura por *coaching* em tempo real, modelagem na sala de aula e mentorias estruturadas.

11 Quão confiante se sente em abordar as necessidades dos alunos com PHDA? (Escala de 1 a 5)

- Nível 1: 1 professor
- Nível 2: 2 professores
- Nível 3: 4 professores
- Nível 4: 1 professor

Os níveis de confiança variaram de 1 a 4. A maioria dos professores sente-se moderadamente confiante, mas expressa a necessidade de mais recursos e apoio sistémico.

12 Colabora com outros profissionais (professores, psicólogos escolares, pais ou encarregados de educação ou profissionais externos) ao trabalhar com alunos com PHDA? Se sim, quão eficaz é esta colaboração?

- 1. Colaborar com outros profissionais
- 2. Professores de Necessidades Educativas Especiais ou Equipas de Educação Especial
- 3. Colaboração vista como eficaz
- 4. Necessidade de trabalho em equipa mais estruturado

A colaboração é comum, mas varia em termos de qualidade. Existe trabalho em equipa eficaz em algumas escolas, enquanto outras enfrentam desafios devido à disponibilidade limitada de especialistas ou ao afastamento dos pais.

6 Sugestões e Melhorias Futuras

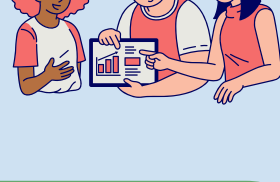
13 Como acha que os alunos com PHDA podem desenvolver melhor as suas competências pessoais, sociais e de aprendizagem? Poderia propor alterações para melhorar a experiência educativa para crianças com PHDA?

- 1. Tamanho reduzido das turmas
- 2. Adaptação do currículo
- 3. Sensibilização da comunidade escolar
- 4. Uso de tecnologias assistivas
- 5. Trabalho em grupo e dramatizações

As sugestões incluem protocolos nacionais para o PHDA, tecnologias assistivas, formação conjunta para professores e pais, design inclusivo das salas de aula e capacitação dos professores para inovar.

Resultados do Questionário do Grupo Focal De Professores

1 Compreensão Geral da PHDA



1 Quais são os sinais mais comuns de PHDA que observa nos seus alunos?

Os professores observaram sinais como desatenção, impulsividade, hiperatividade motora, instabilidade emocional e fracas competências organizacionais. Os alunos frequentemente interrompem, levantam-se frequentemente dos lugares ou têm dificuldades em seguir instruções e manter a concentração.

2 Que desafios enfrenta ao ensinar alunos com PHDA?

Os educadores enfrentaram desafios como turmas numerosas, falta de adaptações na sala de aula e diagnósticos tardios, que limitam a sua capacidade de oferecer apoio personalizado. As limitações de tempo e as lacunas sistémicas impedem frequentemente uma intervenção precoce eficaz.



2 Competências Pessoais

3 Quais são os desafios mais comuns que os alunos com PHDA enfrentam na gestão das emoções e na realização de tarefas que exigem concentração, organização ou autodisciplina?

Os alunos frequentemente têm dificuldades em regular as emoções, baixa tolerância à frustração e dificuldades em iniciar ou concluir tarefas. Muitos interiorizam o sentimento de fracasso devido ao feedback negativo repetido.

4 Como ajuda os alunos com PHDA a desenvolver confiança e resiliência perante os desafios?

Os professores constroem confiança através de rotinas consistentes, reforço positivo e atribuição de responsabilidades significativas. Técnicas como o acompanhamento emocional, o feedback baseado na mentalidade de crescimento e a celebração do esforço em vez do resultado são amplamente utilizadas.

3 Competências Sociais



5 Que desafios sociais observa em alunos com PHDA (por exemplo, compreensão de pistas sociais, manutenção de amizades)?

Os participantes relataram problemas como dificuldade em interpretar sinais sociais, interrupções aos colegas e desafios relacionados com a rejeição por parte dos pares ou reações emocionais exageradas. Estes problemas são por vezes agravados por comorbilidades não diagnosticadas, como o TEA (Transtorno do Espectro do Autismo).

6 Como promove relações positivas entre pares e gere conflitos ou mal entendidos envolvendo alunos com PHDA de forma a promover aprendizagem social?

As estratégias incluíam atividades de grupo estruturadas, acompanhamento entre pares, histórias sociais, dramatizações, modelagem por vídeo e ferramentas cognitivo - comportamentais, como as “Zonas de Autorregulação”. Os professores exemplificam comportamentos inclusivos e promovem a empatia em toda a turma.



4 Competências de Aprendizagem

7 Quais os desafios específicos dos alunos com PHDA enfrentam nas tarefas académicas (por exemplo, concentração, realização de trabalhos, seguimento de instruções)?

Os alunos podem começar tarefas mas não as terminar, esquecer instruções ou parecer desinteressados apesar de terem uma boa capacidade cognitiva. A procrastinação, a distração e o desempenho inconsistente são comuns.

8 What teaching methods, tools, technologies or classroom adjustments have you found effective in supporting the learning needs of students with ADHD?

Estratégias eficazes incluem dividir as tarefas em partes menores, listas de verificação visuais, aplicações educativas, temporizadores e lugares preferenciais na sala. Os professores também utilizam quadros interativos, zonas de trabalho em grupo e instrução multissensorial.

9 Como fornece feedback aos alunos com PHDA ou estratégias individualizadas de forma a motivar e apoiar o seu progresso?

O feedback é dado de forma privada, positiva e foca-se no que foi bem feito. Expressões como “Já completaste os primeiros passos, ótimo começo!” são usadas para promover a motivação sem criar pressão.

5 Apoiar uma Criança com PHDA



10 Tem formação formal ou apoio profissional para gerir a PHDA na sala de aula? Em caso afirmativo, qual foi o mais útil e que formação ou apoio adicional considera útil da parte da sua escola ou de outros intervenientes para apoiar melhor os alunos com PHDA?

Todos os participantes tinham formação formal (por exemplo, mestrados e doutoramentos em Educação Especial) e frequentaram seminários, mas solicitaram mais acompanhamento em tempo real, modelação em sala de aula e mentoria estruturada por especialistas.

11 Quão confiante se sente em abordar as necessidades dos alunos com PHDA? (Escala de 1 a 5)

Todos os participantes avaliaram a sua confiança como 4 ou 5, mencionando um conhecimento sólido, mas apontando limitações sistémicas na implementação.

12 Colabora com outros profissionais (professores, psicólogos escolares, pais ou encarregados de educação ou profissionais externos) ao trabalhar com alunos com PHDA? Se sim, quão eficaz é esta colaboração?

A colaboração ocorria frequentemente, mas variava em qualidade. Em algumas escolas existia um forte trabalho de equipa, enquanto outras enfrentavam desafios devido à limitação de tempo dos psicólogos e professores de apoio paralelos partilhados, ou à falta de envolvimento dos pais.



6 Sugestões e Melhorias Futuras

13 Como acha que os alunos com PHDA podem desenvolver melhor as suas competências pessoais, sociais e de aprendizagem? Poderia propor alterações para melhorar a experiência educativa para crianças com PHDA?

Os participantes recomendam uma abordagem sistémica e para toda a escola, que incluía:

- Protocolos nacionais de inclusão para a PHDA
- Aumento do uso de tecnologia assistiva
- Formação conjunta de educadores e pais
- Salas de aula concebidas tendo em conta a neurodiversidade
- Empoderar os professores para liderar a inovação inclusiva

“PHDA não é uma falha — é uma diferença. Se redesenharmos as escolas para apoiar estes alunos, a educação melhora para todos.”