



DICAS DE ATIVIDADES PARA FAZER EM CASA COM ADOLESCENTES AUTISTAS

Programa de Orientação Parental

Ampla - Clínica de
Atendimento ao Autismo

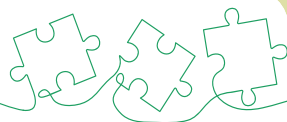






Este material foi elaborado pela equipe do **Programa de Orientação Parental da Amplia**, oferecido pela Unimed Campinas, para auxiliar pais e familiares no tratamento da criança com Transtorno do Espectro Autista - TEA. Nele, traremos dicas práticas e úteis de atividades para a família colocar em prática em casa com os adolescentes, a fim de contribuir para o seu desenvolvimento.

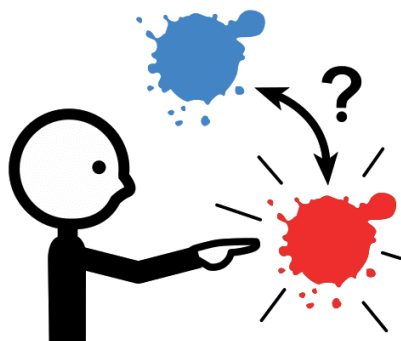
Orientações para a escolha das atividades



Observe se a proposta da atividade será apropriada para seu filho e se ele precisará de algum suporte para desempenhar as ações que ela exige.

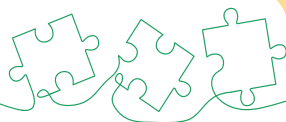
Procure identificar ou adaptar atividades que envolvam assuntos do seu interesse também, pois isso aumentará as possibilidades do seu engajamento.

Busque por atividades que incentivem a comunicação, a linguagem social e o estímulo de habilidades para suas atividades diárias, como o manuseio de cédulas de dinheiro. Opte por aquelas que você mesmo pode criar, organizar e mapear, a exemplo dos trajetos da sua rotina, como o da terapia e da escola, além de outras atividades que estejam no dia a dia do adolescente.



*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

Faça combinados



Estabeleça regras e limites claros e coerentes para o adolescente, mas não de uma maneira autoritária. Adote uma postura participativa, dando espaço para ele se expressar e dar sua opinião sobre determinado assunto. Realizar combinados como, por exemplo, de que ele poderá jogar vídeo game após arrumar a cama, pode engajá-lo a cumprir com suas responsabilidades no dia a dia.

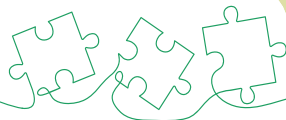
Dê exemplos concretos

Adolescentes com TEA entendem o mundo de uma maneira literal e por isso, para ensinar alguma habilidade ou conceito a eles, dê exemplos claros e concretos. Fuja do que é abstrato! Por exemplo, para ensinar um adolescente a se atentar ao horário a fim de não se atrasar e cumprir com suas atividades no prazo, você pode fazer uma comparação com a Alice no País das Maravilhas, que estava sempre atrasada e, por isso, se colocava em algumas situações complicadas em seu cotidiano.



* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

Aprendendo a ter empatia



Não tenha medo de expor seus próprios sentimentos com os adolescentes. Verbalize o que está sentindo e explique os motivos para isso, a fim de que ele compreenda melhor a situação. Ensine-o sobre o impacto do seu comportamento no outro. Dê exemplos práticos do que já aconteceu em seu cotidiano e como isso afetou a outra pessoa. Fale sobre as situações em que o comportamento dele te afetou e explique isso de maneira concreta.

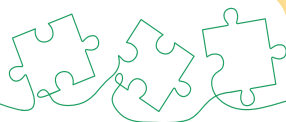


* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARA SAAC

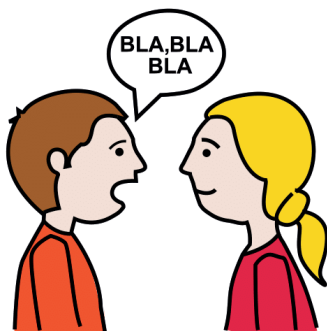
Treine troca de turnos

Ensine o adolescente a conversar com outras pessoas de maneira adequada, estimulando a troca de turnos comunicativos, ou seja, enquanto um fala, o outro aguarda, e vice-versa.

Estimule a comunicação e a interação social



Adolescentes com TEA tendem a querer falar apenas dos assuntos de seu interesse. Inicie conversas com eles sobre esses assuntos de hiperfoco, mas vá introduzindo outros. Seja sincero e fale que não quer conversar sobre determinado assunto nesse momento, dando a sugestão de outro tópico para o diálogo. Explique que as pessoas conversam sobre vários assuntos ao mesmo tempo e não apenas sobre um.



* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

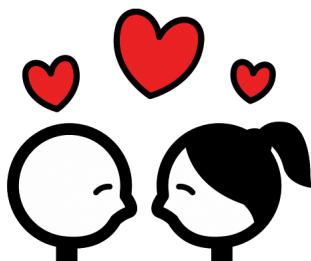
Faça uso de metáforas e expressões

Adolescentes com TEA, por não entenderem muito bem abstrações, podem não compreender algumas piadas e expressões cotidianas muito utilizadas em nossa sociedade. Utilize essas expressões no seu dia a dia com o adolescente e explique para ele o sentido delas, ou seja, o que elas realmente querem dizer.

Relacionamentos



É normal que adolescentes comecem a despertar a curiosidade sobre relacionamentos. Quando surgir esse tipo de assunto, mantenha a calma! Esteja aberto para conversar com eles sobre essa temática e sanar suas dúvidas de maneira sincera e tranquila. Você pode falar sobre o amor, por exemplo, contando a sua própria história de como é estar apaixonado por uma outra pessoa. Lembre-se de explicar que não é adequado tocar algumas regiões do seu próprio corpo na frente de outras pessoas e que **NÃO** se deve tocar em outras pessoas também.



*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

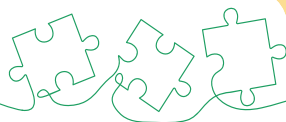
Ajuda nas atividades domésticas



*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

É importante dar atividades domésticas para o adolescente executar, o que estimula a autonomia e independência, além de favorecer a responsabilidade em cumprir tarefas. Solicite funções que fazem parte do seu contexto no dia a dia, como cuidar de seus objetos pessoais, manter a ordem do quarto, guardar roupas limpas, limpar o quarto, auxiliar na cozinha e recolher o lixo.

Culinária



Crie lanches práticos para que o adolescente os faça sozinho. Incentive-o a escolher o que comer, a se servir e a realizar os preparos de seu próprio alimento. Você pode iniciar com a introdução dessas atividades ensinando culinária fria, como lanches, saladas, entre outros. Quando for necessário o uso do fogão, oriente sobre a utilização e seus riscos, como temperaturas e objetos que podem causar algum tipo de acidente.



* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

Controle financeiro

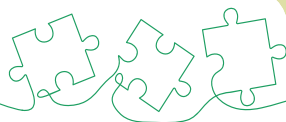


* Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

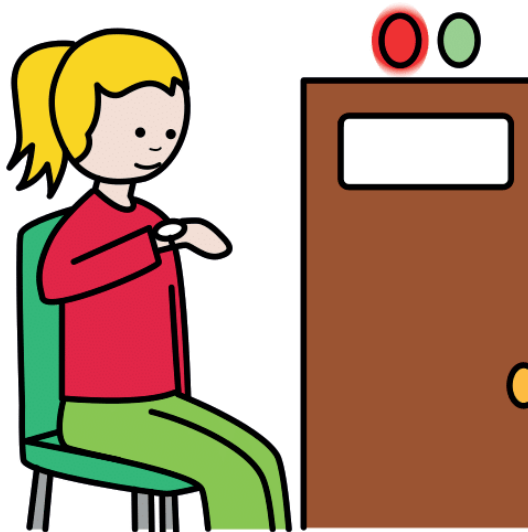
Escolha um restaurante, lanchonete ou padaria e leve o adolescente para comprar e comer fora. Incentive-o a pedir sozinho o que vai querer comer e depois a realizar o pagamento. Comece com coisas simples, de

valores baixos, e depois vá aumentando a complexidade. Dica: dê uma nota de R\$50 e pergunte o que dá para comprar com aquele dinheiro em determinada lanchonete, por exemplo.

Ensine a ter responsabilidade nas atividades do dia a dia

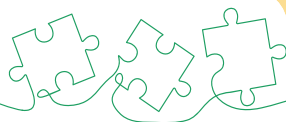


Explique o que é ter responsabilidade e como ela está interligada com a vida adulta, como a importância de se atentar para chegar no horário na escola, na terapia e demais compromissos. Dê exemplos práticos, baseados no seu dia a dia ou em filmes e séries, do que pode acontecer caso a pessoa não seja responsável em alguma situação específica no seu cotidiano, e o quanto isso pode afetar ela mesma e as demais.



*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC

Desperte habilidades como a do cuidado, promovendo responsabilidade



Cultivar uma hortinha pode ser um grande aliado para despertar as habilidades do cuidado e da responsabilidade, promovendo autoconfiança e fortalecimento de vínculos afetivos entre pais e filhos. Além disso, promove experiências sensoriais que enriquecerão as sensações através do contato com a terra, as texturas, os cheiros e paladares, além da riqueza visual em observar o desenvolvimento das plantas.



*Ilustração criada utilizando o banco de imagens ARASAAC



Amplia – Clínica de Atendimento ao Autismo

Av. Andrade Neves, 655/683 – Centro
CEP 13013-161 – Campinas/SP
(19) 3744-3745

www.unimedcampinas.com.br

Responsáveis Técnicos:

Adilson Aparecido de Paiva
Terapeuta Ocupacional – CREFITO-3: 21652TO

Edely Monteiro Vaccari de Souza
Terapeuta Ocupacional – CREFITO-3: 9320TO

Luana Fortaleza Selingardi
Psicóloga – CRP 06/160357