

TRANSTORNOS DYS NA IDADE ADULTA: ENTENDER MELHOR E SE ADAPTAR

Formação para adultos com transtornos DYS, familiares e cuidadores

Compreender as suas dificuldades, desenvolver as suas forças e encontrar as suas próprias estratégias

Duração : 4 horas	Módulos : 5 módulos
Lições : 10 lições	Público : Adultos com transtornos DYS, familiares e cuidadores
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

Os transtornos DYS não desaparecem na idade adulta. Dislexia, disortografia, discalculia, dispraxia e disfasia são dificuldades específicas que persistem e impactam a vida profissional, social e emocional. Esta formação ajuda a compreender o que são realmente os transtornos DYS: formas diferentes de processar a informação no cérebro, que não se relacionam com falta de inteligência ou de esforço. Aprenderá a utilizar ferramentas digitais e estratégias de organização pessoal para contornar dificuldades, ganhar tempo e reduzir a carga mental. Também descobrirá como identificar e desenvolver as suas forças: criatividade, pensamento visual e global, perseverança, capacidade de encontrar soluções originais. A formação sublinha o papel essencial do entorno na criação de um ambiente acolhedor que permita à pessoa DYS expressar todo o seu potencial.

Resumo dos módulos

MÓDULO 1	Compreender os transtornos DYS na idade adulta	3 lições
MÓDULO 2	Adaptar-se ao dia a dia	3 lições
MÓDULO 3	O papel do entorno	3 lições
MÓDULO 4	DYNSEO para acompanhar um adulto com transtornos DYS	1 lição
MÓDULO 5	Quizz final	Avaliação

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Compreender os cinco principais transtornos DYS e reconhecer que são duradouros e específicos
- Identificar o impacto na vida profissional: gestão da escrita, comunicação, organização e fadiga cognitiva
- Compreender as dificuldades sociais e emocionais: falta de confiança, medo do julgamento, risco de isolamento
- Utilizar ferramentas digitais adequadas: ditado de voz, corretores, síntese de voz, gestão de tarefas
- Implementar estratégias de organização pessoal: códigos de cores, fracionamento de tarefas, checklists
- Desenvolver as suas forças e talentos: criatividade, pensamento global, perseverança, soluções originais
- Aplicar estratégias práticas no dia a dia e solicitar adaptações no trabalho
- Promover a compreensão e empatia no ambiente profissional e familiar
- Quebrar o isolamento e fortalecer a autoestima através do apoio do entorno
- Descobrir ferramentas de estimulação cognitiva como a aplicação JOE

Informações gerais

Duração	4 horas em ritmo próprio
Público-alvo	Adultos com transtornos DYS (dislexia, disortografia, discalculia, dispraxia, disfasia), familiares e cuidadores que desejam entender melhor e apoiar um adulto DYS

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

Lição 1 - Lição 1 - Panorama dos transtornos DYS

- Transtornos específicos não relacionados à falta de inteligência ou esforço
- Dislexia, disortografia, discalculia, dispraxia e disfasia: características de cada um
- Transtornos duradouros e específicos que afetam uma área sem impactar a inteligência geral
- Possibilidade de transtornos isolados ou associados (multi-dys)

Lição 2 - Lição 2 - Impactos na vida profissional

- Gestão da escrita: redigir e-mails e documentos exige mais tempo e energia
- Comunicação e organização: participar de reuniões e gerenciar tarefas representa desafios
- Autoconfiança fragilizada: medo de errar e hesitação em pedir ajuda
- Fadiga cognitiva aumentada: risco de esgotamento e estresse
- Com adaptações adequadas, a pessoa pode revelar seus talentos

Lição 3 - Lição 3 - As dificuldades sociais e emocionais

- Confiança em si mesmo fragilizada por críticas desde a infância
- Medo do julgamento e hesitação em revelar o transtorno
- Dificuldades na comunicação e na gestão das emoções
- Risco de isolamento social por evitar situações difíceis
- Importância da adaptação do ambiente e não apenas da pessoa DYS

Lição 1 - Lição 1 - Ferramentas digitais e organização pessoal

- Ditado de voz, corretores ortográficos inteligentes e transformação texto-áudio
- Aplicativos de gestão de tarefas, calendários e mapas mentais
- Estratégias simples: códigos de cores, preparação prévia, listas de verificação
- Encontrar as ferramentas adaptadas a cada pessoa: não existe solução única

Lição 2 - Lição 2 - Desenvolver suas forças e talentos

- Criatividade: imaginação rica, pensamento original e ideias novas
- Pensamento visual e global: capacidade de ver conexões entre ideias
- Perseverança, resiliência e capacidade de encontrar soluções originais
- Sensibilidade e empatia especiais em relação aos outros
- As dificuldades também desenvolvem habilidades únicas e valiosas

Lição 3 - Lição 3 - Estratégias e dicas práticas

- Fracionar as tarefas em pequenas etapas para manter a motivação
- Usar as ferramentas certas: digitais ou simples (caderno, post-it, planejamento visual)
- Antecipar e se preparar: preparar tudo necessário antes de uma tarefa
- Pedir adaptações: mais tempo, suporte escrito, instruções claras
- Ouvir seus limites: permitir-se pausas para evitar o esgotamento

Lição 1 - Lição 1 - Compreensão e bondade no trabalho

- Dificuldades invisíveis: importância de comunicar para adaptar o ambiente
- Adaptações simples: mais tempo, versão áudio, instruções escritas
- Tolerância em relação aos erros e escuta das necessidades
- As adaptações beneficiam toda a equipe: clareza e suportes visuais para todos

Lição 2 - Lição 2 - A importância do apoio familiar

- Segurança afetiva: aceitação sem julgamento
- Incentivo: lembrar as forças, os talentos e os sucessos
- Gestos concretos: ajudar a organizar, revisar documentos, oferecer escuta atenta
- Comunicação respeitosa e equilíbrio entre apoio e autonomia
- A família contribui para quebrar o isolamento e reforçar a confiança

Lição 3 - Lição 3 - Quebrar o isolamento e promover a autoestima

- Manter os laços sociais: amizades, família, atividades compartilhadas
- Valorizar as conquistas mesmo pequenas: reconhecimento diário
- Favorecer ambientes acolhedores que compreendem e não julgam
- Incentivar a participação ativa: oferecer ajuda, compartilhar talentos
- Ser reconhecido pelas suas forças, não apenas pelas dificuldades

MÓDULO 4

DYNSEO para acompanhar um adulto com transtornos DYS

1 lição

Lição 1 - Lição 1 - Joe, seu treinador cerebral

- Aplicativo com mais de 30 jogos de estimulação cognitiva: memória, linguagem, lógica, cálculo
- Jogo Syllabus: estimula a linguagem escrita e a consciência fonológica
- Jogo Calculus: treina lógica, atenção e rapidez de raciocínio
- Complemento lúdico ao acompanhamento profissional, sem pressão
- Possibilidade de jogar em dupla: momento de compartilhamento e vínculo social

MÓDULO 5

Quizz final

Avaliação

Modalidades pedagógicas

- Formação 100% online, acessível a partir do seu computador ou tablet
- Avance ao seu próprio ritmo, quando desejar, sem restrições de horário
- Conteúdo dividido em 5 módulos progressivos com vídeos, textos e recursos práticos
- Acesso às ferramentas e listas de recursos digitais adaptados
- Bônus: Descoberta da aplicação JOE com mais de 30 jogos de estimulação cognitiva
- Certificado de conclusão da formação fornecido ao final