

# AUTISMO: GERENCIAR SITUAÇÕES DIFÍCEIS NO DIA A DIA

## FORMAÇÃO ONLINE PARA FAMÍLIAS

Para pais, avós, cuidadores familiares e pessoas próximas de crianças ou adultos autistas

Prevenir e gerir comportamentos difíceis com ferramentas visuais e rotinas para o dia a dia

<b>Duração</b> : 2 a 3 horas	<b>Módulos</b> : 5 módulos
<b>Lições</b> : 18 lições	<b>Público</b> : Pais, avós, cuidadores familiares de pessoas autistas
<b>Formato</b> : 100 % online, assíncrono	<b>Organismo</b> : N° 11757351875
<b>Certificação</b> : Qualiopi	<b>Preço</b> : Sob orçamento

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

### Descrição da formação

Esta formação permite que você entenda por que seu filho apresenta comportamentos difíceis e como responder de maneira adequada. Você aprenderá a identificar os sinais de alerta antes que uma crise ocorra, a organizar seu ambiente para reduzir tensões e a intervir de forma eficaz quando a situação sair do controle. Por meio de explicações concretas e estratégias aplicáveis imediatamente, você descobrirá como transformar seu dia a dia para melhor apoiar seu filho, enquanto preserva seu próprio equilíbrio. Você sairá com ferramentas concretas e estratégias aplicáveis ainda hoje em casa.

### Resumo dos módulos

<b>MODULE 1</b>	Compreender para Melhor Acompanhar	4 lições
<b>MODULE 2</b>	Prevenir Crises no Dia a Dia	5 lições
<b>MODULE 3</b>	Gerenciar a Crise Quando Ela Acontece	4 lições
<b>MODULE 4</b>	Cuidar de Você para Manter a Distância	3 lições
<b>MODULE 5</b>	Aplicações DYNSEO	2 lições

### Objetivos pedagógicos

#### Objetivos pedagógicos

- Compreender as três grandes diferenças no autismo e seu impacto no comportamento
- Identificar as 5 razões dos comportamentos difíceis e analisar com as duas perguntas
- Identificar os sinais de alerta antes que uma crise exploda
- Organizar sua casa com canto calmo e reduzir as estimulações
- Implementar cronograma visual e ritualizar os momentos-chave do dia
- Preparar as transições com três anúncios, cronômetro visual e objetos de transição
- Utilizar ferramentas visuais eficazes: cartões, quadro primeiro/depois, termômetro das emoções
- Adotar a postura correta durante uma crise e manter a calma
- Ajudar seu filho a se acalmar com canto calmo, objetos sensoriais e técnicas de respiração
- Gerenciar o pós-crise e compreender o que aconteceu
- Reconhecer seus próprios sinais de exaustão e pedir ajuda
- Organizar o descanso diário, semanal e mensal sem culpa
- Descobrir as aplicações DYNSEO para apoiar o desenvolvimento cognitivo e a comunicação

### Informações gerais

<b>Duração</b>	2 a 3 horas de formação distribuídas em 5 módulos progressivos
----------------	--

<b>Público-alvo</b>	Pais, avós, cuidadores familiares e pessoas próximas de crianças ou adultos autistas que desejam entender melhor os comportamentos difíceis e adquirir estratégias concretas para preveni-los e gerenciá-los no dia a dia
<b>Pré-requisitos</b>	Nenhum, formação acessível a todo público adulto
<b>Tarifa</b>	Sur devis - TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
<b>Certificação</b>	Qualiopi - Attestation de fin de formation
<b>Organismo</b>	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

**Lição 1 - Três Grandes Diferenças no Autismo**

- Compreender as dificuldades de comunicação (linguagem abstrata, instruções complexas)
- Reconhecer a hipersensibilidade sensorial (ruídos, luzes, texturas amplificadas)
- Identificar a hipossensibilidade (busca por estimulações intensas)
- Medir o impacto da ansiedade permanente (mundo imprevisível)
- Criar segurança através da previsibilidade e das rotinas

**Lição 2 - Cinco Razões para Comportamentos Difíceis**

- Identificar a sobrecarga sensorial (muitos estímulos, saturação)
- Reconhecer a incompreensão (instruções vagas, etapas não decompostas)
- Compreender a frustração (impossibilidade de obter algo)
- Antecipar o impacto das mudanças e rupturas de rotina
- Preparar as transições entre atividades

**Lição 3 - Ferramenta das Duas Perguntas**

- Fazer a pergunta 'Por causa de quê?' (identificar o gatilho)
- Fazer a pergunta 'Para obter o quê?' (compreender a função)
- Analisar: atenção, fuga, acesso a algo ou estimulação sensorial?
- Adaptar a resposta com base na causa identificada
- Propor soluções que respeitem as necessidades da criança

**Lição 4 - Ferramentas Essenciais para Compreender o Perfil do Seu Filho**

- Carta das necessidades sensoriais: perfil dos 7 sentidos
- Meu Passaporte TSA: resumir em 1 página o essencial sobre a criança
- Incluir comunicação, forças, dificuldades, sensibilidades
- Identificar o que ajuda e os sinais de angústia
- Listar o que evitar absolutamente

**Lição 1 - Identificar os Sinais de Alerta**

- Detectar os sinais comportamentais (estereotípias, agitação, retraimento)
- Observar os sinais vocais (volume que aumenta, repetições)
- Reconhecer os sinais físicos (vermelhidão, respiração acelerada)
- Intervir imediatamente ao primeiro sinal (pausa, lugar calmo)
- Reduzir as estimulações antes da escalada

**Lição 2 - Organizar a Casa e Estruturar os Dias**

- Criar um canto tranquilo (tipi, almofadas, objetos sensoriais)
- Reduzir as estimulações visuais (menos decorações, cores suaves)
- Gerenciar o barulho (desligar fontes sonoras, tapetes, fones)
- Implementar um cronograma visual (fotos ou pictogramas)
- Ritualizar os momentos-chave (rotina diária sempre na mesma ordem)

**Lição 3 - Preparar as Transições**

- Aplicar a técnica dos três anúncios (10, 5, 1 minuto antes)
- Usar um cronômetro visual para materializar o tempo restante
- Criar uma canção ou frase ritual para cada transição
- Propor um objeto transicional (bicho de pelúcia, brinquedo)

**Lição 4 - Ferramentas Visuais e Poder das Escolhas**

- Usar cartões de comunicação (pausa, muito barulho, fome, dor)
- Implementar o quadro 'primeiro/depois' (esforço e recompensa)
- Criar um termômetro das emoções (escala de 1 a 5 com cores)
- Oferecer escolhas limitadas (duas opções aceitáveis, mostradas visualmente)

**Lição 5 - 6 Ferramentas Online para Prevenir e Desarmar**

- Carta dos sinais precursoros: sinais comportamentais, vocais, fisiológicos

- Cronômetro visual: tornar o tempo concreto para facilitar transições
- Termômetro das emoções: identificar e exprimir intensidade emocional
- Plano de gestão de crise: protocolo segundo o nível
- Cenários sociais visuais: histórias ilustradas para preparar situações
- Quadro de motivação: objetivos pequenos e recompensas

## MODULE 3

### Gerenciar a Crise Quando Ela Acontece

4 lições

#### Lição 1 - Postura Durante a Crise

- Respire fundo para manter a calma (sua calma regula a criança)
- Fale suavemente com palavras simples (sem explicações ou negociações)
- Mantenha distância enquanto permanece presente
- Garanta um ambiente seguro (afaste objetos perigosos)
- Não leve para o lado pessoal (a criança está em sofrimento)

#### Lição 2 - Ajudar a Se Acalmar

- Reduzir as estimulações (diminuir a luz, cortar sons, afastar pessoas)
- Propor o canto tranquilo sem forçar
- Oferecer objetos calmantes (bichinho, cobertor pesado, bola anti-estresse)
- Propor a pressão profunda se a criança aceitar (abraço apertado)
- Acompanhar com respirações lentas e visíveis

#### Lição 3 - Após a Crise

- Confortar sem julgar ou fazer moral imediatamente
- Retomar as atividades gradualmente com momentos calmos
- Buscar entender mais tarde com suportes visuais se necessário
- Proteger-se sem violência (distância, chamada de ajuda)
- Reservar um momento para si após uma crise difícil

#### Lição 4 - 3 Ferramentas para Gerir a Crise e o Depois

- Roda das escolhas: ajudar a escolher estratégias calmantes
- Para - Pensa - Age: debriefing e aprendizagem para identificar crises
- Decodificador de expressões do rosto: reconhecer 6 emoções básicas

## MODULE 4

### Cuidar de Você para Manter a Distância

3 lições

#### Lição 1 - Reconhecer os Sinais de Esgotamento

- Identificar os sinais físicos (fadiga constante, dores de cabeça)
- Reconhecer os sinais emocionais (choros fáceis, irritabilidade, vazio)
- Detectar os sinais mentais (dificuldade de concentração, ruminções)
- Observar os sinais relacionais (isolamento, conflitos, impaciência)
- Pedir ajuda antes do burn-out (família, amigos, associações, profissionais)

#### Lição 2 - O Repouso Vital

- Tirar um tempo diário (15-30 minutos só para si)
- Organizar um tempo semanal (algumas horas fora de casa)
- Planejar um tempo mensal ou trimestral (dia ou fim de semana inteiro)
- Utilizar os dispositivos existentes (SESSAD, acolhimentos adaptados)
- Deixar a culpa de lado (cuidar de si permite acompanhar melhor)

#### Lição 3 - Aceitar que Seja Difícil

- Reconhecer que é objetivamente difícil (não é falta de competência)
- Permitir-se dizer que é difícil e pedir ajuda
- Celebrar as pequenas vitórias todos os dias
- Parabenizar-se pelos esforços como pai (você faz o seu melhor)

## MODULE 5

### Aplicações DYNSEO

2 lições

#### Lição 1 - COCO PENSA e COCO MOVE

- Estimular a aprendizagem cognitiva com mais de 30 jogos
- Beneficiar de pausas esportivas automáticas a cada 15 minutos
- Desenvolver o reconhecimento e a expressão emocional
- Progredir no seu ritmo graças aos níveis adaptáveis
- Acompanhar o progresso da criança através da interface dos pais

## Lição 2 - MEU DICIONÁRIO

- Usar um dicionário visual para se comunicar sem passar pela fala
- Personalizar com suas próprias imagens (objetos, rotinas, lugares)
- Permitir que a criança expresse necessidades, desejos e emoções
- Ocultar as fichas de atividades impossíveis para evitar frustrações
- Ganhar autonomia e reduzir mal-entendidos

## Modalidades pedagógicas

---

- Formação 100% online, acessível a partir do seu computador ou tablet
- Você avança no seu ritmo, quando desejar, sem restrições de horário
- Acesso ilimitado aos conteúdos durante toda a duração da formação
- Suportes pedagógicos e ferramentas visuais descarregáveis
- Descoberta bônus das aplicações DYNSEO (COCO PENSA & COCO MOVE, MEU DICIONÁRIO)