

GERENCIAR AS EMOÇÕES DE UMA CRIANÇA AUTISTA

COMPREENDER, PREVENIR E ACOMPANHAR OS TRANSBORDAMENTOS EMOCIONAIS

Formação para pais, avós e cuidadores familiares de crianças autistas

Ferramentas concretas para prevenir crises e ajudar seu filho a regular suas emoções

Duração : 1 hora	Módulos : 5 módulos
Lições : 14 lições	Público : Pais, avós e cuidadores familiares
Formato : 100 % online, assíncrono	Organismo : N° 11757351875
Certificação : Qualiopi	Preço : Sob orçamento

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrição da formação

Esta formação permite compreender por que seu filho autista reage com tanta intensidade e por que suas emoções às vezes transbordam de maneira súbita. Você descobrirá como identificar os gatilhos típicos das crises e reconhecer os sinais de alerta para intervir antes da explosão. Através de explicações concretas e estratégias adaptadas ao funcionamento autista, você aprenderá a usar ferramentas visuais e sensoriais para ajudar seu filho a regular suas emoções. Você criará um ambiente previsível e seguro que favoreça seu desenvolvimento e bem-estar no dia a dia.

Resumo dos módulos

MÓDULO 1	Compreender o autismo e as emoções	3 lições
MÓDULO 2	Identificar os gatilhos & prevenir os transbordamentos	3 lições
MÓDULO 3	Ajudar a criança a regular: ferramentas adequadas	4 lições
MÓDULO 4	Acompanhar no dia a dia & fortalecer a autoestima	4 lições
MÓDULO 5	O aplicativo COCO para acompanhar uma criança autista	1 lição

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Compreender o funcionamento autista e suas particularidades sensoriais
- Reconhecer os sinais de alerta de um transbordamento emocional
- Identificar os 5 gatilhos típicos das crises
- Utilizar ferramentas visuais: planejamento, termômetro das emoções, cartões de necessidades
- Aplicar técnicas sensoriais de regulação adaptadas
- Seguir um roteiro de intervenção em caso de crise
- Adaptar sua comunicação ao funcionamento autista
- Criar um ambiente previsível e seguro
- Fortalecer a autoestima da criança através de uma valorização adequada

Informações gerais

Duração	1 hora de formação dividida em 5 módulos progressivos
Público-alvo	Pais, avós, cuidadores familiares de crianças autistas que desejam compreender o funcionamento emocional de seu filho e adquirir ferramentas concretas para prevenir e gerenciar as crises no dia a dia
Pré-requisitos	Nenhum

Tarifa	Sob orçamento – IVA não aplicável (artigo 261-4-4º do CGI)
Certificação	Qualiopi – Certificado de conclusão de formação
Organismo	DYNSEO – Nº de declaração de atividade: 11757351875

Lição 1 - Lição 1: O que é o autismo?

- Funcionamento neurológico diferente: um sistema operacional próprio, nem melhor nem pior
- Particularidades na comunicação, interações sociais e comportamentos repetitivos
- Emoções sentidas intensamente, mas dificuldade em identificá-las e regulá-las
- Cérebro sobrecarregado por informações sensoriais e sociais
- Reações não são caprichos: o sistema nervoso está em sobrecarga

Lição 2 - Lição 2: As particularidades sensoriais e emocionais

- Hipersensibilidade: percepção amplificada, às vezes dolorosa (ruídos, luzes, texturas)
- Hipossensibilidade: busca ativa por estimulações intensas através do stimming
- Dificuldade em reconhecer e nomear as próprias emoções e as dos outros
- Pensamento em detalhes: força em certos contextos, mas ansiedade quando há mudanças
- Necessidade neurológica de previsibilidade, estrutura e coerência

Lição 3 - Lição 3: Os sinais de um transbordamento emocional

- Primeiros sinais físicos: agitação ou paralisia, tapar ouvidos, aumento do stimming
- Sinais emocionais: irritabilidade, recusas, perguntas repetitivas, ansiedade crescente
- Sinais evidentes: voz que sobe, corpo tenso, choro intenso ou recusa total
- Duas formas de transbordamento: explosão para fora ou implosão para dentro
- Objetivo: intervir cedo para reduzir a intensidade e ajudar na regulação

Lição 1 - Lição 1: Os gatilhos típicos na criança autista

- Sobrecarga sensorial: ambientes barulhentos, luminosos, com muitas pessoas
- Mudanças e imprevistos: tudo que sai do esperado gera estresse
- Transições: passar de uma atividade para outra exige esforço considerável
- Dificuldades de comunicação: instrução incompreendida, impossibilidade de se expressar
- Interações sociais exaustivas: criança esgotada após navegar no mundo social

Lição 2 - Lição 2: A ferramenta das 3 colunas adaptada

- Coluna 1 – Gatilho: identificar o que aconteceu logo antes da reação
- Coluna 2 – Reação: descrever exatamente como a criança reagiu
- Coluna 3 – Necessidade: descobrir o que a criança estava tentando comunicar
- Exemplos concretos: pressão do tempo, mudança de roupa, instrução mal formulada
- Princípio chave: o comportamento difícil é uma forma de comunicação

Lição 3 - Lição 3: As estratégias de prevenção concretas

- Tornar o tempo visível: temporizador visual, ampulhetas, avisos progressivos nas transições
- Planejamento visual: mostrar o andamento do dia com pictogramas para reduzir a ansiedade
- Ambiente sensorial: criar cantinho calmo e kit de sobrevivência para saídas
- Suportes visuais: cartões de necessidades e termômetro das emoções
- Adaptação ao funcionamento da criança em vez de pedir que ela se adapte

Lição 1 - Lição 1: Por que a criança autista precisa de ajuda para se regular

- A criança ainda não tem ferramentas internas de regulação automática
- Cérebro submerso durante a emoção: áreas de recuo em curto-circuito
- Reações reflexas não são escolhas, mas respostas a um sofrimento interno
- Papel do adulto: ajudar no momento da crise e ensinar ferramentas gradualmente
- Estratégias concretas, visuais e sensoriais praticadas fora das crises

Lição 2 - Lição 2: As técnicas sensoriais de regulação

- Pressão profunda: abraço apertado, cobertor com peso, compressões articulares
- Objetos sensoriais: bola antiestresse, massinha, fidget spinner, objeto transicional
- Movimento: trampolim, balançar-se, correr, movimentos vestibulares calmantes

- Respiração adequada: suporte visual como soprar pena, moinho, bolhas de sabão
- Identificar o que funciona para a criança e manter acessível

Lição 3 - Lição 3: O script de intervenção em caso de crise

- Etapa 1 - Segurança: afastar perigos, manter-se calmo, respirar fundo
- Etapa 2 - Reduzir sobrecarga: desligar estímulos, criar bolha de calma
- Etapa 3 - Comunicação mínima: frases curtas, tom baixo, evitar julgamentos e perguntas
- Etapa 4 - Oferecer ferramentas: cobertor, objetos sensoriais, sem forçar
- Etapa 5 - Acompanhar: a crise deve seguir seu curso, debriefing somente depois

Lição 4 - Lição 4: As ferramentas visuais de regulação

- Termômetro das emoções: 4 cores (verde, amarelo, laranja, vermelho) para reconhecer sinais
- Roda das escolhas: círculo com estratégias visuais que a criança pode escolher
- Sequências visuais: mostram passo a passo como usar uma técnica de regulação
- Construir ferramentas com a criança usando estratégias que funcionam para ela
- Suportes visuais tornam concreto o que é abstrato e dão sensação de controle

MÓDULO 4

Acompanhar no dia a dia & fortalecer a autoestima

4 lições

Lição 1 - Lição 1: O ritual da noite adaptado

- Ritual regular e previsível antes de dormir em ambiente calmo
- Meteorologia do dia: a criança expressa como foi seu dia (sol, nuvem, tempestade)
- Orgulho do dia: identificar algo que foi bem-sucedido, mesmo que pequeno
- Necessidade para amanhã: antecipar dificuldades e tranquilizar antes do sono
- Reconhecimento das pequenas vitórias essencial para a autoestima

Lição 2 - Lição 2: A comunicação adaptada ao dia a dia

- Linguagem literal: evitar expressões figuradas, insinuações e ironias
- Uma instrução de cada vez: deixar executar antes de dar a seguinte
- Tempo para processamento: contar até 10 antes de repetir
- Mostrar em vez de explicar: acompanhar palavras com suporte visual
- Antecipar e preparar: avisar sobre mudanças o mais cedo possível

Lição 3 - Lição 3: A valorização adequada

- Feedbacks específicos e descritivos em vez de elogios vagos
- Valorizar os esforços, não apenas os resultados
- Valorizar os interesses intensos: são uma força, não um problema
- Ajustar a intensidade: algumas crianças se sentem desconfortáveis com elogios excessivos
- Observar as reações da criança e adaptar o tipo de valorização

Lição 4 - Lição 4: A coordenação com os profissionais

- Compartilhar as ferramentas que funcionam em casa com professores e terapeutas
- Transmitir os gatilhos identificados e propor adaptações concretas
- Caderno de comunicação: compartilhar informações entre casa e escola
- Quanto mais coeso for o ambiente, mais a criança se sente segura
- Ajustar o acompanhamento continuamente com todos os envolvidos

MÓDULO 5

O aplicativo COCO para acompanhar uma criança autista

1 lição

Lição 1 - Lição 1: Apresentação do COCO PENSE & COCO BOUGE

- Programa que estimula aprendizagem cognitiva com pausas físicas a cada 15 minutos
- Adaptado às necessidades específicas: instruções em áudio, níveis progressivos, filtros personalizados
- Jogo 'Imite uma emoção': desenvolve reconhecimento e expressão emocional de forma lúdica
- Acompanhamento personalizado: os pais visualizam o progresso e conquistas
- Usos múltiplos: em casa, com profissionais, na sala de aula como ferramenta inclusiva

Modalidades pedagógicas

- Formação 100% online, acessível a partir do seu computador ou tablet
- Você avança no seu ritmo, quando desejar, sem restrição de horário

- Vídeos explicativos, ferramentas para download e suportes visuais práticos
- Acesso ilimitado ao conteúdo durante 12 meses
- Certificado de conclusão de formação ao final do curso

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Document établi par DYNSEO - Última atualização : Junho 2026