Labirintos do Comportamento

CASO PRÁTICO

"Não consigo estar quieta nem esperar pela minha vez!"

Análise aprofundada segundo uma abordagem Colaborativa de Resolução de Problemas

SITUAÇÃO

Situação: A Maria tem 8 anos e a professora descreve um padrão diário muito desgastante: *"a Maria não consegue permanecer sentada durante as aulas! Levanta-se com frequência, mexe constantemente em objetos, responde antes de ser chamada ou interrompe os colegas, e parece perder-se a meio das instruções dadas à turma — fica a olhar para os outros para perceber o que deve fazer, ou simplesmente não inicia a tarefa"*. A professora sente que já tentou tudo: repetir as regras, isolar a Maria, retirar o tempo de recreio. A interpretação que vai ganhando força na sala de professores é a de uma criança mal-educada, sem limites em casa ou pouco esforçada.

O que realmente está a acontecer?

01 Do ponto de vista da Professora

O comportamento da Maria lê-se como ***falta de educação***, ***falta de esforço para se controlar*** ou ***ausência de regras em casa***. Este tipo de interpretação pode, facilmente, ser compreendido uma vez que o comportamento desestabilizador não só é visível como também frequente, tendo um impacto significativo na dinâmica da turma.

02 Numa dimensão neurológica

A Maria, provavelmente, nem se apercebe de grande parte das vezes que se levanta ou que interrompe — o controlo inibitório funciona como um *"travão"* que, neste perfil, chega tarde ou muito fraco. A frustração de ser repreendida constantemente, sem perceber bem porquê, pode gerar ainda mais desregulação e reforçar a sensação de ser *"a aluna problemática"* da turma.

03 Do ponto de vista da Maria

A Maria não está a escolher "desobedecer". Apresenta um padrão compatível com fragilidades nas funções executivas associadas a perfis de *hiperatividade-impulsividade e desatenção*: o corpo precisa de se mexer para manter o nível de alerta, a resposta sai antes de ser filtrada porque **a inibição de resposta ainda não está consolidada**, e instruções longas ou compostas por vários passos perdem-se pelo caminho porque a **memória de trabalho** não consegue retê-las todas ao mesmo tempo. Não é vontade de perturbar — é um cérebro que está a processar o mundo de forma diferente.

!

Nota da professora: Uma interpretação imediata e superficial *("falta de educação, falta de esforço")* é um erro bastante comum perante perfis de hiperatividade-impulsividade. Segundo *Greene (2008)*, quando a criança apresenta um comportamento desadequado, e o adulto tende a interpretar o mesmo como ***"má vontade"*** ou ***"falta de motivação"***, o nível de frustração aumenta e o comportamento tende a agravar-se. A abordagem de *Ben Furman (2010)* sublinha a importância de identificar a competência que a Maria precisa de aprender para conseguir envolvê-la progressivamente no processo educativo.

ANÁLISE PELA ABORDAGEM COLABORATIVA

A agitação motora, a impulsividade nas respostas e a dificuldade em seguir instruções da Maria são expressões de funções executivas ainda em desenvolvimento — o cérebro não "escolhe" desorganizar-se, **ainda não consegue regular-se de forma consistente** (Greene, 2008).

O Modelo Colaborativo à lupa

A Abordagem Colaborativa de Resolução de Problemas prevê o seguinte: **«As crianças fazem bem quando conseguem»**. Se tal não acontece, é porque lhes falta uma competência — não motivação.

No caso da Maria, as competências em falta incluem a capacidade de gerir impulsos e de acompanhar instruções que exigem a retenção e execução de vários passos consecutivos. Estas dependem de:

	FUNÇÃO EXECUTIVA	O QUE SIGNIFICA PARA O RODRIGO?
01	**Controlo inibitório**	Conter o impulso de se levantar, mexer em objetos ou responder antes de ser chamada, mesmo sentindo o impulso a surgir.
02	**Memória de trabalho**	Reter todos os passos de uma instrução composta (ex: *«abram o livro, vão à página 12, façam o exercício 3»*) até ao fim da frase.
03	**Regulação da atenção/alerta**	Manter o nível de ativação adequado à tarefa — sem precisar de se mexer constantemente para se manter regulada.
04	**Autorregulação do tempo de espera**	Tolerar o intervalo entre ter uma ideia e poder expressá-la, sem que a espera seja sentida como insuportável.

! ***Nota teórica:*** O modelo de soluções colaborativas distingue entre problemas de competência (*a criança não consegue*) e problemas de desempenho (*a criança não faz quando consegue*). Os comportamentos de hiperatividade-impulsividade da Maria inserem-se maioritariamente na primeira categoria — são manifestações de um perfil neurodesenvolvimental, não uma escolha. Esta distinção muda radicalmente a resposta do adulto.



ESTRATÉGIA COLABORATIVA

Estratégia colaborativa: A professora fala com a Maria fora do momento de aula, num tom calmo: ***«Tenho reparado que é difícil para ti ficares sentada e esperares a tua vez. Quero perceber o que se passa contigo.»*** A Maria responde: ***«Não consigo ficar quieta, o corpo quer mexer-se. E às vezes esqueço-me do que a professora disse»***. Acordo co-construído: um sinal silencioso combinado para *«posso levantar-me um bocadinho»*, instruções divididas em passos curtos e repetidas com apoio visual, e um sistema simples para assinalar que quer responder sem interromper.

Quais são as três estratégias de resolução de problemas possíveis e como se aplicam aqui?

Os adultos, frequentemente, organizam as respostas em três estratégias disponíveis na nossa cultura educativa:

Imposição do adulto	A professora repreende a Maria em frente à turma, retira o tempo de recreio ou exige controlo imediato sem qualquer apoio adicional. Pode produzir contenção visível a curto prazo por receio da consequência, mas não desenvolve a competência de inibição de resposta — e aumenta a vergonha perante os colegas e a tensão na relação. ***Resultado:* escalada do comportamento, reforço da identidade de «aluna problemática», deterioração da autoestima e da relação professora-aluna.**
Remover a exigência temporariamente	A professora deixa de corrigir a Maria ou baixa as expectativas apenas para ela, de modo a evitar o desgaste diário. Reduz a tensão no imediato, mas a Maria não desenvolve as competências que lhe faltam — e o fosso em relação à turma tende a aumentar. ***Resultado: problema não resolvido, maior frustração acumulada, maior isolamento por parte da Maria.***
Resolução colaborativa	A professora envolve a Maria na solução, **fora do momento de tensão**: «*Reparei que é difícil ficares quieta e esperares a tua vez. O*

✓ RECOMENDADO	*que achas que te ajudaria?»* A resposta da Maria — o sinal combinado, as instruções por passos — é a solução co-construída, realista e ajustada ao seu perfil de funcionamento. ***Resultado: identificada a competência a desenvolver, redução do nível de vergonha percebido e do conflito diário, maior probabilidade de uma solução mais eficaz e estável ao longo do tempo.***

! ***Nota prática:*** A Resolução Colaborativa não é «deixar andar» — é ser eficaz! Exige uma maior preparação do adulto, mas produz uma mudança efetiva. Quando perguntamos *«O que te ajudaria?»,* devemos fazê-lo fora da sala do contexto tenso, num momento calmo — nunca durante ou imediatamente após um episódio de agitação. O acordo deve ser visual e simples (ex: cartão de sinal, instruções por passos numerados), e revisto regularmente: *«experimentamos uma semana e vemos o que está a resultar».*

CO-CONSTRUÇÃO DA SOLUÇÃO

01	**Conversa inicial (fora da aula)**	Num momento calmo, a professora inicia uma conversa sem guia de correção: «*Reparei que é difícil ficares quieta e esperares a tua vez. Podes ajudar-me a perceber o que se passa?*» Ouvir sem interromper ou minimizar.
02	**Identificar os gatilhos específicos**	Com a Maria, mapear em que momentos da aula a agitação e a impulsividade aumentam (*tarefas longas, transições, instruções orais extensas*). O padrão revela a competência em falta — não o caráter da aluna.
03	**Co construir apoios visuais e sinais combinados**	Criar um sinal silencioso para pedir a palavra ou para se levantar um momento, dividir instruções em passos curtos e escritos/visuais, e sentar a Maria num local que facilite o contacto visual com a professora.
04	**Criar pausas previstas para regulação**	Acordar previamente pequenas pausas de movimento (*entregar um recado, arrumar material*) antes que a agitação escale — isto desenvolve a autorregulação em vez de a suprimir até ao ponto de rutura.
05	**Articular com a família a revisão quinzenal do plano**	Partilhar o plano com os pais e, se possível, encaminhar para avaliação especializada. Reunião breve de balanço: "*o que está a funcionar?*". A Maria participa na avaliação — o que reforça a sua agência no processo.

A escola lê o comportamento da criança. Quando aprende a olhar para a competência em falta, transforma gestão em desenvolvimento.