Labirintos do Comportamento

# FICHA DE OBSERVAÇÃO - FUNÇÕES EXECUTIVAS NA SALA DE AULA

*O aluno com PHDA não tem falta de motivação. Tem dificuldade no sistema de autogestão do cérebro*

**Aluno(a):** _____ Turma: _____

**Data:** ___ / ___ / _____ **Professor(a):** _____

## Memória de trabalho

*Capacidade de reter e usar informação enquanto realiza uma tarefa*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ Esquece instruções dadas oralmente a meio da tarefa<br><br>☐ Perde o fio condutor em atividades longas<br><br>☐ Precisa de relembrar o enunciado várias vezes<br><br>☐ Não regista os trabalhos de casa no caderno | • Dar instruções em passos curtos e escritos<br><br>• Usar quadros de apoio visual na sala<br><br>• Confirmar compreensão pedindo repetição |

## Inibição de resposta

*Capacidade de parar um impulso antes de agir ou falar*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ Fala sem esperar pela sua vez<br><br>☐ Levanta-se do lugar sem autorização<br><br>☐ Diz coisas inoportunas ou fora do contexto<br><br>☐ Interrompe frequentemente o professor ou colegas | • Criar sinal não-verbal para aguardar<br><br>• Dar tarefas de liderança estruturadas<br><br>• Reforçar positivamente esperas adequadas |

## Autorregulação emocional

*Capacidade de gerir e modular as respostas emocionais*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ Reage de forma intensa a pequenas frustrações<br><br>☐ Dificuldade em "acalmar" sem ajuda<br><br>☐ Choros ou acessos de raiva desproporcionais<br><br>☐ Abandona tarefas ao primeiro obstáculo | • Ter um espaço de calma na sala ou exterior<br><br>• Ensinar estratégias de respiração/pausa<br><br>• Antecipar situações emocionalmente difíceis |

## Flexibilidade cognitiva

*Capacidade de adaptar o pensamento perante mudanças ou novidades*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ Custa muito mudar de atividade ou de plano<br><br>☐ Crises frequentes nas transições<br><br>☐ Rigidez em rotinas: difícil aceitar alterações<br><br>☐ Dificuldade em encontrar soluções alternativas | • Avisar previamente sobre mudanças de atividade<br><br>• Usar temporizador visual para transições<br><br>• Manter rotinas previsíveis e comunicação |

## Planificação / Organização

*Capacidade de definir objetivos, ordenar passos e gerir materiais*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ Mochila constantemente desorganizada<br><br>☐ Trabalhos de casa por fazer ou esquecidos<br><br>☐ Projetos iniciados, mas nunca terminados<br><br>☐ Dificuldade em sequenciar tarefas complexas | • Usar checklist de materiais colada na mesa<br><br>• Dividir projetos em etapas com datas<br><br>• Rever agenda/cadernos diariamente em conjunto |

**Atenção sustentada**
*Capacidade de manter o foco ao longo do tempo*

| Dimensão avaliada | Exemplos em sala de aula | Estratégias sugeridas |
|---|---|---|
| ☐ Observado neste aluno<br><br>**Notas:**<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____<br>_____ | ☐ "Deriva" mental frequente durante as aulas<br><br>☐ Recomeçar requer um esforço considerável<br><br>☐ Ativado por estímulos irrelevantes do ambiente<br><br>☐ Produção muito menor do que a capacidade real | • Tarefas curtas com pausas programadas<br><br>• Lugar com menos distrações visuais<br><br>• Contato visual ou toque leve para reorientar |

**Nota para professores:** *O comportamento disruptivo é frequentemente um sintoma de "capacidade em falta" — **não de má vontade*** **(Greene, 2008).**