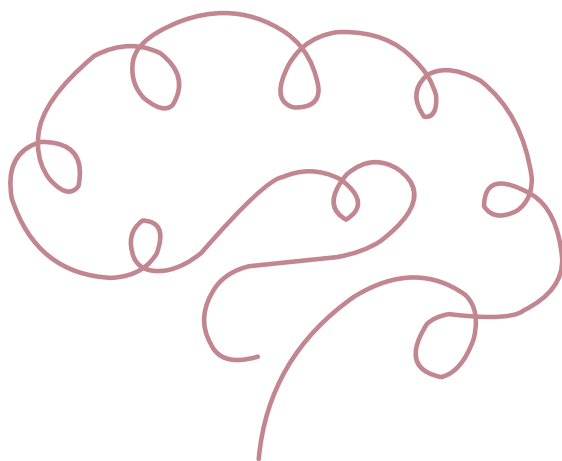




Altas-Habilidades/ Superdotação (AHSD)

Guia de atividades e psicoeducação



Camila dos Santos
CRP: 11/13623





Material elaborado por:

Psicóloga infantojuvenil, com atuação em transtornos do neurodesenvolvimento. Fundadora do Espaço Transforma Infância, escola de Inteligência socioemocional, clínica de Psicologia e cursos de Desenvolvimento Profissional. Especialista em Neuropsicologia pelo Conselho Federal de Psicologia e pelo HCFMUSP, Terapeuta Floortime pelo ICDL/USA. Fundadora da plataforma SinapsePsi.



Camila dos Santos

@camilasantos.psi



Beatriz Souza

@psi_biasouzat

Graduanda em Psicologia pela Universidade de Fortaleza. Estagiária no Projeto Habilidades para a Vida, do Espaço Transforma Infância e colaboradora deste material.





Sumário

Início -----	02
Psicoeducação -----	04
O que são AH/SD -----	06
Escalas -----	14
Correção Escalas -----	30
Sobre as Atividades -----	37
Descobrimo meu Supercérebro -----	38
Pensamentos Ninja -----	39
A missão da nave Aurora -----	41
O monstro das regras fixas -----	42
A Biblioteca dos pensamentos -----	44
Dinopensamento: Rugidos na cabeça -----	46
Central de Controle: Quem está no comando? -----	51
O voo de Lili e a autocobrança -----	53
A correspondência das Emoções -----	54
O bingo dos planetas -----	55



Psicoeducação

Para os pais





Olá, família!

Este material foi elaborado como uma orientação complementar ao resultado da avaliação neuropsicológica, com o objetivo de esclarecer as características identificadas e apoiar vocês no processo de compreensão e acolhimento das necessidades da sua criança.

Orientar a família e a escola sobre o perfil cognitivo e comportamental da criança é um passo fundamental para garantir intervenções adequadas, estratégias educativas eficazes e o fortalecimento de fatores de proteção ao longo do seu desenvolvimento.

Quando compreendemos o modo singular de aprender, sentir e interagir da criança, conseguimos promover seu bem-estar emocional, prevenir dificuldades futuras e favorecer o pleno desenvolvimento de suas potencialidades — dentro e fora do ambiente escolar.

Esperamos que este documento seja um guia de apoio e reflexão, ajudando vocês a caminhar com mais segurança e confiança ao lado da criança.



O que você precisa saber...



Atualmente, no Brasil, os termos "altas habilidades" e "superdotação" são considerados sinônimos, sendo usados de forma equivalente em contextos educacionais e legais.

A superdotação se caracteriza pela **elevada potencialidade de aptidões, talentos e habilidades, evidenciada por um desempenho significativamente acima da média em uma ou mais áreas de atuação** — seja esse desempenho já observado ou ainda em desenvolvimento na criança.

Contudo, para que essa condição seja reconhecida, é importante que essas aptidões se manifestem de forma consistente ao longo do tempo, com um nível de desempenho expressivo na(s) área(s) de destaque.

Além disso, é fundamental compreender que as diferentes áreas do desenvolvimento — como a motora, emocional e intelectual — não evoluem necessariamente de forma simultânea ou equilibrada. Cada uma pode se desenvolver em ritmos distintos e de maneira relativamente independente.

Áreas de desenvolvimento



Indivíduos com AH/SD podem apresentar capacidades acima da média em diferentes áreas, não se limitando apenas ao aspecto intelectual. De acordo com a literatura e as diretrizes educacionais, essas áreas são cinco:

Capacidade Intelectual Geral



Refere-se a competências e habilidades gerais, relacionadas à capacidade de processar informações e resolver problemas, envolvendo aspectos como memória, linguagem verbal, raciocínio lógico e pensamento abstrato.

Habilidades Acadêmicas Específicas



Refere-se ao domínio e destaque em áreas específicas do conhecimento, como matemática, linguagem, leitura e escrita, entre outras.

Liderança



Capacidade de se destacar entre os colegas, demonstrando facilidade para liderar, tomar decisões e influenciar os demais de forma positiva.

Criatividade



Refere-se à capacidade de produzir ideias originais, resolver problemas de maneira inovadora e apresentar soluções fora do comum.

Talento Artístico



Refere-se à habilidade de se expressar com sensibilidade e criatividade por meio de linguagens artísticas, como desenho, pintura, música, dança, teatro ou escultura.

Quais as principais características?

- Grande curiosidade a respeito de objetos, situações ou eventos, com envolvimento em muitos tipos de atividades exploratórias;
- Tendência a iniciar atividades por conta própria, demonstrando autonomia, curiosidade e motivação interna para explorar temas de interesse pessoal, mesmo sem incentivo externo. Costuma buscar caminhos próprios para aprender e resolver problemas, preferindo seguir seu ritmo e estilo de aprendizagem.

- Demonstra originalidade ao se expressar oralmente e por escrito, criando respostas criativas, incomuns e cheias de personalidade. Costuma apresentar ideias próprias, fugir de clichês e evitar repetições, o que revela um pensamento flexível e inovador.
- Aprendizado rápido, fácil e eficiente, especialmente no campo de sua habilidade e interesse;
- Tendem a gostar de assumir riscos em diversas atividades, demonstrando grande flexibilidade de pensamento.
- Podem ser muito comunicativos e líderes naturais, ou, por outro lado, preferir atividades solitárias.
- Capacidade de julgamento e avaliação superiores, ponderação e busca de respostas lógicas, percepção de implicações e consequências, facilidade de decisão;
- Demonstram um vocabulário rico e sofisticado, com facilidade para aprender novas línguas e expressar ideias complexas.
- Experimentam emoções de forma intensa, o que pode levar a uma maior empatia, mas também a vulnerabilidades emocionais.
- O desenvolvimento intelectual pode não acompanhar o emocional ou social, levando a desafios na adaptação social.
- A falta de desafios intelectuais pode levar ao desinteresse escolar e subutilização do potencial.

Participação da família

Oferecer suporte emocional a uma criança com AH/SD é essencial para o seu desenvolvimento saudável e equilibrado. Apesar de terem grandes facilidades cognitivas, essas crianças muitas vezes enfrentam desafios emocionais e sociais intensos, como sentimentos de **inadequação, frustração, isolamento ou autocrítica exacerbada.**



- Evite expectativas irreais quanto ao comportamento "maduro", apenas porque a criança é muito inteligente.
- Valide sentimentos como tristeza, frustração, solidão ou raiva, mesmo quando parecem "exagerados" para adultos.
- Evite elogiar apenas resultados ("Você é o mais inteligente!") e valorize o esforço, a ética e o bem-estar emocional da criança.
- O tédio e a monotonia podem causar sofrimento emocional e comportamentos desadaptativos.
- Estimule a curiosidade da criança com projetos, leituras, cursos extracurriculares ou clubes de interesse — mas respeite seu ritmo.
- Muitas crianças com AH/SD se sentem "diferentes" e têm dificuldades de se enturmar. Incentive amizades com crianças com interesses semelhantes (por exemplo, por meio de oficinas, feiras de ciência, clubes de xadrez ou literatura).
- Busque acompanhamento e suporte psicológico como fator de proteção e estimulação de saúde mental para a criança, observe sinais de perfeccionismo, ansiedade, isolamento social.



A escola como suporte



A escola possui o papel fundamental no suporte educacional, mas também emocional da criança com AH/SD

- Um ambiente escolar sensível, flexível e acolhedor pode potencializar talentos, mas também prevenir sofrimentos emocionais comuns a esses alunos, como tédio, isolamento, baixa autoestima ou desmotivação.

É importante compreender que apresentar altas habilidades não significa não ter necessidades educacionais e emocionais.

- O conteúdo pode ser aprofundado, acelerado ou diversificado, com atividades que estimulem o pensamento crítico, criativo e investigativo.

Exemplos:

Projetos de pesquisa
autônomos

Aulas eletivas

Pesquisas de campo

- Elaborar um plano de ensino especializado focando nas metas específicas, estratégias diferenciadas e levando em consideração os interesses da criança são fundamentais para o seu melhor desempenho acadêmico.

DICAS E SUGESTÕES

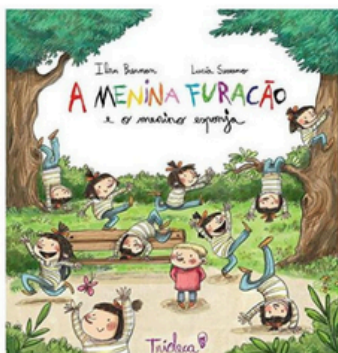


LIVROS PSICOEDUCATIVOS



CIDADE CÉREBRO

A história cidade cérebro ensina as crianças de uma forma lúdica como as experiências impactam o cérebro e como o nosso cérebro se organiza frente a cada experiência. Uma excelente oportunidade para falar sobre funcionamento cognitivo.



A MENINA FURACÃO E O MENINO ESPONJA

Conta uma história intensidade dos dois polos, tanto da perspectiva da introversão como da extroversão. Sendo importante para trabalhar sobre os perfis de superdotação.



JOÃO FEIJÃO: O TALENTOSO AMIGO

Conta uma história de um menino que é identificado como superdotado, vive seus desafios na turma.



O MENINO QUE TINHA MEDO DE ERRAR

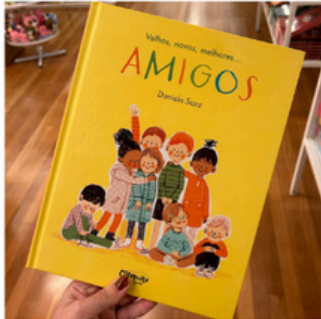
Conta uma história de uma criança que não ia se expondo por conta da característica do perfeccionismo (muito forte em pessoas superdotadas). Pode ser utilizado para psicoeducar sobre o tratamento.

LIVROS DE INTERESSE



- Aqui temos dois temas que podem ser de interesse dos pacientes. Por isso, é importante reconhecer os interesses específicos da sua criança para explorá-los.

LIVROS PARA ESTIMULAÇÃO DE HABILIDADES SOCIAIS



Aqui temos duas opções de livros para que você possa treinar as Habilidades Sociais com os pacientes.



FILMES E SÉRIES



YOUNG SHELDON

A história acompanha o personagem Sheldon Cooper em sua infância e juventude, que é um gênio.



PROVA DE FOGO

A pequena Akeelah, de apenas 11 anos, que conta com um grande talento para as palavras.



GÊNIO INDOMÁVEL

Um jovem faxineiro de uma universidade que tem um grande talento para a matemática, o que não é explorado.



O SOM DO CORAÇÃO

O longa conta a história de Evan Taylor, uma criança com talento para a música

PARA OUVIR



Já ouviu falar da Mensa Brasil?



A Mensa é uma sociedade internacional que reúne pessoas com quocientes de inteligência (QI) dentro dos 2% mais altos da população, conforme comprovado por testes padronizados e supervisionados.

Para ingressar na Mensa Brasil, é necessário:

- Realizar um teste de admissão: A Mensa aplica testes próprios ou aceita resultados de testes de QI reconhecidos que comprovem pontuação no percentil 98 ou superior.
- Apresentar laudo de QI: Caso o candidato já possua um laudo de QI válido, pode submetê-lo para avaliação.

Concluindo

O desenvolvimento de crianças com Altas Habilidades/Superdotação vai muito além da estimulação intelectual. É fundamental considerar seu crescimento integral, respeitando seus interesses, particularidades e necessidades específicas. O apoio conjunto da família, da escola e de profissionais especializados é essencial para promover resultados positivos, já que pessoas com esse funcionamento cognitivo podem apresentar desafios no campo emocional e social.

A família tem um papel insubstituível, é no lar que a criança deve sentir-se segura para ser quem é — livre da pressão por desempenho e cercada de amor incondicional. Cabe aos responsáveis o cuidado diário com o bem-estar emocional, a escuta ativa e o incentivo à autonomia saudável.

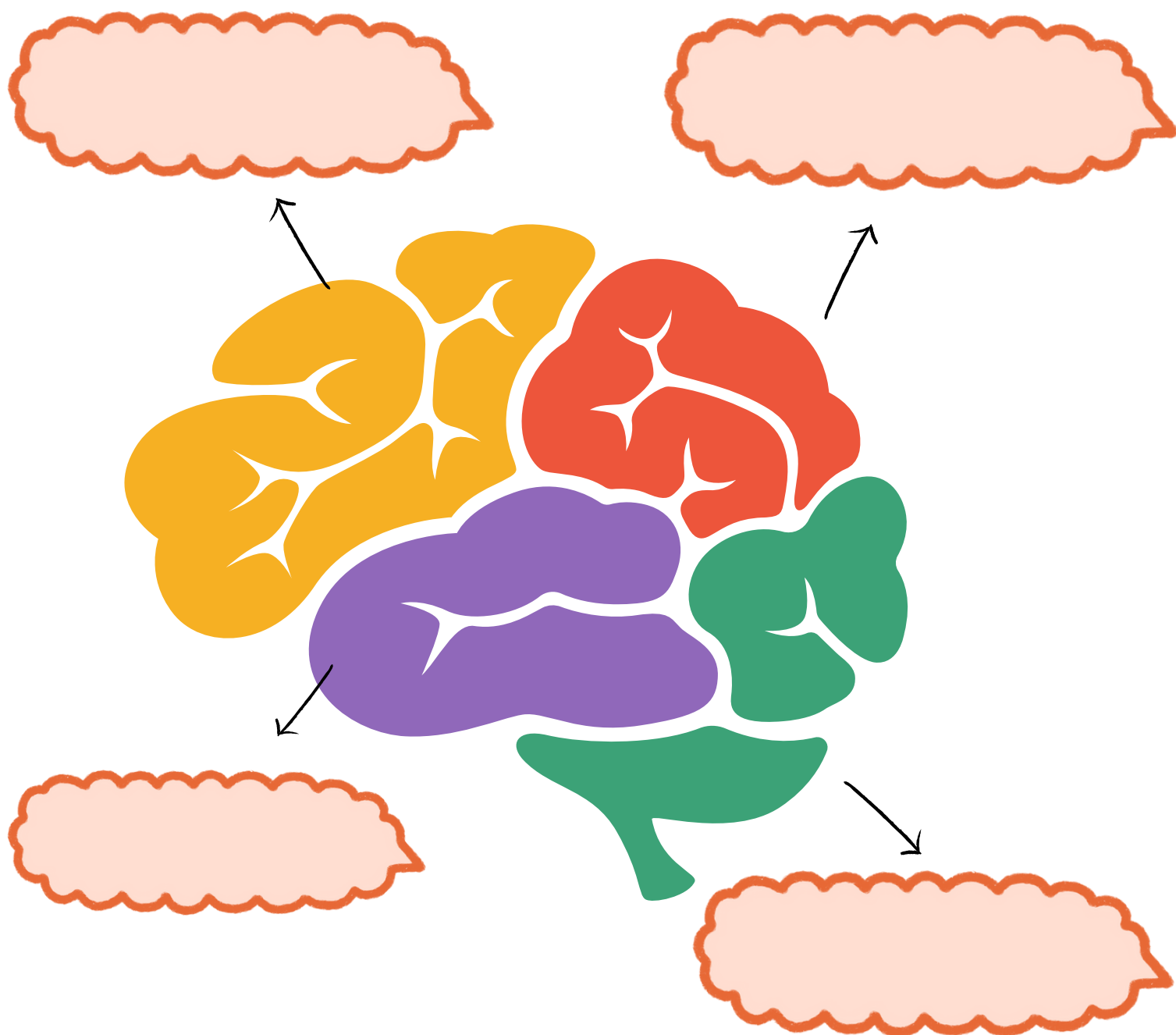
Mais do que formar gênios, queremos formar pessoas realizadas, felizes e conectadas consigo mesmas e com o mundo. E isso começa com o cuidado mútuo, com a escuta e com a confiança na caminhada compartilhada.

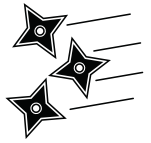
Descobrendo meu cérebro

Objetivo: Promover autoconhecimento sobre as características das AH/SD, valorizando os talentos e reconhecendo as necessidades emocionais que acompanham o perfil.

Instruções: Escrever/ Desenhar as seguintes informações:

- **Roxo:** coisas que aprendem rápido ou fazem bem
- **Verde:** pensamentos que não param
- **Amarelo:** ideias criativas
- **Vermelho:** dificuldades que sentem (ex: frustração, ansiedade, perfeccionismo)





Pensamento ninja

Objetivo: Ensinar crianças a identificar e reestruturar pensamentos disfuncionais de forma lúdica.

Instruções: Apresente pensamentos armadilha (ex: “Tenho que ser perfeito”) e desafie as crianças a transformá-los em pensamentos ninja (mais racionais e flexíveis), como “Posso errar e aprender”.

Pensamentos “Armadilha”

Armadilha		Se sou inteligente, por que tenho tanta dificuldade?
Armadilha		Tenho que ser perfeito sempre!
Armadilha		Ninguém me entende, é melhor ficar na minha.
Armadilha		Se eu pedir ajuda, vou parecer fraco.

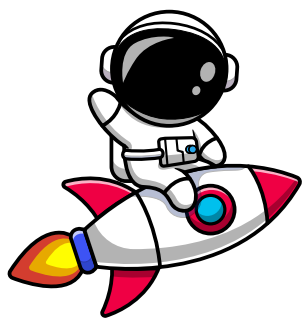




Pensamentos “Ninja”

Reestruturação Cognitiva a partir de discussões e ajustes de crenças disfuncionais:

NINJA		Posso ser inteligente e ter dificuldades.
NINJA		Errar faz parte do processo!
NINJA		Eu não estou sozinho nesta jornada!
NINJA		Pedir ajuda é sinal de coragem, não de fraqueza.



História: A Missão da nave aurora

No ano de 2149, a nave Aurora X9 cruzava o espaço em uma missão importantíssima: levar um novo sistema de energia para a Terra.

A bordo, uma equipe de astronautas brilhantes, criativos, rápidos, perfeitos em cálculos e estratégias. Tudo sempre saía como planejado. Eles eram conhecidos como os Incríveis sem Erro. Mas, naquela viagem, algo diferente aconteceu...

Enquanto montavam o sistema principal da nave, um dos astronautas percebeu que uma peça essencial tinha sumido. Era uma peça rara, impossível de substituir. O silêncio tomou conta da nave. Uns começaram a procurar desesperadamente, outros ficaram paralisados.

Foi então que a mais jovem da equipe, a cadete Lyra, disse:

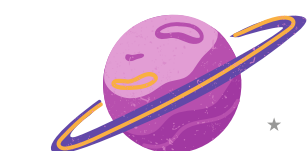
— “E se a gente inventar uma outra forma? Talvez o erro seja a pista que a gente precisa...”

Todos olharam desconfiados. Mas, sem saída, começaram a tentar novas ideias: adaptaram fios, criaram um suporte com papel metálico e redesenharam o circuito. Depois de muitas tentativas frustradas, a nave voltou a funcionar.

O comandante sorriu e disse:

— “Parece que o erro... salvou a nave.”

Desde então, a tripulação passou a se chamar Os Flexíveis do Espaço, e todo astronauta novo aprende: nem tudo precisa sair perfeito, às vezes, é o erro que mostra o melhor caminho.

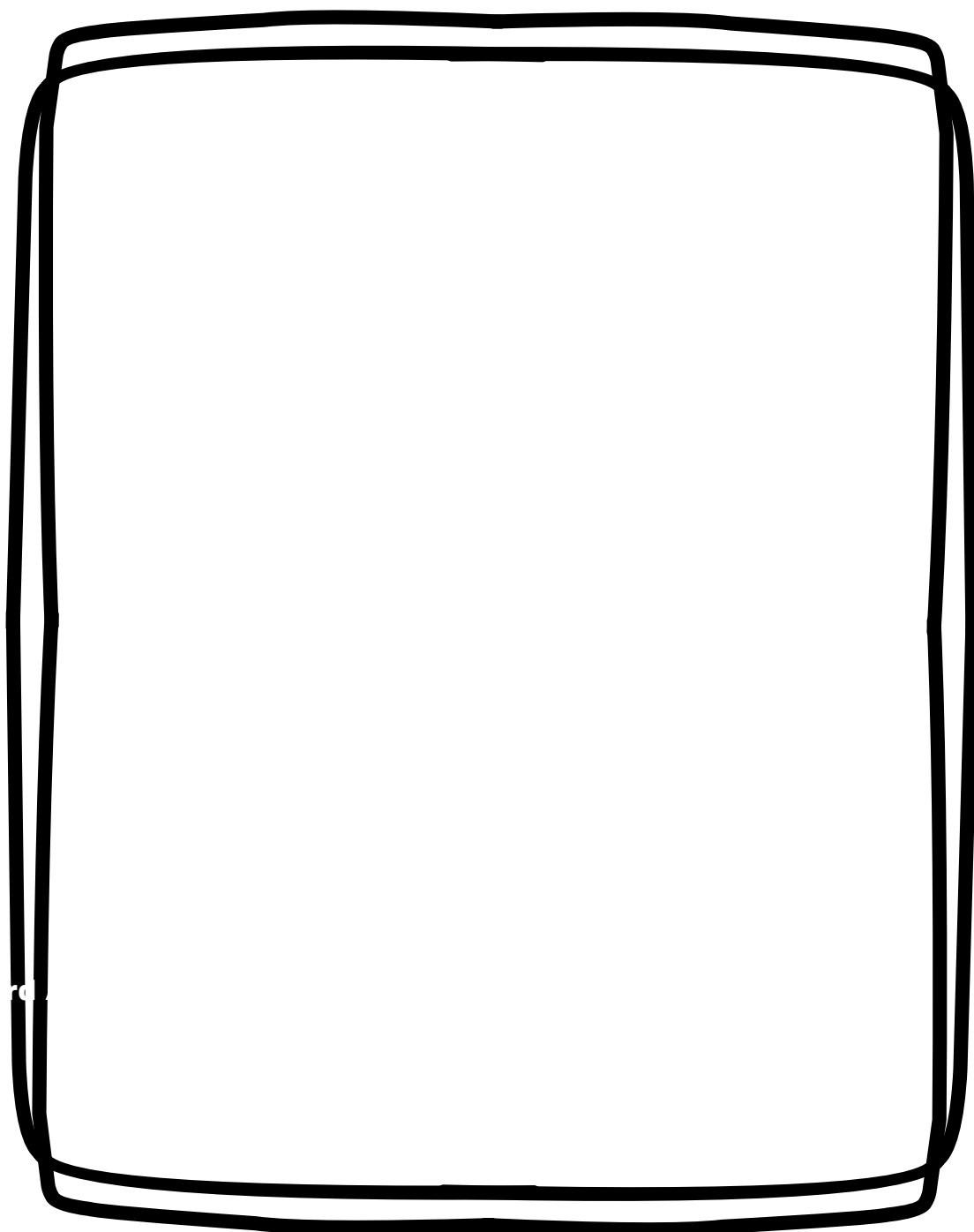




O Monstro das regras fixas

Objetivo: Trabalhar rigidez cognitiva e pensamento flexível.

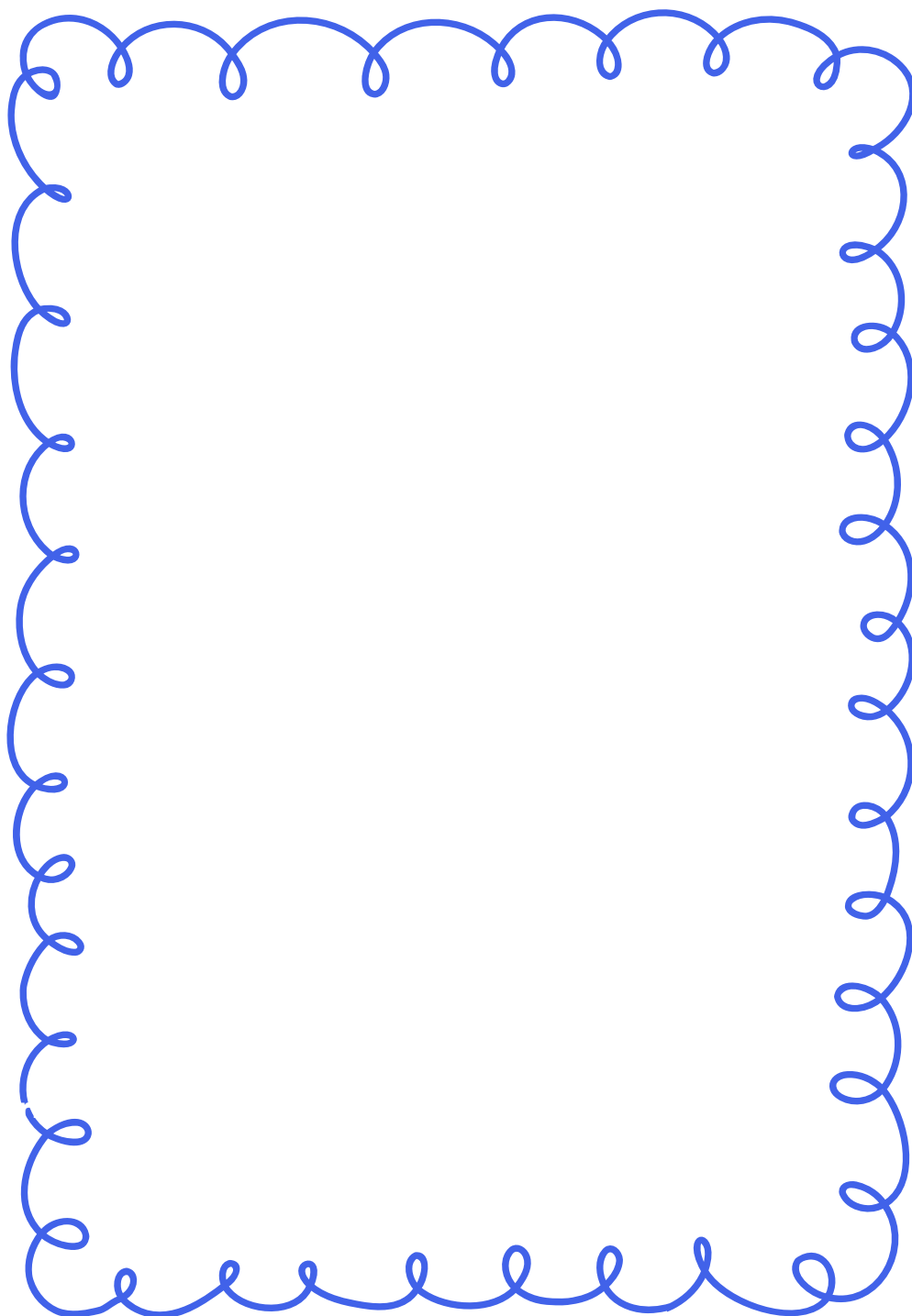
Instruções: 1. Proponha que a criança desenhe um monstro que adora que tudo seja do jeito dele (ex: “tudo tem que estar em ordem”, “nada pode dar errado”).





O Monstro das regras fixas

Instruções: 2. Em seguida, a criança deve criar um personagem amigo do monstro, chamado “Flexi”, que ajuda o monstro a pensar de outro jeito.





Biblioteca dos pensamentos

Objetivo: Ajudar a criança a identificar e repensar os tipos de pensamentos que tem no dia a dia.

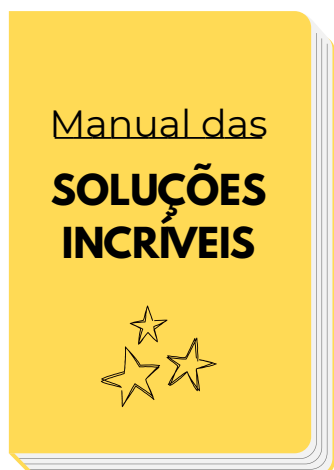




Biblioteca dos pensamentos







O Dinopensamento: rugidos na cabeça!

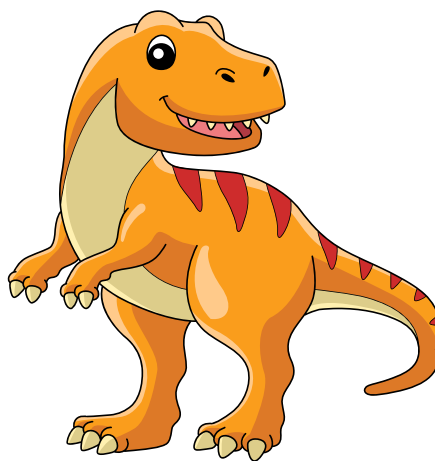
Objetivo: Ajudar a criança a identificar e reestruturar pensamentos automáticos negativos, com o apoio de personagens dinossauros imaginários que simbolizam pensamentos críticos e pensamentos corajosos.

Na cabeça de todo mundo, vivem dinossauros que falam! Tem o **Dinocrítico**, que vive rugindo coisas assustadoras, como 'Você não pode errar!' ou 'Não está bom o bastante!' Mas também tem o **Dinossábio**, que sabe ver as coisas com calma e ajudar a pensar de um jeito mais leve. Vamos descobrir o que eles estão dizendo hoje?

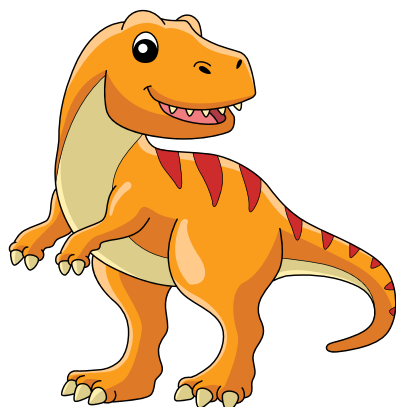
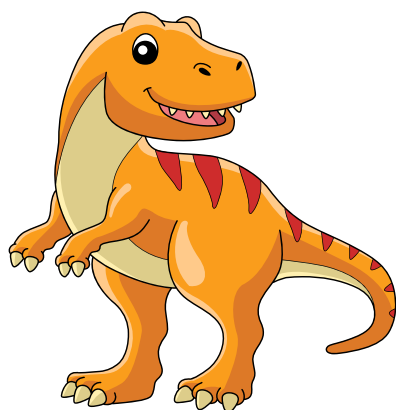
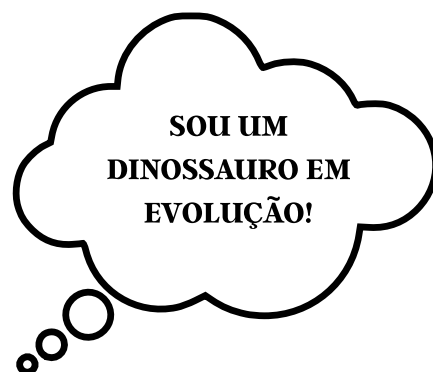
Dinocrítico



Dinosábio



Ligue os Dinossauros aos seus respectivos pensamentos:





Tabuleiro DinoPensametos (Instruções)



Objetivo: Chegar a casa 20 praticando a troca de pensamentos negativos (Dinocrítico) por positivos (Dinossábio) e usando estratégias de enfrentamento.

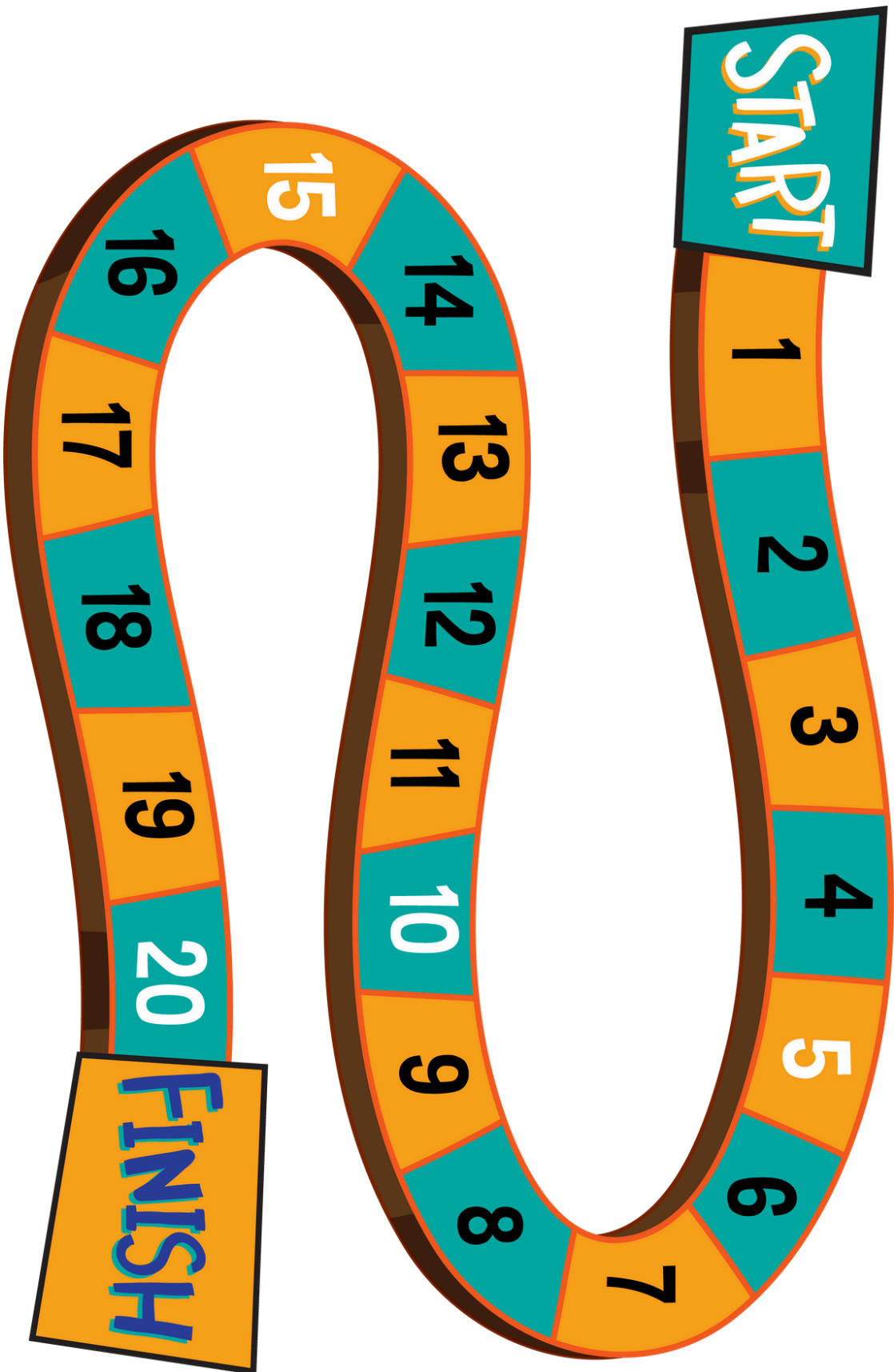
Como jogar:

1. Cada jogador escolhe um peão e coloca na casa 1.
2. Na sua vez, jogue o dado e avance o número de casas.
3. Se cair em uma casa normal, aguarde a próxima vez.
4. Se cair em casa especial, siga a ação da casa:

CASAS ESPECIAIS E O QUE FAZER

- Casa 3 – Rugido do Dinocrítico: Pegue uma carta com um pensamento negativo e leia em voz alta.
- Casa 6 – Sábio Escudo: Pegue uma carta do Dinossábio e leia a resposta positiva.:
- Casa 9 – Desafio Jurássico: Crie e diga uma estratégia que ajuda você a enfrentar um pensamento difícil.
- Casa 12 – DinoPausa: Faça uma pausa, respire fundo e diga um pensamento positivo em voz alta.
- Casa 15 – Rugido do Dinocrítico: Leia mais um pensamento negativo.
- Casa 18 – Sábio Escudo: Responda com uma nova frase positiva.
- Casa 20 – Final Jurássico: Você chegou ao fim! Celebre com um rugido de vitória e diga uma coisa positiva sobre você mesmo.





Dinocrítico	Dinocrítico	Dinocrítico	Dinocrítico
			
Não posso errar!	Sou diferente demais!	Tenho que saber de tudo!	Ninguém me entende!
			

Dinosábio	Dinosábio	Dinosábio	Dinosábio
			
Errar me ajuda a crescer!	Ser diferente é legal!	Eu não preciso saber de tudo!	Eu sou acolhido e compreendido!
			

Central de Controle: Quem está no comando?

Registro Semanal das Emoções



CENTRAL DE CONTROLE



Quem está no comando?



()



()



()



()



()



()



()



()



()

Alegria



- O que te fez sorrir hoje?
- Como você demonstrou essa alegria?

Tristeza



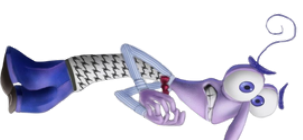
- O que te deixou mais sensível hoje?
- A tristeza te ajudou a perceber algo importante?

Raiva

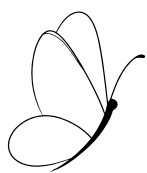


- O que te deixou irritado hoje?
- Como você pode usar a raiva para defender algo justo, sem machucar ninguém?

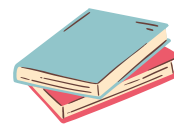
Medo



- Teve algo que te preocupou ou deu um frio na barriga?
- Esse medo te protegeu de algo ou te impediu de fazer algo bom?



O voo de Lili e a autocobrança



Objetivo: Estimular a reflexão sobre o perfeccionismo, valorizando o processo mais do que o resultado.

Lili era uma borboleta que adorava voar fazendo manobras no céu. Ela se sentia feliz criando desenhos com suas asas. Mas um dia, viu outra borboleta voando de forma mais precisa e pensou: “Eu devia conseguir fazer igual.”

Aos poucos, Lili começou a se cobrar muito. Queria voar perfeito sempre. Quando errava, se sentia frustrada e parava.

Até que seu amigo, o passarinho Nico, disse:

— Lili, ninguém voa perfeito o tempo todo. Você não precisa acertar sempre pra ser incrível.

Lili decidiu tentar de novo, sem tanta cobrança.

E mesmo errando às vezes, ela percebeu que para ser feliz não precisava ser perfeita.

Hora da Ação!

Desenhe algo que você já tentou fazer, mas que não saiu perfeito. Depois, desenhe como você se sentiu com isso.



Imagine que você é o passarinho Nico.
Desenhe o que vocêalaria ou mostraria
para a Lili para ajudá-la a se sentir melhor.





A correspondência das Emoções

Objetivo: Trabalhar regulação emocional, autoconhecimento e desenvolvimento da linguagem emocional.

Você errou uma resposta que achou que estava certa

Te compararam com outra pessoa

Pediram pra falar sobre o que você ama

Alguém disse que você está “falando difícil demais” ou “sabendo tudo”

Alguém interrompeu você enquanto falava algo importante

Você teve uma ideia brilhante, mas ninguém te ouviu

Não deixaram você participar de uma atividade

Você começou uma atividade nova e não ficou tão bom quanto imaginava

Te elogiaram por algo que você fez bem

Alguém ignorou o que você disse

Você perdeu um jogo ou brincadeira

Você teve uma ideia diferente, mas os outros riram ou não entenderam

Você foi mal em uma prova

Você precisou fazer algo muito fácil e ficou entediado

Você ficou nervoso porque queria tudo perfeito

Você estava animado com uma ideia, mas os adultos disseram que “não é hora pra isso”

Para refletir:

- Como você se sentiria nessa situação?”
- “Já passou por algo assim? O que fez?”
- “Que outras formas de reagir você poderia usar?”





O bingo dos planetas

Objetivo: Trabalhar conhecimento sobre os planetas de forma lúdica e interativa.

B	I	N	G	O
Marte	Vênus	Mercúrio		
Saturno	Terra	Júpiter		
Plutão	Netuno	Urano		

B	I	N	G	O
Vênus	Sírius	Netuno		
Antares	Saturno	Sol		
Júpiter	Terra	Urano		

B	I	N	G	O
Capella	Marte	Sol		
Lua	Mercúrio	Ursa menor		
Plutão	Júpiter	Andrômeda		

B	I	N	G	O
Plutão	Sol	Capella		
Vênus	Marte	Ursa maior		
Saturno	Terra	Netuno		

B	I	N	G	O
Netuno	Mercúrio	Titã		
Sol	Vênus	Antares		
Órion	Canopus	Saturno		

B	I	N	G	O
Vênus	Ursa maior	Titã		
Canopus	Lua	Ursa menor		
Júpiter	Sírius	Mercúrio		

B	I	N	G	O
Júpiter	Saturno	Lua		
Terra	Plutão	Sol		
Antares	Órion	Marte		

B	I	N	G	O
Urano	Sol	Andrômeda		
Ursa maior	Saturno	Vênus		
Plutão	Terra	Antares		

Sou o planeta mais próximo do sol

Tenho dois satélites chamados Fobos e Deimos

Sou azul escuro e muito distante do sol

Minha atmosfera é densa e cheia de gás carbônico

Sou o maior planeta do Sistema Solar

Já fui considerado um planeta anteriormente

Sou o único planeta com vida conhecida

Possuo lindos anéis ao meu redor

Minha rotação é tão inclinada que pareço deitado



Obrigada!

