

# PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA O AUMENTO DA ATENÇÃO E DA REFLEXIVIDADE

## ➤ 2 NIVEIS:

- NIVEL I - 7 aos 11 anos

- NIVEL II - 12 aos 14 anos (pode-se aplicar a partir dos 9 anos)

(aconselha-se que se inicie pelo nível I)

## ➤ OBJECTIVO: potenciar as capacidades de reflexividade e atenção na execução de tarefas.

- Os programas de intervenção procuram trabalhar duas variáveis do estilo reflexividade / impulsividade:

- o tempo ou latência - para o aumentar quando necessário

- a precisão / exatidão - para melhorar o rendimento, através do ensino de estratégias cognitivas adequadas, reduzindo o número de erros.

↳ Para o efeito, utilizam-se diversos exercícios, técnicas e estratégias, fundamentados cientificamente.

## ➤ TÉCNICAS DE INTERVENÇÃO:

- **Demora Forçada**: impor aos alunos um determinado tempo (um tempo mínimo) antes de darem a resposta ao problema, exercício ou estímulo apresentado antes do qual não podem dar a tarefa por terminada. Para tal emprega-se a mediação verbal (com instruções verbais claras) e a modelagem participativa.

- **Scanning**: ensina-se a analisar atentamente os detalhes, apresentado de forma clara, as estratégias pertinentes a utilizar. Deste modo, não se trata apenas de levar o indivíduo a usar mais tempo na realização das tarefas, mas também se ambiciona que este obtenha um maior rendimento usufruindo de um maior período de latência.

- **Auto instrução**: ensino de estratégias de autocontrolo verbal por intermédio de auto verbalizações, ou seja, utiliza-se a linguagem como mediadora do comportamento. A auto instrução é utilizada como reguladora do comportamento e como instrumento de autocontrolo.

- **Treino para a Resolução de Problemas:** muito útil na resolução de problemas e muito eficaz no desenvolvimento da reflexividade. Utiliza-se um procedimento específico, o Plano de Treino (Plan Training), enfatizando a produção de várias alternativas de solução e a análise das suas possíveis consequências positivas e negativas, antes de escolher a solução, avaliando com precisão aquela que seja considerada a melhor.

- **Modelagem Participativa:** serve para incrementar a reflexividade. Esta técnica está presente em todos os exercícios. É utilizada como exemplo para demonstrar como se realizam os exercícios, para que aprendam a refletir e a corrigir, verbalizando as estratégias que levam à solução.

- **Reforços:** são eficazes para aumentar o tempo de latência da resposta e, em menor grau, para diminuir os erros. Também se utiliza em todos os exercícios, para aumentar o desempenho dos alunos, o reforço social, que inclui a aprovação, o encorajamento, o reconhecimento e a crítica construtiva, incentivando os que se enganam a melhorar.

#### ➤ **FUNÇÕES POTENCIADAS PELO PROGRAMA:**

- **ATENÇÃO** (elemento fundamental da capacidade de reflexividade e por isso trabalhada em todos os exercícios);

- **DISCRIMINAÇÃO** (fundamental nas tarefas em que a reflexividade está envolvida e também nas atividades de diferenciação e discriminação para ensinar a prestar atenção aos detalhes e a processar a informação);

- **CAPACIDADE PARA ADIAR A RESPOSTA** (pressuposto básico de resolução de tarefas que implicam incerteza);

- **AUTOCONTROLO ATRAVÉS DE AUTOVERBALIZAÇÕES INTERNAS E DE AUTO REGULAÇÃO** (as crianças impulsivas apresentam baixos índices de autocontrolo e auto regulação; os exercícios do programa potenciam a regulação e o controlo do comportamento através de auto verbalizações internas e facilitam a previsão e antecipação de metas e consequências do comportamento);

- **CAPACIDADE PARA OBSERVAR E ANALISAR CUIDADOSAMENTE DETALHES** (é básica para a reflexividade. O treino na análise de detalhes e em estratégias cognitivas pertinentes é eficaz no incremento da reflexividade);

- **CAPACIDADE DE RESOLVER PROBLEMAS** (é deficitária em crianças impulsivas. Trata-se de potenciar a aproximação reflexiva aos problemas, o adiamento das respostas, a previsão e antecipação de consequências, a sua análise cuidada e a tomada de decisões pertinentes).