

# PRINCIPAIS DICAS PARA QUEM TEM UMA CRIANÇA TDAH EM CASA

**Professor Mestre Robson Batista Dias**

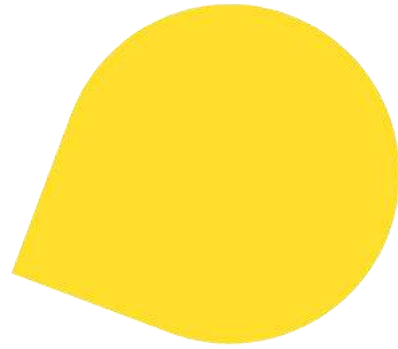
Psicólogo (CRP 14/05584-6), Mestre em Psicologia, Especialista em Neuropsicologia,  
Psicopedagogia e em Educação Especial, Diversidade e Inclusão.

@psic.robsondias | robsondias@hotmail.com

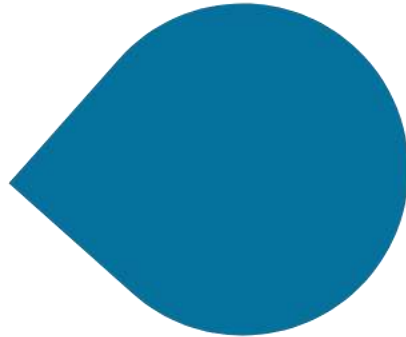
Siga nossas Redes Sociais



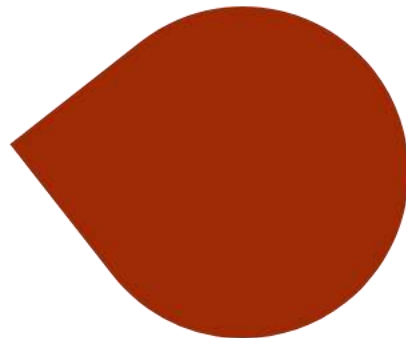
**TIDAH**



**Hiperatividade**



**Impulsividade**



**Desatenção**





# ANTES DE TUDO... CONHEÇA A CRIANÇA:

- Habilidades;
- Dificuldades;
- Limites;
- Comportamentos;
- Personagens favoritos;
- Habilidades e limites sensoriais;
- Etc.

**E USE ISSO A SEU FAVOR!**

# DICAS PARA AJUDAR NA DESATENÇÃO

- Organize a rotina;
- Faça um cronograma;
- Envolver sua criança/adolescente na criação da rotina;
- Consistência é a chave;
- Use lista de afazeres;
- Reduza a quantidade de elementos que tiram o foco da criança;
- Planeje as atividades.



# Rotina do Joãozinho

SEGUNDA



TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO



Fonte: [encurtador.com.br/gBY16](http://encurtador.com.br/gBY16)



Fonte: [encurtador.com.br/hwT18](http://encurtador.com.br/hwT18)



# HIPERATIVIDADE E IMPULSIVIDADE



- Regras e limites são importantes e necessários;
- Estimule a prática de atividades físicas;
  - Seja objetivo;
  - Reforço positivo;
- Brincadeiras e jogos com regras.



# Combinados

## REGRAS



## DEVERES



- Modelar comportamentos;
- Aprender regras sociais;
- Itens colocados de forma assertiva;
- Combinar os comportamentos;
- Usar a lista de regras como base;
- Não pontuar caso não atinja o objetivo;
- Explicar o motivo de não pontuar.

# TABELA DE PONTOS



# Mariazinha da Silva

segunda

terça

quarta

quinta

sexta



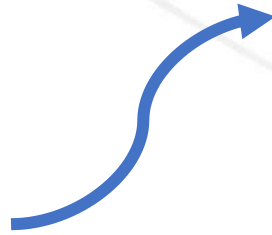
**OBJETIVO**

8

**PONTOS**

**RECOMPENSA**

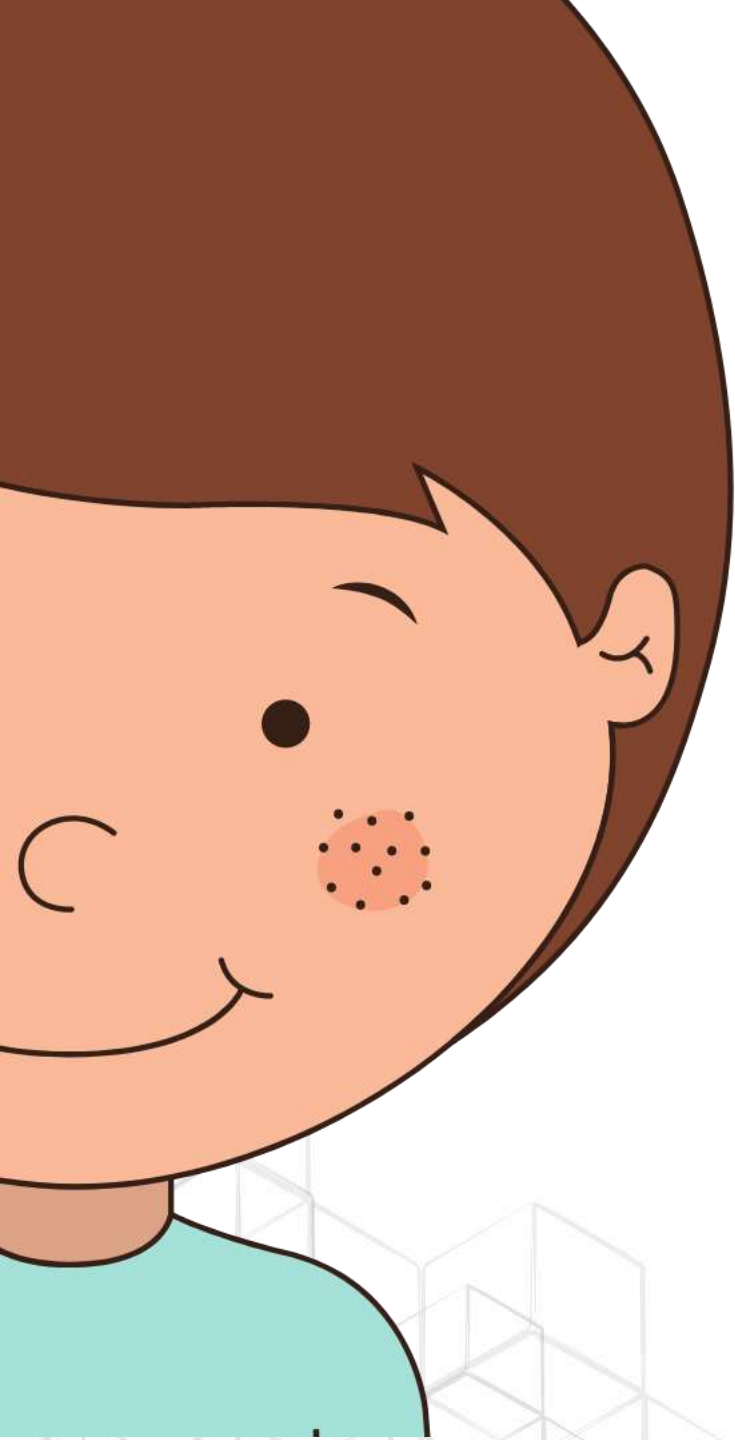
*Escolher a brincadeira*





# TRABALHE AS EMOÇÕES

- Emoções em flash;
- Alexitimia / Dislexitimia;
- Estar alheio às emoções dos outros;
- Baixa tolerância à frustração;
- Sensibilidade à rejeição;
- Reações desproporcionais;
- Vergonha e culpa.





Fonte: encurtador.com.br/cxDMV

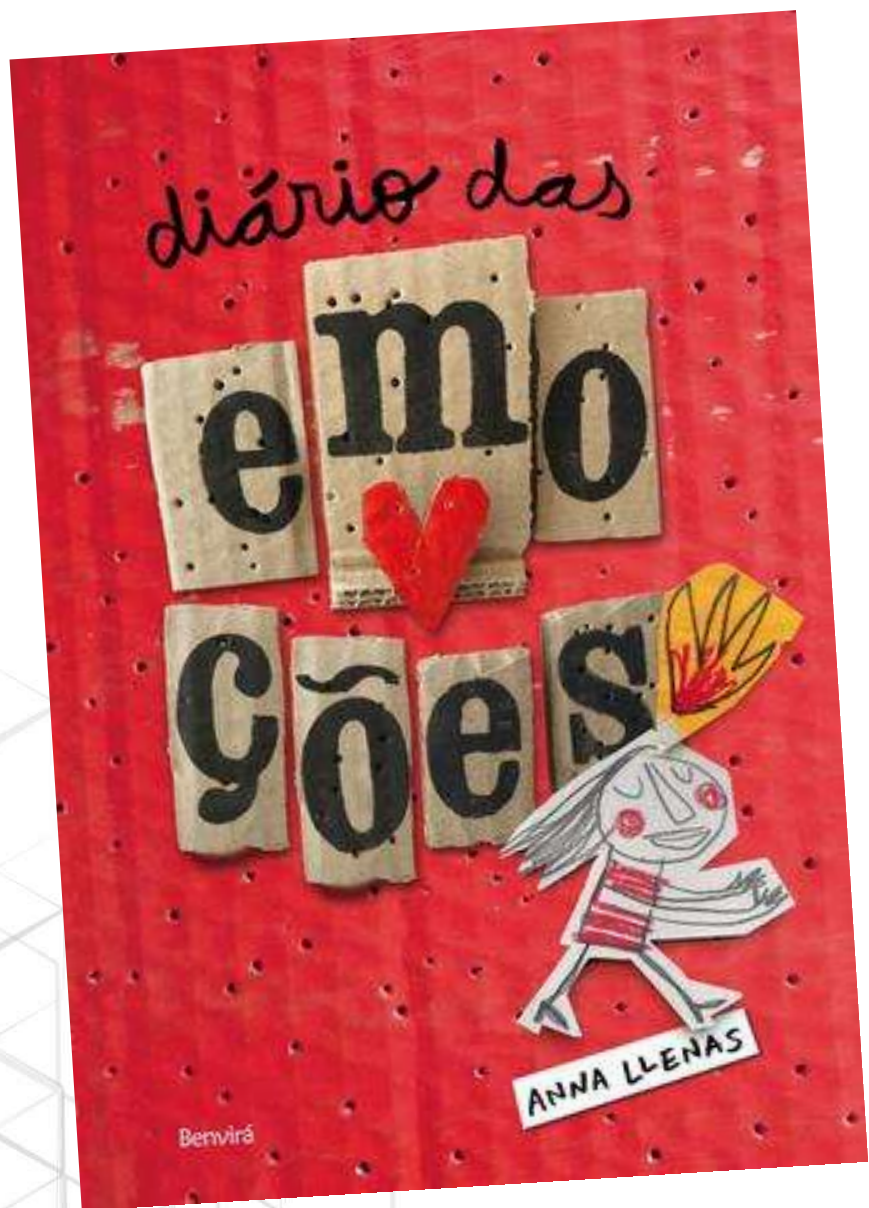


Fonte: encurtador.com.br/emtR8



Fonte: encurtador.com.br/biGJ2

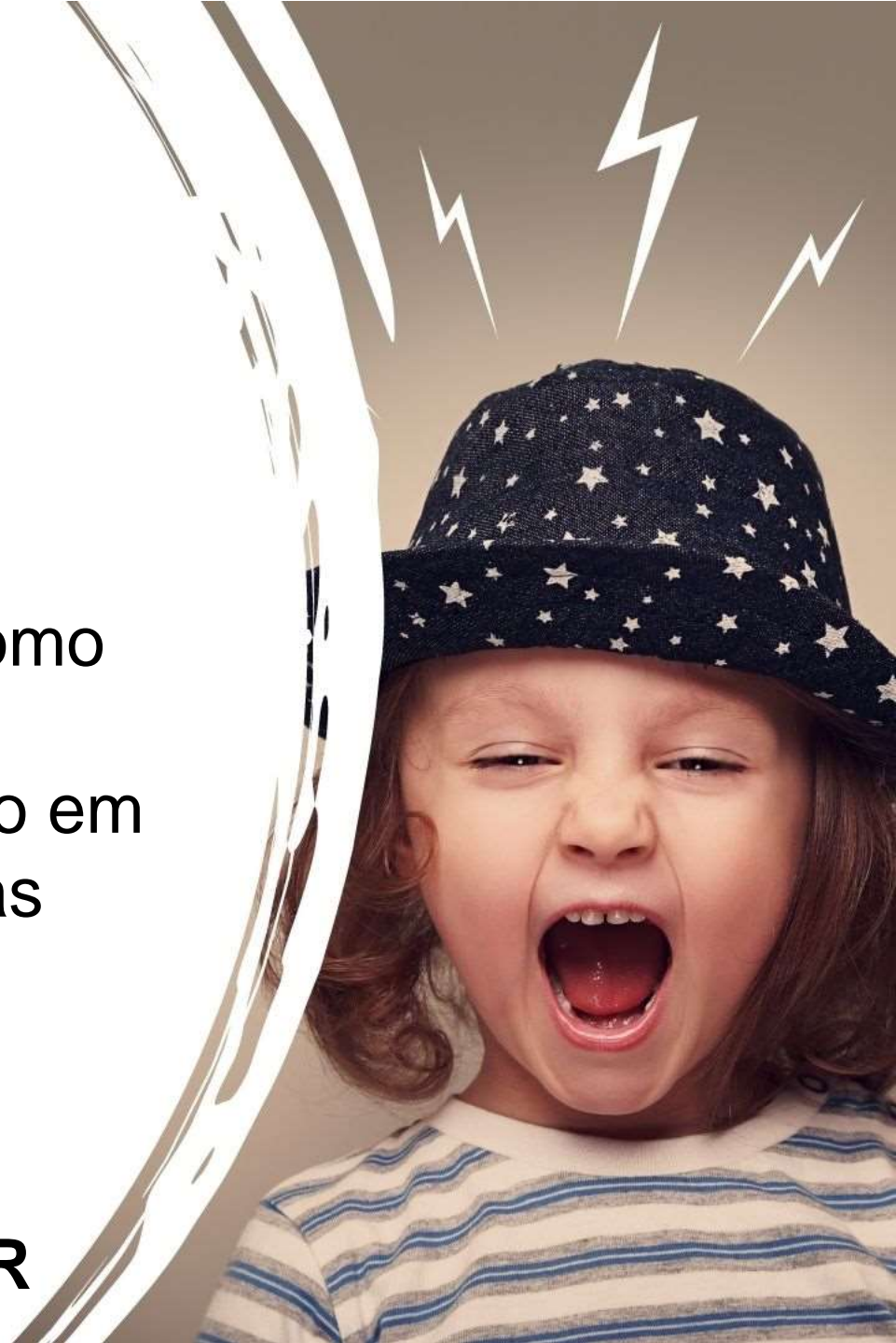




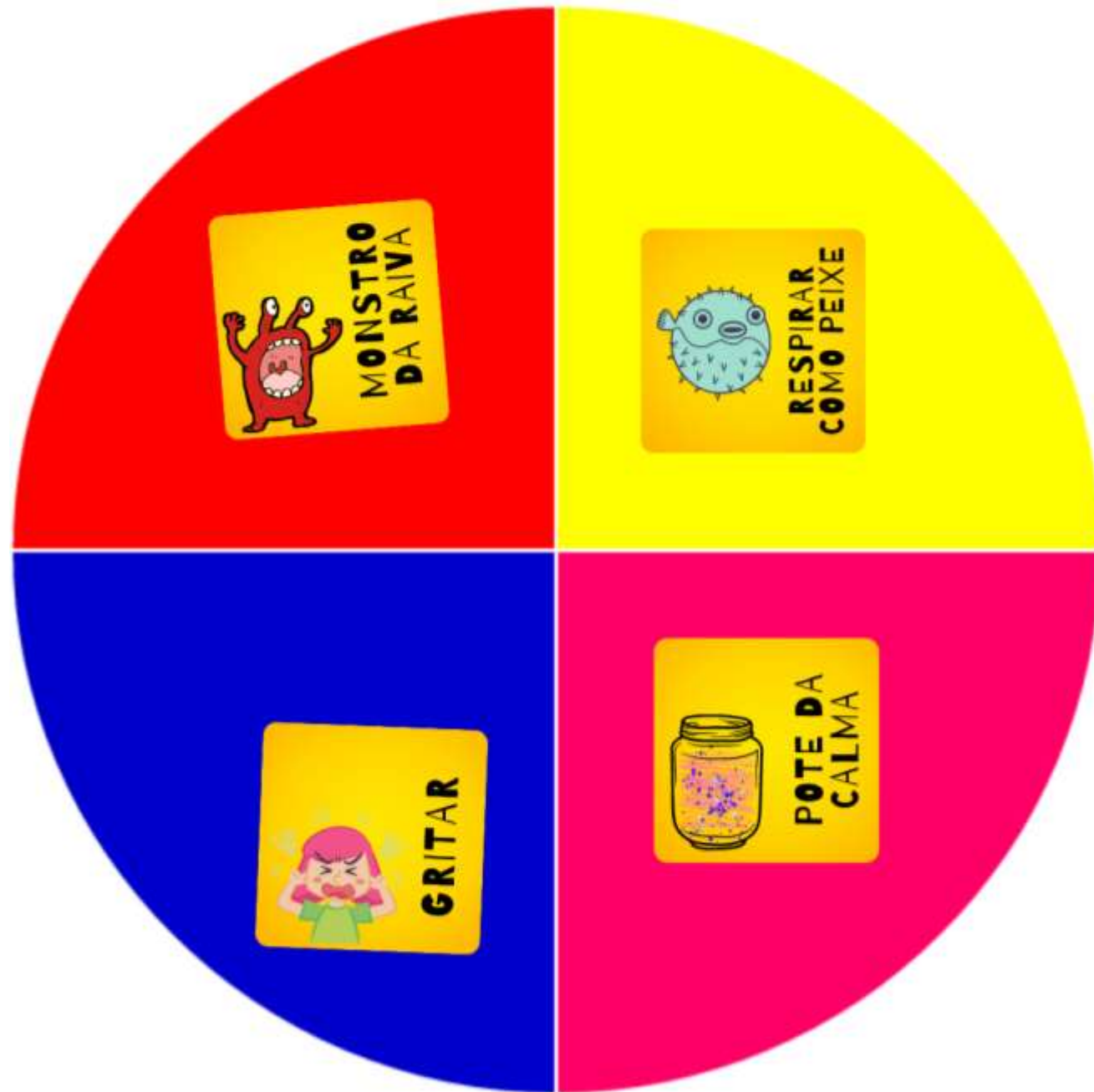


- Descubra com a criança as coisas que a acalmam;
- Ensine técnicas de respiração (respirar como peixe, por exemplo);
- Monte um espaço da calma ou um recurso em que a criança possa olhar e se lembrar das técnicas e atividades na hora da raiva.

**TÉCNICAS PARA RESPIRAR E SE ACALMAR**



# RODA DA RAIVA



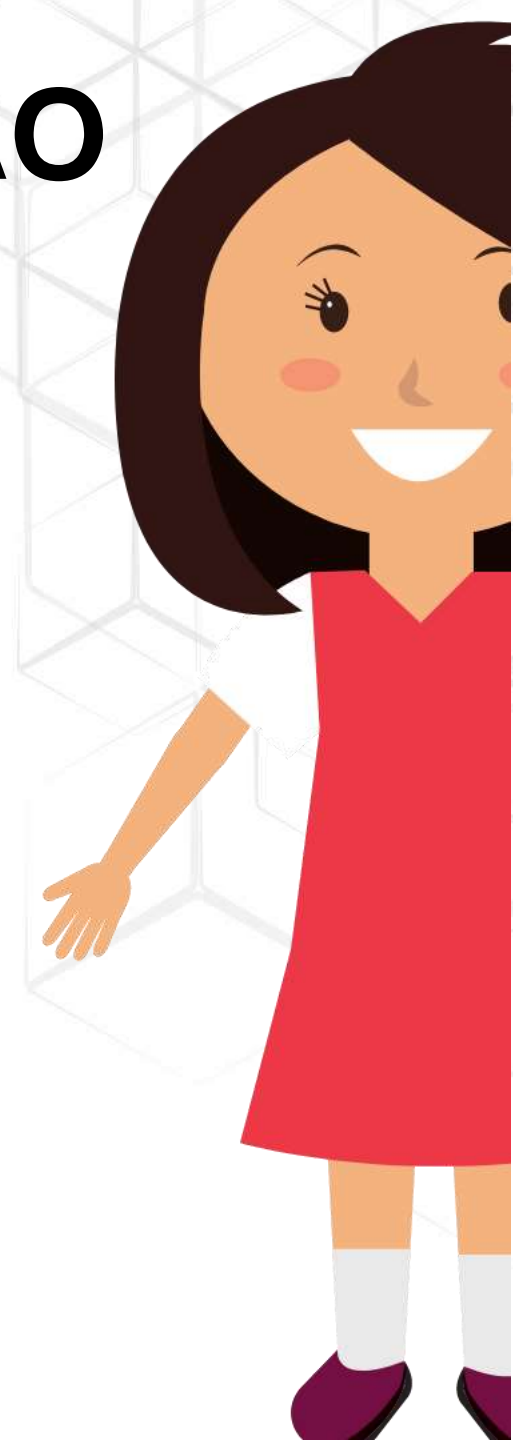


# CAIXA DA CALMA



# UMA BOA COMUNICAÇÃO É ESSENCIAL

- Olhe nos olhos da criança;
- Use linguagem apropriada;
- Solicitações claras e objetivas;
- Divida atividades longas em pequenas tarefas;
- Certifique-se que a criança entendeu.





# DICAS GERAIS

- Fortaleça a autoestima da criança;
  - Evite comparações;
  - Seja paciente;
- Relaxar e descansar é importante;
- Intercale tarefas intensas com outras leves;
  - Invista em aulas particulares.



Siga nossas Redes Sociais



[www.rhemaeducacao.com.br](http://www.rhemaeducacao.com.br)