



SOS Digital - Providing Support to Students in Distress

Neurodiversidade_Perspetiva Autista

Guia de Autoajuda - Staff



Universidade do Minho



UNIVERSITÀ
DI TRENTO



ADAM MICKIEWICZ
UNIVERSITY
POZNAN

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval ao seu conteúdo, que reflete exclusivamente as opiniões dos seus autores. A Comissão Europeia não se responsabiliza pelo conteúdo desta publicação.

DESAFIOS EM ESTUDANTES COM NEURODIVERSIDADE: COMO RESPONDER

Desafios relacionais, de comunicação e organização em estudantes com neurodiversidade

Alguns estudantes com dificuldades de interação e um estilo de aprendizagem atípico devido à condição de neurodiversidade correm o risco de não completarem o curso universitário. Podem apresentar diversas dificuldades que impedem uma gestão independente da vida quotidiana.

Aspetos cognitivos:

- ✓ Dificuldade de concentração e de manter a atenção (por exemplo, necessidade de interrupções frequentes).
- ✓ Rigidez do pensamento, dificuldade em aprender com os erros e em planear.
- ✓ Dificuldades na organização do estudo (ou seja, falta de capacidade para planear a gestão do tempo, do espaço e das matérias).
- ✓ Tendência para focar nos detalhes em detrimento do trabalho global.
- ✓ Tendência para querer compreender e concluir uma tarefa insistentemente.
- ✓ Dificuldades em cuidar da aparência (ou seja, aspeto negligente).

Aspetos relacionais:

- ✓ Linguagem demasiado formal, regra geral com poucas nuances emocionais, e dificuldades no pragmatismo da comunicação.
- ✓ Conteúdo dos discursos que aborda “interesses muito específicos”, áreas de conhecimento “preferenciais”.
- ✓ Dificuldade em entender metáforas, ironias, piadas, o que pode desencadear ansiedade e criar mal-entendidos nas relações sociais.
- ✓ Dificuldades na compreensão imediata e intuitiva das várias situações sociais e relacionais.
- ✓ Expressão facial limitada e não modulada, e comunicação verbal acompanhada de poucos gestos.

Aspetos académicos:

- ✓ Dificuldades em organizar e adiar exames.
- ✓ Dificuldade no relacionamento com professores, colegas e consequente isolamento (sensação de solidão).

O espectro do autismo inclui uma multiplicidade de comportamentos e causas. Afigura-se que a interação entre genes, aspetos de vulnerabilidade da pessoa e o ambiente desempenham um papel relevante na manifestação desses sinais e sintomas de perturbações do espectro do autismo.

Como abordar um estudante com neurodiversidade?

- ✓ Manter uma atitude calma e solícita, com uma linguagem clara (por exemplo, sem alusões).
- ✓ Perguntar se compreendeu o que lhe foi dito, já que a compreensão pode ser perturbada pela dificuldade de gerir os vários aspetos da interação.
- ✓ Mostrar várias opções, ao discutir as escolhas a fazer tendo em vista os exames ou outras situações da vida universitária, e ponderar as possíveis consequências de cada uma.
- ✓ Dar ao estudante mais tempo para ponderar a decisão que pode ter de tomar.
- ✓ Responder às perguntas do estudante num espaço tranquilo e seguro.

O que fazer? Como ajudar?

- ✓ Organizar atividades de equipa que visem reforçar aptidões interpessoais e de comunicação.
- ✓ Optar por estabelecer objetivos claros, atribuindo funções baseadas em competências específicas.
- ✓ Se possível, realizar os exames num ambiente diferente.
- ✓ Dar mais tempo para executar as tarefas de modo a diminuir a ansiedade, gerir a dificuldade de atenção e concentração (por exemplo, em testes escritos).

O que não se deve fazer nestas situações?

- ✓ Evitar perguntas gerais e abertas, ambíguas e perguntas implícitas (por exemplo, em testes orais)

CONTACTOS ÚTEIS

1) Associação de Psicologia da Universidade do Minho (APsi-UMinho)

<https://apsi.uminho.pt/>

Braga:

Escola de Psicologia

Universidade do Minho

Campus de Gualtar

4710-057 Braga

Telefone (351) 253 604 245 | (351) 253 604 681

E-mail apsi@psi.uminho.pt

Horário de funcionamento e atendimento

2ª feira a 6ª feira das 09:00-12:30 e das 14:00-18:00

Guimarães:

Antiga Estação da CP

Av. D. João IV

4810-534 Guimarães

Telefone (351) 253 512078

E-mail apsigmr@apsi.uminho.pt

Horário de funcionamento e atendimento

2ª feira a 6ª feira das 09:00-12:30 e das 14:00-18:00

2) Apoio Psicológico dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho

Braga:

A marcação de consultas pode ser efetuada das seguintes formas

Presencialmente: Centro Médico de Gualtar

Telefone (351) 253 601490

E-mail enfermaria@sas.uminho.pt

Horário das consultas de apoio psicológico: 2ª/3ª/5ª/6ª feira das 09:00-13:00 e das 14:00-17:00

Guimarães:

A marcação de consultas pode ser efetuada das seguintes formas

Presencialmente: Gabinete Médico de Azurém

Telefone (351) 253 510626

E-mail psicologia@sas.uminho.pt

Horário das consultas de apoio psicológico: 4ª feira das 09:00-13:00 e das 14:00-17:00

3) Botão “ASK for HELP”/“PEDIR AJUDA”:

https://www.sosdigital.uminho.pt/pt/SOSDigital/Paginas/ASK%20for%20HELP_PEDIR%20AJUDA.aspx

REFERÊNCIAS

- ✓ Barale, F., & Ucelli di Nemi, S. (1999). L'autismo nell'età adulta: profili evolutivi e modi di cura. Quaderni di psichiatria pratica, 10-11.
- ✓ Istituto Superiore di Sanità. (2011). Il trattamento dei disturbi dello spettro autistico nei bambini e negli adolescenti.
- ✓ (2013). Meeting report: autism spectrum disorders and other developmental disorders: from raising awareness to building capacity.
- ✓ Organization World Health.
- ✓ Keller R. (2016), I disturbi dello spettro autistico dall'adolescenza all'età adulta. Aspetti diagnostici e proposte di intervento, Trento, Erickson.
- ✓ Venuti P. (2012), Intervento e riabilitazione nei Disturbi dello Spettro Autistico, Roma, Carocci.
- ✓ Vivanti, G. (2014). L'Autismo nel DSM-5. Tratto da Superando: <http://www.superando.it/2014/07/18/linps-e-ladiagnosi-di-autismo-doverosi-approfondimenti/>