



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA – UnB

INSTITUTO DE ARTES - IDA

DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS - CEN

**TDAH, Artes Cênicas e Formação Docente:
Reflexões sobre a tríade em busca de uma maior compreensão.**

Pedro Ivo Rodrigues Maia Queiroga
Matrícula - 180038982

Brasília
2023



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA – UnB

INSTITUTO DE ARTES - IDA

DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS - CEN

**TDAH, Artes Cênicas e Formação Docente:
Reflexões sobre a tríade em busca de uma maior compreensão.**

Pedro Ivo Rodrigues Maia Queiroga
Matrícula - 180038982

Monografia apresentada ao
Departamento de Artes Cênicas da Universidade de
Brasília como requisito para obtenção do título
de Licenciatura em Artes Cênicas.

Orientadora: **Fabiana Marroni Della Giustina**

Brasília
2023

Resumo: Este trabalho busca uma interseção entre Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Artes Cênicas e formação docente. Interligando fundamentações científicas, pedagógicas, linguísticas e vivência pessoal. Na primeira seção, exploramos a conceituação do transtorno, seus sintomas, comorbidades, diagnóstico, tratamento, preconceitos e estigmas associados a pessoas com TDAH. No segundo capítulo é iniciado as reflexões sobre a tríade no meu processo de formação de arte-educador. Apontando, como a imersão na linguagem cênica pode ser terapêutico para TDAH's e, também, evidenciando possíveis facilidades e dificuldades que podem ser vividas ao se lidar com este campo artístico. Além disso, a dualidade em adquirir presença cênica e ter um transtorno que um dos sintomas é a desatenção será analisado. Por fim, destaco a necessidade da psicoeducação na formação docente e como pode beneficiar sua condução para, assim, promover o processo de inclusão de pessoas com TDAH na arte da cena.

Abstract: This work seeks an intersection between Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), Performing Arts and teacher training. Interconnecting scientific, pedagogical, linguistic foundations and personal experience. In the first section, we explore the conceptualization of the disorder, its symptoms, comorbidities, diagnosis, treatment, prejudices and stigmas associated with people with ADHD. The second chapter begins with reflections on the triad in my process of training as an art educator. Pointing out how immersion in scenic language can be therapeutic for ADHD's and also highlighting possible eases and difficulties that can be experienced when dealing with this artistic field. Furthermore, the duality of acquiring scenic presence and having a disorder in which one of the symptoms is inattention will be analyzed. Finally, I highlight the need for psychoeducation in teacher training and how it can benefit its conduct, thus promoting the process of including people with ADHD in the performing arts.

Palavras chaves: TDAH; Artes Cênicas; Docência; Psicoeducação; Vivência.

Agradecimentos:

Destaco minhas sinceras gratificações as pessoas que me rodeiam e apoiam desde o meu início existencial, do meu presente e de percurso escolar/acadêmico que permitiram encontros inigualáveis e transformadores na minha trajetória como pessoa, artista, arte educador e mais uma multiplicidade de adjetivos embutidos nesta tríade (positivos e negativos). Cito aqui familiares, professoras, professores, profissionais da saúde mental, amigas, amigos e amigues que ao longo do tempo se entrelaçam entre essas classificações citadas e, acabam se tornando uma coisa só, que são pessoas inspiradoras: Alan Beltrão, Alzira Bispo, Ana Bondase, Ana Leticia, Beatriz Gasparotto, Bianca Pitarro, Bidô Galvão, César Lignelli, Claudiane, Diadorim Silva, Eduardo Kimura, Erico José, Fabiana Lazzari, Fabiana Marroni, Fátima Santos, Gabriel Cabral, Gabriel da Paz, Giovanna Cali, Giovanna Vattos, Helena Maria, Henrique, Igor Rodrigues, Ilza Maia, Ivair Maia, Ivo Maia, João Pedro Maia, João Paulo Machado, Jonas Sales, Jorge Marinho, Juliana Liconti, Kathleen Lorrany, Karine Araújo, Lookitas Nascimento, Lucas Mattoso, Luã Reis, Luciana Dias, Luciana Hartmaan, Luiza Maia, Maina Serena, Maria Villar, Mac Waikhana, Milena Andras, Miton Waikhana, Naara Melo, Neuzita Rodrigues, Nilza Laice, Otávio Motter, Pedro Olivo, Poema de Houx, Raissa Frazão, Rachel Rianele, Rita Almeida de Cássia, Rodrigo Kelvin, Rodrigo Nery, Sarah Lima, Seu Carlos, Silvia Paes, Simone Reis, Simone Silva, Sonia Barão, Sonia Paiva, Soraia Maria, Sulian Vieira, Suzana Brandão, Tathiana Mirley, Thais Antooof, Victor Souza, Vivian Silva e Wesley Durães (1996 - 11/01/2023)

Sumário:

Introdução:	6
1.Conceituação e Abordagem Histórica:	9
1.1 Sintomas e Comorbidades	13
1.2 Diagnóstico e Tratamento:	14
1.3 Preconceito e Estigma:	16
2.0 Artes Cênicas, TDAH e meu processo de formação como arte-educador	18
2.1 Relevância do Lúdico para TDAHs	23
2.2 Aspectos Favoráveis e Desfavoráveis	27
2.3 Presença X Desatenção	31
2.4 Pedagogia do Teatro e Diversidade	32
2.5 Formação docente e Psicoeducação nas Artes Cênicas	34
Conclusão:	36
Referências Bibliográficas:	37

Introdução:

Entre as inúmeras questões identitárias, que podemos pontuar e refletir, envolvendo especificidades da diversidade de corpos e o campo das artes cênicas, para esta monografia de licenciatura, escolhi analisar o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) dentro do meu processo de formação acadêmica no curso de artes cênicas. Esta escolha deriva do desejo de evidenciar como estes assuntos se relacionam, e buscar meios de viabilizar estratégias pedagógicas futuras de uma melhor inclusão, além de produzir mais conhecimento baseado na minha realidade empírica e em artigos, autores, médicos, livros, etc. Buscando uma interseção da arte da cena, licenciatura e este transtorno neurológico. Pois, foi durante a graduação que descobri ser TDAH, fator que favoreceu meu autoconhecimento nos diversos âmbitos da vida e, também, mudou a forma que relaciono comigo mesmo. Posso afirmar que receber este diagnóstico me salvou, pois tive de conviver com um vasto campo de frustrações e autodepreciação durante a vida e que, infelizmente, se intensificaram no contexto acadêmico.

Ingressei no curso de Artes Cênicas em 2018, com 17 anos. Nesta época, desconhecia a possibilidade de ter um transtorno do neurodesenvolvimento. Entretanto, durante toda a vida me senti diferente entre a maioria das pessoas e preso em concepções/julgamentos externos, como: Atrapalhado, Mundo da Lua, Tagarela, Burro, Sem Noção, Inconsistente, Louco, Etc. Durante o período escolar, que é o período que a maioria recebe o diagnóstico, estudava para as provas sempre nas vésperas, às vezes com acompanhamento e outras vezes sozinho. E, assim, não tive muitos problemas relacionados a notas que, geralmente, é tratado como um dos principais indicativos, apesar do transtorno não afetar a cognição. A hiperatividade se apresentava no excesso de fala e conversa e a desatenção em momentos de divagação quando os assuntos não me instigavam. Porém, nenhuma instituição, tanto familiar como escolar, notou que poderia ter TDAH, acredito que seja por sempre performar muito bem que prestava atenção nos conteúdos que não me interessavam. Todavia, sempre convivi com outros sintomas do TDAH, que atrapalhavam minha rotina, por exemplo: perder coisas em excesso, desorganização, dispersão, atrasos constantes em aulas, dificuldade com prazos de trabalhos, etc. Estes exemplos se intensificaram ainda mais no ambiente universitário devido ao aumento de demandas e do nível de complexidade.

Um ponto que sempre me fez ignorar a possibilidade de ter este transtorno é que, em diversos momentos, conseguia focar excessivamente em assuntos/atividades aleatórias (hiperfoco, sintoma do TDAH). Felizmente, o foco era direcionado para as aulas de artes e

teatro que me atraíam. Desde cedo percebo que tenho aptidão e, depois de me psicoeducar (termo a ser aprofundado nos próximos capítulos), vi que outras características mais positivas do transtorno poderiam contribuir para me encontrar neste meio, como: maior criatividade, excesso de imaginação, facilidade em criar mundos, extroversão, muita expressividade, reatividade, etc. Estes fatores auxiliaram para que, finalmente, eu me sentisse realizado em uma disciplina. Aliás, observo a influência familiar, no caso, da minha tia que é graduada em artes cênicas pela faculdade Dulcina (Brasília), que contribuiu para a potencialização da paixão pela arte. E, também, que me influenciou de maneira indireta optar pelo curso e, inesperadamente, pela licenciatura, que no início da graduação não me via exercendo a profissão de arte educador.

Atualmente noto que esta paixão também está associada aos fatores terapêuticos que esta prática artística pode contribuir para saúde mental e alívio de sintomas de indivíduos neuroatípicos. Além disso, o curso em si favorece o “olhar para si”, o que possibilita reconhecimento de questões identitárias e particulares. Todavia, também te coloca em constante exposição e sentimento de avaliação, juntamente à obrigação de cumprir com toda demanda academicista. Confesso que foi um desafio, por sentir uma mistura de prazer e ansiedade constante. Principalmente com os avanços dos semestres em que percebi que estava com muita dificuldade em acompanhar simultaneamente o ritmo de todas as disciplinas em comparação a maior parte dos colegas. Enfatizo que não percebia interesse ou preocupação, por parte de alguns docentes, em buscar entender o porquê das dificuldades. Entretanto, outros faziam isso muito bem, possibilitando um ambiente que me sentisse mais incluso e menos frustrado comigo mesmo, já que percebia uma maior compreensão.

Obviamente não podemos esperar que todos consigam ser flexíveis e sensíveis em compreender todas as especificidades dos alunos. Até porque, na vida acadêmica e profissional precisamos ter um mínimo de senso de organização e gerenciamento de tempo. Porém, meu relato vem em um contexto em que tive que lidar com a transição do âmbito escolar para o acadêmico e da adolescência para a fase adulta. E, ainda, desconhecendo a presença do TDAH que sempre afetou (e ainda afeta) todos estes campos apresentados. Também noto que a leitura externa mais comum que surge ao se lidar com um aluno TDAH (não tratado) é de desinteresse, porque se é testemunhado um comportamento disfuncional nas funções executivas devido a uma questão neurológica. Com isso, apresentando dificuldade de foco, realização de tarefas, leituras, ser objetivo em falas, atrasos, inquietude física, entre outros sintomas. Assim, convivi com grandes conflitos

internos por ter muito interesse e ser disfuncional, não entendia o motivo de ter tantos impasses nas realizações das atividades mesmo com gosto por elas.

Durante a pandemia do Covid 19 (2020), tive comorbidades de transtornos de humor: aumento no nível de ansiedade e depressão severa. Por isso, entrei em contato com a psicoterapia que, após um ano de atendimento, foi indicado que eu fizesse uma avaliação neuropsicológica, pois a psicóloga observava traços de TDAH e, logo após a anamnese, se confirmou o transtorno aos meus 21 anos. Um dos primeiros passos que tive foi me psicoeducar e pude entender de forma mais completa e menos estigmatizada o que seria o TDAH. Conforme fui aprofundando, vi pontos que não eram frutos da minha personalidade, e sim sintomas do transtorno. Isto me aliviou completamente, pois toda minha história de vida fez mais sentido. Além disso, percebi uma urgência em se estudar as neurodiversidades. Principalmente quando estamos na formação e exercendo a docência que interage com todos os tipos de corpos. E, nas artes cênicas, trabalhamos de forma intensificada nas relações, já que lidamos com a subjetividade, a exposição, o julgamento, trabalhos em grupo, emoções, disponibilidade física e mental, Etc.

Portanto, desenvolvo minha pesquisa na tríade: TDAH, Artes Cênicas e formação docente. Iniciaremos evidenciando o TDAH na primeira seção, na qual discutiremos as definições e terminologia essenciais para compreender o transtorno e como tem evoluído ao longo da história. Em seguida, aprofundar nos sintomas primários e secundários do transtorno e sua interação com outras condições. Continuaremos com o esclarecimento do processo de diagnóstico e tratamento. Também, é destacado a persistência de preconceitos e estigmas em relação ao TDAH em diversas esferas sociais. Em seguida, no segundo capítulo, aprofundaremos na interseção entre as Artes Cênicas e o TDAH com alguns recortes pessoais. E, assim, em conjunto, trazer o conceito de Arteterapia, o valor das atividades lúdicas para neuroatípicos, uma análise de aspectos favoráveis e desfavoráveis na prática cênica para estas pessoas baseadas nas minhas experiências e em referenciais bibliográficos. Além disso, uma reflexão sobre a presença cênica e ser TDAH. Após, será explicitado a importância da pedagogia do teatro na promoção da diversidade, especialmente no que diz respeito às neurodivergências, destacando uma disciplina do componente curricular do curso de artes cênicas (licenciatura), UnB. Por fim, é evidenciado a importância da psicoeducação na formação docente e discutiremos algumas formas de lidar com estes alunos e como os estímulos e condução apropriadas podem ser cruciais para seu sucesso acadêmico.

1. Conceituação e Abordagem Histórica:

Primeiramente, para começar a construção das reflexões a seguir, é preciso se familiarizar com termos ligados à área de psicologia/psiquiatria, mas que estão cada vez mais em pauta devido à era atual da informação. Em seguida será conceituado o que é o TDAH com base no DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5ª edição). Depois, teremos uma breve noção de como o TDAH foi aparecendo na sociedade até os dias atuais e suas diferentes nomenclaturas. Desta forma, segue algumas definições: Neurodiversidade - Engloba de forma geral todos os tipos de desenvolvimento neurológico, independentemente de ser típico ou atípico; Neurodivergente ou neuroatípico - refere aos grupos que apresentam alterações no sistema cognitivo, comportamental e/ou neurológico, como: TEA (Transtorno do Espectro Autista), TDAH's, TOC (Transtorno Obsessivo Compulsivo), Depressão, TAG (Transtorno de Ansiedade Generalizada, Bipolaridade, etc; Neurotípicos - pessoas que não tem nenhuma alteração neurológica ou nenhuma condição psiquiátrica; Psicoeducação - técnica que relaciona os instrumentos psicológicos e pedagógicos com objetivo de ensinar o paciente e os que o rodeiam sobre seu transtorno e tratamento adequado. Além do mais, é válido enfatizar que estes termos apareceram na década de 90 com o intuito central de promover uma maior aceitação social. Principalmente, os do neurodesenvolvimento para desmistificar a ideia de que é deficiência ou uma doença.

O DSM-5 classifica o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade como um transtorno do neurodesenvolvimento, assim como o autismo. Segue uma breve conceituação encontrada no manual:

“Um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade que interfere no funcionamento ou no desenvolvimento. A desatenção manifesta-se comportamentalmente no TDAH como divagação em tarefas, falta de persistência, dificuldade de manter o foco e desorganização – e não constitui consequência de desafio ou falta de compreensão. A hiperatividade refere-se à atividade motora excessiva (como uma criança que corre por tudo) quando não apropriado ou

remexer, bater ou conversar em excesso. Nos adultos, a hiperatividade pode se manifestar como inquietude extrema ou esgotamento dos outros com sua atividade. A impulsividade refere-se a ações precipitadas que ocorrem no momento sem premeditação e com elevado potencial para dano à pessoa (p. ex., atravessar uma rua sem olhar). A impulsividade pode ser reflexo de um desejo de recompensas imediatas ou de incapacidade de postergar a gratificação.” (Pag. 61 no item “Características Diagnosticas”, DSM V).

Deste modo, é uma disfunção que afeta o comportamento. Além disso, o Manual afirma que o transtorno é mais frequente no sexo masculino do que no feminino, de uma forma geral. E também precisamos ressaltar que os indivíduos já nascem com esta condição específica, conseqüentemente, não tem como “adquirir” ao longo da vida. Desta forma, os sintomas se apresentam desde a infância, por mais que, em alguns casos, não sejam devidamente identificados. As pesquisas apontam que a incidência genética é o principal fator “causador” do transtorno. O TDAH é frequente em parentes biológicos de primeiro grau com o transtorno. A herdabilidade do TDAH é substancial. (DSM V, “Fatores de Risco e Prognóstico”, página 62). Embora, também se considere questões envolvendo tabagismo, negligência infantil, má interação familiar, alcoolismo na gestação, abuso, etc. Embora, o principal fator seja que algum dos pais já possuam algum transtorno do neurodesenvolvimento. O diagnóstico tardio afeta de forma ainda mais ampla todas as áreas da vida do indivíduo. Além de se ter uma maior predisposição a adquirir outros transtornos psiquiátricos (comorbidades). Assim, fica notório a dificuldade existencial e a necessidade de muita resiliência, principalmente quando se é diagnosticado tardiamente ou, até quando confundem ou vem acompanhado de outros transtornos mentais.

Entretanto, nem sempre foi considerado um transtorno neurobiológico. Ao longo da história o transtorno começou a ser registrado e relatado na virada do século XIX e era denominado de “defeito do controle moral”. Phelan (2005) ainda relata que este transtorno tem recebido muitos nomes ao longo dos anos, como doença de Still, distúrbio impulsivo, lesão mínima do cérebro e disfunção cerebral mínima. Somente em 1980, o termo Transtorno de Déficit de Atenção surgiu trazendo consigo uma definição mais clara do problema. No artigo "Notas sobre a história oficial do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade TDAH." de Luciana Vieira Caliman, pós-doutora em Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro e professora Adjunta do Programa de Pós- Graduação em Psicologia Institucional da Universidade Federal do Espírito Santo, afirma que:

“Discurso neurocientífico sobre o TDAH não é uníssono, mas também cria suas unanimidades, e nenhuma delas é mais forte do que a história do diagnóstico. Nela, a criança TDAH surgiu na literatura médica da primeira metade do século XIX, e, a partir de então, foi batizada e rebatizada muitas vezes. Ela foi a criança com defeito no controle moral, a portadora de uma deficiência mental leve ou branda, foi afetada pela encefalite letárgica, chamaram-na simplesmente de hiperativa ou de hipercinética, seu cérebro foi visto como moderadamente disfuncional, ela foi a criança com déficit de atenção e, enfim, a portadora do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade.” (CALIMAN, 2010).

Hoje em dia não é mais utilizado o termo “portador” já que é uma condição inerente e não tangível do sujeito. Assim, é percebido que as demandas de atualizações sempre estiveram presentes, tanto no aspecto científico, quanto no aspecto conceitual. Afinal, como funciona o cérebro de quem tem o transtorno? Neurologistas descobriram que o TDAH afeta neurotransmissores causando déficit de dopamina e noradrenalina, que faz com que necessitem de recompensas imediatas, aumentando as chances de terem comportamentos impulsivos ao longo da vida. Este déficit está majoritariamente presente no lobo frontal do cérebro, prejudicando justamente a área responsável por coordenar a atenção e as funções executivas, organização e realização de tarefas.

Essas alterações estariam ligadas ao sistema neuroquímico, em especial aos circuitos noradrenérgico, dopaminérgico, serotoninérgico e adrenérgico (Rohde & Halpern, 2004). Uma ação desequilibrada dos centros excitatórios e inibidores do Sistema Nervoso Central, causada por distúrbios no metabolismo de aminoácidos e dos neurotransmissores: noradrenalina, serotonina e dopamina” (FACION, 2003, p. 56)

Lembrando que o transtorno não se mostra exatamente da mesma forma em cada pessoa. Precisamos olhar o espectro do transtorno, já que existem níveis diferentes (leve, médio, grave) e que pode se apresentar predominantemente desatento ou predominantemente hiperativo e impulsivo ou combinado. Além disso, é necessário enfatizar os prejuízos reais que são decorridos nas diversas esferas da vida. De acordo com a psiquiatra Maria Camila, em sua live do Instagram “O que é TDAH?” (link disponível no ela aponta os principais problemas são gerados pela tríade: Baixa inibição, Baixo Autocontrole e impasses nas funções executivas. O primeiro interfere na extrema dificuldade em policiar suas falas, o segundo vem em conjunto com a impulsividade é quase dependente do impulso, favorecendo que

vivam situações de risco, já os impasses na função executiva são ligados às ações auto direcionadas, como: planejamento, organização, problemas de desempenho.

Também precisamos lembrar que não é um problema cognitivo, portanto não interfere no âmbito intelectual. E, por não afetar a cognição, os potenciais intelectuais e de aprendizado são mantidos, a não ser que venha acompanhado de algum outro transtorno. Podemos afirmar que pessoas com TDAH são pessoas emergenciais/imediatistas e que devido a tríade citada, acabam sendo “evento-resposta” fator que resulta em complicações ao longo da vida em alguns âmbitos. O ambiente em que se está inserido é crucial para que os sintomas fiquem mais evidentes ou não. Por isso, saber os gatilhos que acentuam os sintomas é crucial para se buscar uma melhor qualidade de vida. Além de se mostrarem criativos por ter uma mente multifocal na qual as sinapses ocorrem de forma particular ao se comparar com pessoas neurotípicas. Desta maneira, buscar meios de favorecer suas potencialidades é um caminho que contribui para que tenham uma melhor relação consigo mesmo. Segue uma passagem de um artigo que contribui para a finalização deste item.

(...) uma pessoa com TDAH não deve ser olhada como um cérebro defeituoso, mas, simplesmente, alguém com um foco diferenciado, pois o funcionamento bastante peculiar de seu cérebro (que não para nunca) e de seus circuitos bioquímicos é responsável tanto por seus desacertos vitais quanto por suas melhores características. Esta autora, que se dedicou a conversar com muitos indivíduos com TDAH, aponta que apesar de uma existência marcada por distrações, bombardeio constante de estímulos vindos de todas as direções, dificuldade de discernir entre fatos relevantes e irrelevantes, inquietação e impulsividade intensas, há muitas pessoas com TDAH que são brilhantes, as quais estão presentes nas mais diversas áreas profissionais. O funcionamento cerebral dessas pessoas, pela intensidade e profundidade de suas ideias, sensações e emoções, o que lhe permite entender o mundo sob ângulos habitualmente não explorados, favorece o exercício de uma atividade humana muito importante: a criatividade. Assim, as características de hiperatividade mental, impulsividade e hiperfoco fazem com que muitas delas sejam extremamente criativas e com capacidade de se dedicar a transformar em coisas concretas ideias interessantes e fora do comum. Referindo-se às oscilações na capacidade atencional, a autora prefere utilizar o termo instabilidade de atenção, e não déficit. (Silva 2003, apud, RANGEL JÚNIOR, Édison de Britto; LOOS, Helga. 2011.)

1.1 Sintomas e Comorbidades

Esta condição neuropsiquiátrica é caracterizada por sintomas que podem variar e se manifestar significativamente de pessoa para pessoa e maneiras diferentes na vida de cada um. Os sintomas primários do TDAH são agrupados em três categorias principais: desatenção, hiperatividade e impulsividade, de acordo com o DSM-5 que estabelece critérios específicos para diagnosticar o TDAH, deve se ter pelo menos 5 destes sintomas na categoria de desatenção e /ou Hiperatividade/Impulsividade. Também é preciso estarem presentes antes dos 12 anos de idade, os sintomas podem se manifestar de maneira variada ao decorrer da vida do indivíduo, como a hiperatividade física se tornar mais mental.

- Sintomas de desatenção: Dificuldade em prestar atenção a detalhes, cometer erros por descuido em tarefas escolares ou profissionais, ter dificuldade de manter a atenção em tarefas ou atividades lúdicas, parecer não escutar quando alguém fala diretamente, não seguir instruções até o fim, dificuldade em organizar tarefas e atividades, evitação de tarefas que exigem esforço mental prolongado, perda frequente de objetos necessários e distração fácil por estímulos externos. Esses sintomas podem interferir nas atividades diárias e no funcionamento acadêmico ou profissional.
- Sintomas de hiperatividade e impulsividade: Englobam comportamentos como remexer ou batucar as mãos ou os pés, levantar-se quando se espera que permaneça sentado, correr ou escalar coisas de maneira inapropriada, dificuldade em brincar ou se envolver em atividades de lazer calmamente, agir como se "estivesse com o motor ligado" (inquietação), falar demais, interromper ou se intrometer nas conversas ou atividades de outras pessoas e dificuldade em esperar a sua vez.

Além dos sintomas primários, o TDAH também leva ao desenvolvimento de sintomas secundários, especialmente quando não é tratado, trazendo prejuízos substanciais na vida e rotina. De acordo com o livro “Mentes Inquietas” de Ana Beatriz Barbosa, psiquiatra que é TDAH, pode incluir: Baixa sociabilidade, falta de autoestima, sem motivação para aprender o que não gosta, má gerência do tempo, tendência a vícios, baixa tolerância à frustração, hiperfoco em atividades aleatórias, dificuldade em interpretar diferentes situações da realidade e ambiente. Aliás, estudos indicam que indivíduos com TDAH têm 50% de chances a mais de adquirir outras comorbidades associadas aos transtornos mentais, em comparação com

neurotípicos, como alguns transtornos de humor, por exemplo: transtorno de ansiedade generalizada (TAG), bipolaridade, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), Transtorno depressivo, etc. É importante destacar que os sintomas do TDAH podem variar de acordo com o contexto que se está inserido, mas é necessário que esteja presente em mais de um meio específico para se considerar TDAH. Além de se ter evidências claras de que os sintomas interferem no funcionamento social, acadêmico ou profissional principalmente se reduzirem sua qualidade. Então, são estes fatores que indicam a possibilidade de TDAH. No item a seguir será explicitado como este diagnóstico. E, também, as alternativas de tratamento e sua eficácia.

1.2 Diagnóstico e Tratamento:

A falta de diagnóstico e tratamento do TDAH pode ter sérias consequências. No início da vida adulta, o TDAH está associado a um risco aumentado de tentativas de suicídio, especialmente quando ocorre comorbidade com outros transtornos associados, como: transtornos de humor, conduta ou por uso de substâncias. No entanto, é fundamental entender que o TDAH pode se manifestar de forma diferente ao longo da vida. Na maioria das pessoas, os sintomas de hiperatividade motora podem se tornar menos claros na adolescência e na vida adulta, mas as dificuldades com planejamento, inquietude, desatenção e impulsividade persistem. Lembrando que o TDAH também está associado a desempenho acadêmico e profissional reduzido, rejeição social e conflitos interpessoais. Para um diagnóstico preciso, é essencial que os sintomas de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade estejam presentes em diferentes ambientes, como em casa, na escola ou no trabalho e afete de todas as esferas da vida de forma holística.

Os profissionais que podem realizar este diagnóstico são psiquiatras, neuropsicólogos e neurologistas. Mas, além de preencher pelo menos 5 dos critérios do DSM V, é de extrema importância que contenha um estudo aprofundado de cada caso, que envolve uma análise dos sintomas desde o período escolar, histórico psiquiátrico familiar e, principalmente, se não há outros transtornos envolvidos. Além disso, muitos recorrem a conversar com pessoas que convivem com o sujeito, pois é provável que se tenha uma baixa compreensão de si e da realidade. Desta maneira, ao se estudar como o TDAH se manifesta no indivíduo é mais garantido que o tratamento será mais bem direcionado. Pois, como foi dito, é possível se ter mais de um transtorno, como: Autismo e TDAH, Bipolaridade e TDAH e o mais comum

Ansiedade, Depressão e TDAH. Adquiridos justamente, por serem refêns de sentimentos de inadequação durante toda história, irritabilidade quando não se sentem ouvidos e a lista de sintomas descritos que trazem exaustão mental.

Durante o diagnóstico, é ideal que se perceba para qual eixo o transtorno se determina, se é predominantemente desatenção, predominante hiperatividade/impulsividade ou combinado. Deste modo a intervenção pode variar entre terapia cognitiva comportamental de preferência acompanhado de um bom psicólogo, medicação em dosagem adequada orientado por um psiquiatra. Também, é necessário frisar a relevância de se fazer atividades físicas, principalmente para aliviar os sintomas da hiperatividade e liberar dopamina. Mas, ainda assim, em alguns casos, pode não ser o suficiente para se ter mudanças no comportamento disfuncional. As medicações são polêmicas por, na maioria dos casos, recorrerem aos psicoestimulantes, que geralmente é o cloridato de metilfenidato, substância presente na famosa ritalina e concerta. Estes são os mais famosos e usuais para o tratamento do TDAH, porque eles aumentam a produção da região do lobo frontal do cérebro, responsável pelas funções executivas e atenção. Como foi dito, o transtorno afeta na produção de dopamina e noradrenalina no cérebro e o medicamento favorece uma produção maior destes neurotransmissores essenciais para se manter motivado e ter uma melhor organização. Entretanto, é válido lembrar que o TDAH não tem cura e é com a manutenção, constância da terapia e medicação que trazem uma melhora significativa nos sentimentos de bem-estar, produtividade e mais tolerante aos seus vícios pessoais dopaminérgicos. Estes vícios, podem ter apelo por atividades de risco (apostas, dirigir em alta velocidade), disposição a vícios de substâncias, transtornos alimentares, etc.

Muitas crianças são medicadas desde cedo e, assim, gerando polêmicas em relação ao uso. O diagnóstico e o tratamento precoces são fundamentais para minimizar as consequências negativas e permitir que as pessoas com TDAH alcancem seu máximo potencial. Portanto, o diagnóstico e tratamento do TDAH são áreas complexas e multidisciplinares, que requerem atenção, pesquisa e cuidado constante para melhorar a qualidade de vida de indivíduos com essa condição.

Esse transtorno é facilmente percebido e identificado em crianças que estão em idade escolar, pois, além de a escola ser o local em que a criança tem o seu primeiro contato social com um mundo totalmente desconhecido por ela, é também onde ela passa a maior parte do seu tempo (GOLDSTEIN, 2006 citado por RIBEIRO; PARISI, 2013.).

Com isso, é esperado que a maioria dos casos sejam identificados no período escolar. Entretanto, o diagnóstico feito em adultos, como foi no meu caso, também é possível. E, nestes casos, são em contextos que, geralmente, envolvem outros transtornos mentais associados. Já que, se descobre a partir de comorbidades adquiridas ao longo da vida, devido aos prejuízos relacionados ao transtorno. O próximo item será destinado às questões de intolerância externas relacionadas ao TDAH, que potencializam a baixa autoestima e dificuldade nas interações sociais.

1.3 Preconceito e Estigma:

Quando falamos de transtornos mentais, infelizmente, há de se esperar superficialidade no entendimento das pessoas, sejam as que possuem ou não e, assim, gerando estigmas. Isto ocorre pela ausência de psicoeducação durante a formação de cada um e, também, por já ser do vocabulário cotidiano associar termos diante de situações em que “remetam” a um transtorno, por exemplo: usar o termo “bipolar” para uma pessoa que teve uma brusca mudança de humor, associar depressão somente em contextos de tristeza ou até mesmo “brincar” que tem TDAH em uma ocasião de desatenção. Mesmo não sendo proposital, estas afirmações cotidianas reforçam estereótipos e conceitos errôneos sobre diversos transtornos que precisam ser conhecidos pelas pessoas. Porque, a meu ver, auxiliaria no entendimento das condições de pessoas neurodivergentes.

Também economizaria situações desconfortáveis de pleno julgamento ligado às diferentes formas de se manifestar, independentemente da fase da vida.

Por isso, é essencial a ocupação de psicólogos e pedagogos nas escolas, além de uma boa formação e preparo dos docentes para ter um olhar afiado para identificar certos comportamentos específicos e se adaptar/flexibilizar caso seja necessário. Lidar com a diversidade humana é complexo. E, quando falamos de transtornos mentais são fatores “invisíveis” até o respectivo aluno ter um laudo. Como foi visto, existem variadas formas do TDAH se manifestar e nem sempre é descoberto na fase escolar, porém será mais benéfico o quanto antes for diagnosticado, já que a compreensão ajuda a se entender melhor, seja a própria pessoa ou os que convivem com ela. e, com isso, minimizando as recriminações e punições advindas dos sintomas. Por isso, é essencial que se busque orientações e tratamentos adequados para que seus comportamentos disfuncionais sejam diminuídos, seja pela terapia e/ou uso de medicação e ainda prevenindo de se ter outras comorbidades. Muitas vezes essas crianças são taxadas de preguiçosas e mal-educadas; e tem muita dificuldade de adaptação ao

meio em que vivem, aumentando significativamente o nível de estresse das pessoas que convivem com elas (BENCZIK, 2000).

No ENEM 2020 (Exame Nacional do Ensino Médio), escolheu como tema de redação “O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira”. Segue o primeiro texto motivador:

A maior parte das pessoas, quando ouve falar em “saúde mental”, pensa em “doença mental”. Mas a saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. Pessoas mentalmente saudáveis compreendem que ninguém é perfeito, que todos possuem limites e que não se pode ser tudo para todos. Elas vivenciam diariamente uma série de emoções como alegria, amor, satisfação, tristeza, raiva e frustração. São capazes de enfrentar os desafios e as mudanças da vida cotidiana com equilíbrio e sabem procurar ajuda quando têm dificuldade em lidar com conflitos, perturbações, traumas ou transições importantes nos diferentes ciclos da vida. A saúde mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Todas as pessoas podem apresentar sinais de sofrimento psíquico em alguma fase da vida. (Retirado do ENEM 2020, texto motivador 1, p.19 site INEP. Disponível em: <http://www.saude.pr.gov.br>. (adaptado).)

Porém, pessoas que já nascem com um transtorno neurobiológico já se desenquadram e precisam de muita resiliência para buscar adaptação e adequação em papéis sociais. Muitas vezes se policiando para mascarar seus sintomas, mas que com um convívio mais íntimo ou por mais tempo, ficam evidentes as características exclusivas de pessoas neuroatípicas. E, quando falamos de TDAH, existem até os que duvidam que seja real ou que pensam ser uma invenção da indústria farmacêutica ou os que afirmam que todo mundo tem um pouco de TDAH. Estas “concepções” dificultam que o assunto seja levado a sério em diferentes contextos. Por isso, há uma urgência em psicoeducar a sociedade sobre o transtorno de forma completa, para que possam, tanto os que possuem e os que não possuem, desmistificar o estereótipo e algumas falas com concepções errôneas, que somente torna a vida dos que são ainda mais árduas.

“A psicoeducação pode ser aplicada de formas distintas. Quando a psicoeducação assume o formato de intervenção independente, corresponde a um processo de alfabetização psicológica, isto é, serve como uma primeira fonte de informação sobre saúde mental para população não clínica (Siegmond et al., 2016). Nessa lógica, podem ser utilizados materiais educativos, como panfletos, manuais, cartilhas e vídeos (Sehnm, Rosa, Quioca, Ferreira, & Baretta, 2016”, trecho da Tese de

Este trabalho aponta que a psicoeducação de forma geral é uma estratégia de conscientização sobre saúde mental. Além disso, enfatiza a urgência em se psicoeducar estudantes universitários sobre o TDAH e teve como proposta de intervenção a produção e distribuição de materiais informativos. A partir disso, percebi a necessidade de levar esta discussão para minha área e para a universidade. Pois, na minha concepção, não se é discutido e nem levado em consideração as neuro atipicidades na formação acadêmica, todos os alunos são tratados como “normais”.

Durante meus processos criativos, sentia muita intensidade nas relações interpessoais e com autocobrança em cada disciplina. Pois, em diversos momentos observei uma inconstância de emoções que oscilaram entre positivas e negativas atreladas aos sintomas do transtorno. A segunda, a meu ver, geralmente estava relacionada a divagação ou falar excessivamente, notei que alguns colegas não demonstravam muita paciência. Compreendo as divergências, mas ainda assim causam sensações de estar atrapalhando, fator que remete a traumas comuns relacionados a pessoas com TDAH e, com isso, atrapalhando o rendimento acadêmico. Além dos conflitos pessoais, os sintomas desfavoreciam algumas práticas realizadas em sala. Por isso, no próximo capítulo, discorro de forma mais profunda sobre como, ao meu ver, o TDAH contribuiu e atrapalhou minha formação no curso de artes cênicas. Além de ressaltar, a alta necessidade de priorizar o estudo da diversidade humana na formação docente de qualquer área do conhecimento.

2.0 Artes Cênicas, TDAH e meu processo de formação como arte-educador

O foco deste capítulo é interligar o campo do TDAH, Artes Cênicas e meu processo de formação, com o objetivo de evidenciar como as práticas teatrais e lúdicas podem beneficiar a qualidade de vida de pessoas neuroatípicas, TDAH 's especificamente. E, também, buscar apontar suas possíveis dificuldades e facilidades dentro do nicho das artes cênicas. Desta

forma, será refletida a importância de jogos teatrais que envolvem, por exemplo, concentração/atenção, momentos de autoexpressão, improvisação, etc. No capítulo anterior, vimos que os sintomas podem se intensificar ou se minimizar de acordo com contexto/ambiente em que o indivíduo se encontra. A arte da cena proporciona um espaço com grande potência criativa, maior liberdade motora, explora os sentidos, a subjetividade, a atenção, o ritmo, expressão física/vocal, improviso, processos em grupo, memória, estado de presença, tensão e alívio muscular, etc. Todos esses pontos são relevantes ao se falar de TDAH já que, muitos deles, podem ser prejudicados, potencializados ou trabalhados por meio da prática teatral.

Assim, observamos que as Artes Cênicas podem ser uma atividade terapêutica para pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade. E, embora não seja uma forma de tratamento direto para o TDAH, as atividades artísticas proporcionam benefícios emocionais e cognitivos que vem a ser úteis para indivíduos com esse transtorno, principalmente no alívio de sintomas. Logicamente, a pessoa precisa ter apreço pela área já que, como foi visto, a maior dificuldade de foco está ligada quando não se tem gosto ou interesse pelo assunto, prática, profissão ou disciplina executada. Porém, pesquisas já mostram os benefícios de qualquer prática artística/física, além de apontar uma maior inclinação para áreas que trabalham a criatividade. Por isso, segue uma abordagem de alguns pontos relacionados aos fundamentos desenvolvidos nas pedagogias teatrais que acabam sendo trabalhados e/ou melhorados, relacionando com especificidades do TDAH de forma geral e, também, pessoal:

- **Melhoria da Autoestima:** Ao participar de processos e apresentações teatrais, a autoestima, confiança e autoimagem de uma pessoa com TDAH podem ser beneficiadas. Pois, à medida que desenvolvem habilidades de expressão e recebem reconhecimento pelo seu desempenho, vão se sentir valorizados e confiantes. Já que, devido aos prejuízos advindos do transtorno, é comum que tenham problemas ligados à autoconfiança e muita exposição, justamente por carregarem um vasto histórico de situações de constrangimento e repreensão pelo seu comportamento e jeito de ser. Por isso, ao longo da vida, uma grande maioria tenta não receber tanta atenção externa e acabam mascarando os sintomas para evitar possíveis julgamentos. Todavia, notei que ao conhecer e entrar em contato com o estado performativo e alta exposição nas

atividades teatrais, os sintomas ligados à ansiedade/estresse foram minimizados, principalmente quando estava exposto em contextos diversos do cotidiano, onde os sintomas negativos ficavam ainda mais aparentes. Então, a meu ver, a prática teatral contribui para uma maior auto aceitação independentemente se há neurodivergência ou não.

- **Desenvolvimento de Habilidades Sociais:** As Artes Cênicas envolvem processos colaborativos e uma intensa interação social. Para pessoas com TDAH, isso acaba sendo uma oportunidade de desenvolver e potencializar suas habilidades sociais, como: comunicabilidade, empatia, paciência e aprimoramento de trabalho em equipe. Como foi exposto, é esperado que existam conflitos sociais nas relações de pessoas TDAH's, muitas vezes pelo seu modo impulsivo de agir e falar, momentos de divagação, esquecimentos, etc. Porém, durante os processos criativos, as características ligadas ao transtorno podem ser trabalhadas durante os exercícios e até potencializadas. Além de favorecer um ambiente de interação social com um gosto em comum, a arte da cena. Este ponto, contribuiu no meu desempenho, pois causou um sentimento maior de aceitação e pertencimento, pois, geralmente, sentia dificuldade em me adequar socialmente.
- **Atenção:** O envolvimento nos jogos teatrais, ensaios e apresentações exige um alto nível de foco e concentração. Ao praticar com constância, observei uma melhora significativa nas suas habilidades de atenção e concentração. Pois, durante os processos criativos, foram aplicados diversos exercícios que buscam despertar o corpo para o jogo teatral. E, isto incluía jogos que buscam um maior estado de atenção nos atores e atrizes e, conseqüentemente, uma maior presença em cena (ponto que teremos um item exclusivo para analisar a dualidade em se ter TDAH e buscar a presença cênica).
- **Expressão Emocional:** O teatro permite que as pessoas expressem emoções de maneira criativa e segura. Isso pode ser particularmente benéfico para TDAH 's, que muitas vezes experimentam níveis de emoções de forma intensa e oscilante no seu dia a dia. Também, é normal que tenham ainda mais dificuldade de perceber ou nomear o que estão sentindo, justamente por terem mudanças bruscas. E, no fazer teatral, é imprescindível uma escuta/atenção interna para o desenvolvimento de cenas, exercícios, etc. Até porque, muitas vezes precisamos lidar com nossas próprias

emoções e do personagem simultaneamente. Assim, ao desenvolver técnicas de autopercepção apliquei em diferentes contextos da minha vida pessoal. Além de, muitas vezes, o ambiente proporcionar acesso e liberação de sentimentos “presos” e, conseqüentemente, trazendo alívio de estresse.

- **Aprendizado Prático:** Participar de produções teatrais envolve uma multiplicidade de conhecimentos. Desde aprender a lidar consigo mesmo, seu personagem e com seus parceiros de cena, até se pensar em roteiros, coreografias, iluminação, figurino, maquiagem, cenografia, direção de cena, produção cultural, etc. Desta forma, o processo de ensino aprendizagem acontece de forma prática, envolvente interdisciplinar e, às vezes, transdisciplinar¹. Estes são outros fatores que possibilitam que, uma mente multifocal explore suas potencialidades e direcione sua energia criativa para as áreas de seu maior interesse. No meu caso, percebo uma maior fluidez em absorver e participar de forma ativa diante destes elementos. Além de, simultaneamente, lidar com algumas dificuldades presentes no transtorno, como: execução de tarefas, organização, memória, etc.
- **Desenvolvimento de Habilidades de Comunicação:** A atuação requer boa comunicação verbal e não verbal, com a prática pode ajudar a melhorar as habilidades de comunicabilidade das pessoas em geral. As pessoas com TDAH podem apresentar dificuldades de comunicação, linguagem ou processamento auditivo. Essas dificuldades podem estar relacionadas ao TDAH, mas não são necessariamente uma parte intrínseca do transtorno. Minha comunicabilidade foi se aprimorando ao longo do curso, pois percebia momentos de prolixidade, falta de atenção na fala geralmente não acompanhava o ritmo dos pensamentos, não conseguia esperar minha vez ou perceber quando parar de falar. Além de sentir que minha linguagem corporal ficou menos enrijecida ao longo da formação.
- **Autocontrole e Regulação Emocional:** Ao se fazer teatro, seja no ambiente profissional ou amador, é exigido autocontrole e regulação emocional. Questões que, quando o transtorno não é tratado, são extremamente desafiadoras para estas pessoas. E, com a prática constante do teatro vi que estes fatores foram desafiadores, mas também foram explorados com o tempo de prática. Porém, estes pontos são aprimorados primordialmente com um tratamento psicológico e/ou psiquiátrico

¹ “interdisciplinaridade considera o diálogo entre as disciplinas, porém, continua estruturada nas esferas da disciplinaridade. Na transdisciplinaridade há uma intercomunicação entre as disciplinas de tal modo que não existem fronteiras entre as disciplinas.” (definição retirada do site <https://todasasrespostas.pt/>).

adequado e bem direcionado. Até porque, quando estas questões não estão tratadas, podem ser um empecilho no desenvolvimento técnico do ator/atriz que possui o transtorno, seja durante sua formação ou durante temporadas de apresentação, como foi na minha formação.

- **Divertimento e Recreação:** As artes cênicas podem ser uma fonte de diversão e recreação para pessoas com TDAH. Pois, o ato de se adentrarem em atividades lúdicas, permitem e contribuem para o bem-estar emocional e alívio dos sintomas. O próximo item é dedicado para este tópico em “Relevância do lúdico para TDAH’s”, no qual se mostra como uma abordagem pedagógica é fator determinante para o fazer teatral.

Então, concluo que as Artes Cênicas podem ter um viés terapêutico para pessoas com TDAH. Mas, é necessário salientar que cada indivíduo é único, e o que funciona como prática terapêutica pode variar de pessoa para pessoa, além de que não substitui o tratamento que é terapia adequada e acompanhamento médico. Diante disso, é aconselhável que primeiramente o sujeito esteja com acompanhamento de um profissional de saúde mental que tenha experiência e embasamento na complexidade do TDAH para garantir um bom tratamento para que a prática performática seja um lugar de relaxamento, estudo e divertimento. Assim, seus resultados processuais poderão ocorrer de maneira mais fluida e leve. Além de estabelecer estratégias de organização e garantir apoio psicológico ao paciente.

No meu caso, percebi que, por mais que me trouxesse momentos de alívio, ainda enfrentei inúmeras dificuldades ligadas às emoções e os sintomas. Até porque, em uma graduação em Artes Cênicas, é comum se deparar com uma alta cobrança, excesso de pressão durante os processos criativos, prazos, desafios nas relações interpessoais, exaustão mental, que podem gerar ainda mais estresse e ansiedade, majoritariamente, nos que não foram tratados, pois, como vimos, as emoções se manifestam de forma ainda mais intensa em pessoas neurodivergentes. Desta forma, a atuação e a expressão artística podem servir como uma válvula de escape para o estresse e a ansiedade, que são muito comuns em pessoas com TDAH. Mas, são afetadas em contextos de desconforto.

Todavia, a Arteterapia é forma alternativa de tratamento para pacientes em diversos casos, por isso considerar os interesses artísticos é essencial para priorizar um engajamento mais espontâneo. Segue uma breve conceituação sobre o termo:

“Arteterapia considera a criatividade como um elemento comum e presente, tanto para quem faz arte quanto para quem faz terapia. Nos dois casos, a pessoa testa sua vontade, perseverança, tolerância diante da dúvida. O estímulo criativo é responsável pela solução de problemas e pela confluência de novas soluções. Por esse motivo, processos terapêuticos e expressão artística são integrados, criando, com a união de métodos e técnicas, as ferramentas necessárias (OSTROWER, 2004).”

Foi explicado que o cérebro de quem tem TDAH's busca por estímulos e recompensas. Para o indivíduo que gosta, ter uma experiência artística aumenta a captação da dopamina e os ajuda a manter o bem-estar e o foco. Independentemente da área artística, ter contato e experiência pode ajudar a liberar emoções negativas, seja por meio da pintura, teatro, colagem, dança, escrita, música, etc. E, também, ser outra forma de expressão para além da verbal, que pode ser desafiador para quem possui o transtorno. Porém, mesmo fazendo o que se gosta, ainda podem ocorrer desafios ligados à prática já que, o indivíduo ainda vai lidar com seus sintomas mesmo enquanto realiza as atividades e, como explicitarei com vivência, caso não os estimule o suficientemente se mostram indiferentes diante dos conteúdos e atividades. Por isso, em casos que envolvem sala de aula ou um terapeuta é indispensável ter uma condução criativa, sensível e flexível. Finalizo o item com esta breve citação sobre a relação da arte terapia e TDAH 's.

Crianças e adolescentes com TDAH são tipicamente buscadoras sensoriais que têm dificuldade em concluir tarefas. Isso atrapalha a aprendizagem, que por sua vez afeta a regulação emocional e o funcionamento executivo. Como resultado, eles experimentam falhas frequentes e um sentimento geral negativo de si. A Arteterapia pode resolver esses problemas com êxito, fornecendo novidades e experiências sensoriais divertidas e envolventes (SANTOS, 2004).

2.1 Relevância do Lúdico para TDAHS

Neste capítulo, examinarei mais de perto os benefícios da ludicidade, destacando a potencialidade desta pedagogia, seja no contexto escolar, terapêutico, acadêmico ou profissional para pessoas com TDAH e trazendo recortes com minha vivência. A ludicidade, geralmente associada ao jogo, brincadeira e brinquedo, é uma característica intrínseca ao ser

humano e, também, ao teatro. No senso comum cotidiano, o termo “lúdico” se está fazendo referência às denominadas atividades lúdicas, entretanto a ludicidade está associada ao estado de divertimento que, geralmente, ocorre por meio de atividades (LUCKESI 2014). Anteriormente, apontamos que os jogos teatrais aprimoram a atenção, a criatividade, as habilidades sociais e o bem-estar emocional de pessoas no geral e pessoas com TDAH, que nos casos de hiperatividade dominante ou combinado, existe um excesso de energia que quando é liberada, acaba amenizando este sintoma que pode ser sentido como inquietude ou angústia.

Além disso, na fase escolar a ludicidade se mostra como abordagem pedagógica preparando os estudantes para o convívio social. E, para os que são TDAH é essencial que aprendam a brincar e a jogar justamente por terem dificuldades de seguir regras, esperar sua vez, baixa tolerância a frustrações, se concentrar em uma única atividade, etc. Por isso, é notório que o papel do lúdico contribui para o aprimoramento do desenvolvimento social de TDAH's.

A ludicidade, infelizmente, perde espaço para aplicação à medida que os anos vão se passando e os alunos vão crescendo no âmbito escolar. E, devido ao perfil e modelos presentes na maior parte das escolas, o processo de ensino aprendizagem se prende em um padrão específico em que todos devem permanecer sentados, enquanto o professor passa os conteúdos das disciplinas. Desta forma, a aprendizagem se minimiza em um modelo sistêmico de reprodução de conteúdo. Além disso, estas condições acabam sendo opressoras e disfuncionais para pessoas com TDAH por, na maioria dos casos, não se enquadrarem neste formato e acabam enfrentando desafios significativos na sala de aula e, em muitos casos, sendo taxados como “burros”. Além de não terem a oportunidade de usarem toda sua potencialidade cognitiva.

“A dificuldade dos profissionais de Educação, em pensar e lidar com as diferenças, não só físicas, mas também culturais apresentadas pelos alunos é histórica. Hoje se reconhece a necessidade de valorizar e trabalhar os jogos e brincadeiras, como heranças da cultura local, regional e universal, estabelecendo relações possíveis entre esses níveis, preservando e aprendendo a aceitar e conhecer as diferenças culturais entre as pessoas.” (Café, 2018)

Além das questões culturais, existem condições de neurodivergências, sociais, gênero e raça que precisam ser levadas em consideração. Por isso, a introdução de jogos e atividades lúdicas no ensino é uma estratégia eficaz para envolver todos os tipos de alunos e, assim,

promover a integração, respeito e aceitação das diferenças. Essas atividades pedem por criatividade, incentivam a participação ativa e proporcionam um processo de aprendizado mais dinâmico, fator crucial quando falamos de ensino e alunos com TDAH. Ressaltando que os jogos podem ser adaptados para focar em áreas específicas de dificuldades, como a atenção e o controle da impulsividade. O planejamento de atividades lúdicas deve levar em consideração os interesses e os desafios específicos de cada aluno, permitindo uma experiência educacional mais eficaz. Percebo que minha atenção sempre foi mais conquistada em propostas que envolvessem dinamicidade, cores, etc.

Durante a fase adulta é comum que o transtorno se mostre de outras formas, a hiperatividade, por exemplo, pode se direcionar para o campo mental. Pois, à medida que crescemos vamos aprendendo a como se “portar” para sermos aceitos no contexto social e muitas vezes reprimindo nossa essência e alguns desejos como de se movimentar e se divertir, por exemplo. Porém, a brincadeira é um meio que permitimos nossa espontaneidade aparecer, liberamos tensões do cotidiano e não necessariamente estamos pensando nas nossas frustrações ou em ser produtivos ou focando nas ansiedades existenciais ou pensamentos desfavoráveis. E, nos casos não tratados, vimos que as chances de adquirir comorbidades são altas e que a resiliência é algo crucial para manter estas pessoas, que carregam um histórico de autodepreciação, vivas.

“O jogo faz esquecer por um breve espaço de tempo, a árdua tarefa de existir. É alívio em meio às tensões da vida. Por isso, tomamos o jogo como um verdadeiro instrumento lúdico, pelo estado de ânimo que este pode provocar no jogador. O sujeito joga o jogo em favor de seu divertimento.” (Café, Ângela. 2018).

Enquanto isto, no ensino do teatro, o lúdico é sempre priorizado e exaltado. Afinal, brincamos de “faz de conta”. E, o fazer teatral proporciona abordagens metodológicas alternativas, que envolve atividades divertidas, interativas e estimulantes, como: jogos que trabalham os sentidos, a improvisação, a dramatização, etc. Uma das maiores referências sobre jogos teatrais é a americana Viola Spolin (1906-1996), que foi precursora no que entendemos hoje como “jogos teatrais”, ela provoca o treinamento do ator/atriz por meio de exercícios estimulantes com ênfase no improviso para trazer, de forma lúdica, a espontaneidade. E, ainda, trabalhar a subjetividade, intuição e potencialidades criativas de cada aluno.

Através da espontaneidade somos re-formados em nós mesmos. A espontaneidade cria uma explosão que por um momento nos liberta de quadros de referência

estáticos, da memória sufocada por velhos fatos e informações, de teorias não digeridas e técnicas que são na realidade descobertas de outros. A espontaneidade é um momento de liberdade pessoal quando estamos frente a frente com a realidade e a vemos, a exploramos e agimos em conformidade com ela. Nessa realidade, as nossas mínimas partes funcionam como um todo orgânico. É o momento de descoberta, de experiência, de expressão criativa (SPOLIN, 2012, p. 4)

Este tipo de experiência é quase um privilégio, já que vivemos em um sistema ríspido e que não abre espaço para este tipo de prática. E, como foi falado, há uma urgência de expressão criativa nas pessoas com TDAH. Por isto, os ambientes que elas frequentam precisam de estímulos viáveis para garantir um melhor desempenho nas suas tarefas. Pois, dificilmente irão se adequar aos padrões escolares e profissionais, por exemplo. Desta forma, incrementar a ludicidade nestes ambientes é um bom caminho para garantir um maior interesse e qualidade de trabalho ou aprendizado por parte deles. Já o campo das artes cênicas, vai aplicar constantemente metodologias ativas e que precisam de uma potencialidade criativa e participação ativa.

Então, é interessante que estas pessoas busquem, se possível, espaços que proporcionem uma maior dinamicidade de ações, para que suas qualidades surjam de maneira potente e que não acentue seus sintomas disfuncionais. Nos casos escolares, é indispensável que os professores conheçam sobre o assunto e que estejam aptos para flexibilizar sua forma de aplicar os conteúdos ou de como tratar estes alunos que, geralmente, são taxados de preguiçosos, irresponsáveis, etc. Além disso, descobrir o que desperta interesse na criança é uma boa forma de captá-la e entendê-la. Como foi exposto, o campo das artes no geral pode ser um começo para “ler” a criança de uma outra forma ou provocá-la de um jeito fora do padrão.

A arte abre espaço para abordarmos diferentes temáticas, independente da disciplina. Assim, os docentes podem pesquisar formas de agregar um momento estético ou lúdico de forma interdisciplinar para, inclusive, favorecer um maior entendimento do conteúdo. Pois, ao se passar por uma experiência artística, o conhecimento abordado reforça o processo de ensino aprendizagem, já que temos uma participação ativa. Diferentemente do tradicional, que é priorizado aulas expositivas, em que a aprendizagem é, majoritariamente, apenas receptiva. E, também, não permite reflexões mais profundas que estimulem o senso crítico. Então, ao se pensar em uma pedagogia Libertadora, é urgente que se valorize as experiências lúdicas e estéticas para formar estudantes que se conheçam e que sejam capazes de exercer a

autonomia, a empatia, a criticidade e que saibam enfrentar de forma saudável as suas próprias dificuldades.

“O aprendizado estético é o momento integrador da experiência. A transposição simbólica da experiência assume, no objeto estético, a qualidade de uma nova experiência. As formas simbólicas tornam concretas e manifestas as experiências, desenvolvendo novas percepções a partir da construção da forma artística. O aprendizado artístico é transformado em processo de produção de conhecimento.” (SPOLIN, 2008. p.26).

Então, a escola se tornaria um mediador e preparador para as próximas fases que exigem mais complexidade. E, ainda assim, teriam abrangência em como buscar a inclusão de cada alune e sua especificidade. Além de fundamentar sobre as questões sociais, usando-os como referências.

2.2 Aspectos Favoráveis e Desfavoráveis

Mesmo trabalhando a ludicidade no campo teatral, neste item levantaremos as possíveis questões (positivas e negativas) que TDAH 's podem ter ao praticar esta linguagem. Quando trazemos o assunto Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade, é esperado que se ressalte as suas maiores dificuldades e sintomas prejudiciais nos diversos campos da vida do indivíduo. Porém, o transtorno vem, muitas vezes, acompanhado de características que, em uma perspectiva artística, podem ser proveitosas durante a execução de processos criativos. Neste capítulo é explicitado como se expressar artisticamente pode ser benéfico para estas pessoas, agora busco pontuar algumas “vantagens” que se pode ter ao trabalhar com atores e atrizes com TDAH em ressonância as informações trazidas e tópicos pessoais.

- **Energia criativa:** Muitas pessoas com TDAH têm uma imaginação vívida, são altamente criativas e costumam enxergar o mundo de forma muito particular e, para arte da cena, estes atributos são muito valorizados devido a multiplicidade de urgências criativas que surgem ao se criar um personagem e/ou espetáculo. Na minha vivência acadêmica, precisava filtrar esta energia já que muitas vezes aparecia em excesso. Porém, sempre se mostrou útil devido à alta demanda criativa.
- **Hipérbole e Exagero:** A hiperatividade pode se manifestar como um exagero de gestos e expressões faciais, é comum que estas pessoas gesticulem de forma

exacerbada, ou seja, mais que pessoas neurotípicas. Isto pode ser uma vantagem em atuações teatrais e dramáticas pois um corpo dilatado ou não cotidiano é necessário e, de certa forma, isto já pode ser um traço natural do sujeito. De fato, esta característica foi algo que sempre existiu no meu comportamento, porém se manifestava de maneira mais potente quando me sentia mais à vontade e confortável com as pessoas que compartilhavam o mesmo ambiente de trabalho e estudo. Observo momentos de facilidade em manifestar meus desejos e “trejeitos” e outros que reprimia em certo grau.

- **Hiperfoco:** Embora TDAH 's se esforcem mais que o normal para se concentrar em tarefas que não lhes interessam, a atenção transita para o fenômeno chamado "hiperfoco", onde se concentram intensamente naquilo que é altamente cativante para eles. Caso, o indivíduo sinta paixão ou desejo pela participação em aulas de teatro e tenha construído uma segurança como performer, pode levar a ter um foco extraordinário no processo criativo, nos exercícios e, também, durante as apresentações. No meu caso, observei episódios de hiperfoco durante as aulas e potencializado por jogos que trabalhavam concentração. E, episódios de desfoque devido à alta pressão e multifocos.
- **Espontaneidade:** Pessoas com TDAH geralmente são espontâneas e extrovertidas. Além disso, como foi dito no primeiro capítulo, a impulsividade faz com que sejam muito “evento-resposta”. Deste modo, costumam reagir e improvisar de forma imediata nas situações cotidianas, o que pode ser uma habilidade valiosa no teatro, especialmente durante as situações em que o improviso é trabalhado cenicamente. Exercícios que trabalham a improvisação sempre foram um refúgio, pois me considero uma pessoa espontânea desde sempre e sentia mais livre para criação.

A relação entre o TDAH e as artes cênicas vai variar de acordo com o indivíduo. Algumas pessoas com o transtorno podem encontrar nas artes cênicas uma maneira de canalizar sua criatividade e energia, enquanto outras podem enfrentar desafios específicos relacionados ao transtorno, ou acontecer ambos simultaneamente. A compreensão de suas especificidades e o apoio adequado tanto do diretor/professor, quanto dos seus colegas de turma são fundamentais para permitir que as pessoas com TDAH participem, se engajem e se sintam bem-sucedidas e acolhidas nas artes cênicas. Até porque, independentemente de ser neuroatípico ou não, é necessário prezar pelo respeito no ambiente de trabalho/estudo. E, também, ter empatia com cada integrante do grupo e respeitar suas diferenças é fundamental.

Pois, cada um apresentará um repertório, ritmo único e terão aptidões em níveis distintos. Porém, continua sendo inerente que os TDAH 's, apresentem sintomas e, possam ter comportamentos disfuncionais, especialmente os que não foram tratados, de forma ainda mais notória. Veja os tópicos a seguir:

- **Desatenção:** A dificuldade em se concentrar nos ensaios, memorizar falas ou seguir direções precisas podem ser um obstáculo, principalmente para atores/atrizes iniciantes. Com o tempo de prática, é esperado que o performer encontre seu próprio jeito de compensar estes momentos de divagação. Entretanto é possível que, em alguns contextos, o ritmo para atingir algumas propostas possa ser mais lento que os outros colegas. Além disso, a desatenção afeta a gerência do tempo, que costuma ser caótica para quem tem o transtorno, influenciando em como o sujeito lida com horários, prazos e demandas emergenciais. Às vezes, podem se propor a realizar certas atividades que, na verdade, não irão conseguir realizar no tempo determinado. Isto se aplica sobretudo nos casos não tratados. Também podemos citar esquecimentos frequentes, não entender o comando solicitado e excesso de desorganização. Apresento estas reflexões também em ressonância com minha vivência universitária, assim como os próximos tópicos.
- **Hiperatividade e Impulsividade:** A impulsividade pode levar a terem comportamentos que não colaboram com o processo de criação, pois ela pode se manifestar no excesso de fala durante as aulas, interromper os comandos do diretor ou os colegas, tomar decisões impulsivas que não estão de acordo com a proposta, não pensar antes de falar ou não ter “tato” na fala referente aos outros, não conseguir esperar sua vez, dificuldade em ficar parado durante exercícios, ensaios ou apresentações
- **Frustração:** A baixa tolerância à frustração e ansiedade relacionadas ao TDAH é um fator determinante que pode interferir no desempenho e na capacidade de lidar com todas as coisas que foram listadas anteriormente. Já que, são atitudes que afastam os outros que convivem com isto. E ainda, para quem vê de fora, não aparenta ser um sintoma de um transtorno, e sim um traço da personalidade. Desta forma, é comum que o indivíduo se sinta culpado e o estresse surja, podendo afetar processos criativos e apresentações de maneira pessoal e, às vezes, coletiva. Principalmente quando há um vasto campo de frustrações.

A trajetória de quem tem TDAH é repleta de altos e baixos. Ademais, quando se percebem julgados ou não compreendidos, costumam sentir as emoções de maneira muito intensa. Isto ocorre pois, além da neurodivergência, carregam um histórico de decepções pela sua forma de ser. Por isso, é delicado falar que existam vantagens em ser TDAH, já que o peso deste diagnóstico sempre vem acompanhado de danos substanciais na vida do indivíduo. Entretanto, o âmbito artístico pode vir a ser um lugar de refúgio expressivo, aprendizado dinâmico e um espaço que favorece a canalização de sua energia de uma forma positiva e uma oportunidade de revelar suas aptidões criativas. As artes cênicas, especificamente, favorecem o autoconhecimento, a liberdade motora e, também, podem minimizar os sintomas, como foi dito anteriormente. Segue um trecho do livro:

“O ponto chave para se trabalhar as três principais características do TDAH – desatenção, hiperatividade e impulsividade – será no momento de transformar as informações obtidas em cenas teatrais. Por ser uma atividade em que a criatividade fala mais alto do que a disciplina, a desatenção será compensada pelo interesse em participar ativamente da atividade. E como no teatro cada ator deve aproveitar ao máximo suas exclusivas características, a hiperatividade deve ser pensada não como empecilho à prática teatral, mas como um elemento a ser considerado e utilizado no momento de criação dos personagens. Dessa forma, papéis que exigem mais animação e movimentos acentuados podem ser executados com perfeita maestria por pessoas com TDAH.” (Cunha, Júnior em “Oficinas pedagógicas para uma educação Inclusiva”, capítulo 10, O teatro do oprimido como método pedagógico para pessoas com TDAH)

Augusto Boal (1996, p. 29), criador deste método, afirma que “o Teatro do Oprimido se desenvolve em três vertentes principais: educativa, social e terapêutica”. A partir da variedade de técnicas e jogos que Boal propõe, se utiliza da história, características e subjetividade dos atores e atrizes para se criar cenas em diferentes contextos, como: O Teatro Fórum, uma das técnicas que em um momento da cena é solicitado a interferência do público ou o Teatro Invisível que leva cenas criadas para fora do palco e as coloca em contextos reais do cotidiano em que o público não sabe que é uma cena, misturando realidade e performance.

Geralmente, se está abordando situações de opressão vividas ou criadas pelos atores e atrizes. Desta forma, trazendo o protagonismo para o oprimido e fazendo que “reviva” situações de gatilho. Além de abrir discussões sobre o assunto abordado, favorecendo a reflexão de forma lúdica e, ainda, sendo uma atividade terapêutica para os envolvidos. Portanto, a escolha do método pode ser mais ou menos favorável quando lidamos com o

público TDAH, o ideal é que durante as práticas cênicas se observe quais técnicas e estímulos são mais instigantes para esta especificidade. Mas, vale ressaltar que, com um ambiente acolhedor e com uma condução sensível, que não reprime a liberdade criativa, estarão disponíveis para imergir na condução e propostas. A chave é o prazer a ser despertado nos alunos. A busca por um envolvimento saudável ressalta os aspectos positivos que estas pessoas podem trazer para o ambiente criativo.

2.3 Presença X Desatenção

Anteriormente, abordamos alguns aspectos favoráveis e desfavoráveis. E, o tópico da atenção merece um destaque já que, na minha concepção, há uma grande dualidade em buscar a presença em cena e ser TDAH. Quando falamos de estar em performance na arte da cena, também estamos falando sobre um estado de presença não cotidiano e multifocal. Existem muitos desafios que envolvem acessar o estado performático, pois além do ator/atriz/performer precisar ter plena atenção da sua localização no espaço, do grupo, dos seus sentimentos, da sua gestualidade, também é preciso lidar com um público e garantir que eles se envolvam com o que está sendo proposto. Desta forma, nenhuma forma de distração é bem-vinda já que estamos lidando com a arte do agora, a arte do instante. Por isso, para uma mente inquieta e reativa, muitas vezes, é uma questão.

“O fluxo abre uma dimensão temporal: o presente do presente. A capacidade de conhecer e habitar este presente dobrado determina a presença do ator. Perder-se nos arredores do instante – na ansiedade do futuro do presente ou na dispersão do passado do presente – faz com que o agente se ausente de sua presença. A qualidade de presença do ator está associada à sua capacidade de encarnar o presente do presente, tempo da atenção. O passado será evocado ou o futuro vislumbrado como formas do presente.” (Fabião, 2009)

Quando falamos de pessoas TDAH, todos estes conceitos são ainda mais desafiadores e um tanto controversos, porque, como que um ator/atriz com TDAH pode garantir um bom estado de presença sendo que um dos seus principais sintomas envolve a desatenção? As ferramentas teatrais, como jogos e treinamento físico, existem justamente para despertar um estado de atenção em todos que praticam. Porém, para estes neuroatípicos, podem ocorrer resultados bem-sucedidos ou não. Já que, como foi falado, eles tanto podem ter episódios de hiperfoco que garantem uma maior entrega/presença ou episódios de desinteresse, divagação, ansiedade ou insegurança diante de situações e propostas vividas no meio teatral. Além disso, alguns pontos mais “mecanizados” do teatro como decorar textos, ficar horas em um mesmo

exercício, ou repetir cenas de forma automatizada são pontos que podem vir a ser entediantes ou desmotivantes para TDAH 's.

Obviamente, são retratos que podem se aplicar a todos os tipos de pessoas, mas ao se tratar de uma alteração do neurodesenvolvimento, os sentimentos que surgem de desinteresse são exorbitantes, em alguns casos levando o performer a paralisação. A complexidade de um cérebro TDAH é desafiante, por isso um dos primeiros passos é entendê-lo. Pela psicoeducação e um vasto repertório de técnicas, ficará mais fácil para o professor decodificar certos comportamentos individuais, compreendendo suas especificidades e urgências e, assim, aplicar técnicas pedagógicas que realmente favoreçam encontrar este estado de presença, além de se legitimar o diálogo.

2.4 PEDAGOGIA DO TEATRO E DIVERSIDADE

O título deste item remete ao nome atribuído para uma disciplina instituída no último currículo de licenciatura do curso de artes cênicas da UnB. No primeiro semestre de 2020, foi institucionalizado este novo currículo que recebeu acréscimos e alterações em disciplinas previstas no anterior (2016). Como ingressei na universidade em 2018, ela não era ofertada e, conseqüentemente, não foi obrigatória para mim. Porém, mesmo sem ter cursado, celebro sua existência. Pois, ela garante que, atualmente, a formação do licenciando seja fundamentada por assuntos urgentes e referentes à inclusão, como questões ligadas a gênero, raça, deficiência, neurodivergência, etc. A partir destas discussões, os discentes saem mais instruídos e preparados para exercer a docência e lidar com a pluralidade de pessoas e suas individualidades. De acordo com o objetivo o site SIGAA, aponta:

“Contribuir para o desenvolvimento de práticas teatrais pedagógicas inclusivas por meio da difusão de saberes e compartilhamento de experiências artísticas e pedagógicas na prevenção e enfrentamento de quaisquer formas de violação dos direitos humanos”. Também é listado os conteúdos abordados, que são: Direitos humanos na Educação; Educação e acessibilidade, inclusão da neurodiversidade e da pessoa com deficiência / necessidades específicas; Diversidade sexual, diversidade de gênero e feminismo; Diversidade sociocultural e relações étnico-raciais; Epistemologias e metodologias decoloniais; Ensino da história e cultura afro-brasileira e indígena na Educação Básica; Relações de ensino-aprendizagem e combate ao preconceito, opressões e violências: capacitismo, intolerância religiosa, LGBTfobia, machismo, racismo, sexismo e xenofobia. (Retirado do site SIGAA, Ementa da disciplina “Pedagogia do Teatro e Diversidade”, 08/11/23).

Fica visível que esta atualização dialoga com assuntos urgentes e pertinentes dos dias atuais. Porém, durante minha formação estes assuntos foram trazidos em outros contextos e, alguns, de forma superficial ou não apareceram. E, para haver uma maior harmonia entre a relação professor e aluno, estes tópicos são indispensáveis. Afinal, a profissão exige que sempre se esteja atualizando o conhecimento para se entender as camadas ligadas ao identitarismo para favorecer a autopercepção de cada um. Sobre as neurodivergências, precisamos lembrar que já é um assunto que vem sendo estudado há décadas e sempre é atribuído o papel da escola para reconhecer possíveis traços de alunos neuroatípicos. Por isso, a psicoeducação na formação docente é crucial para que o acolhimento seja efetivo, ao invés de afastar o aluno devido às suas características. Principalmente porque o professor precisa compreender certos sintomas para tomar as medidas necessárias, seja alertando os pais, a direção, a psicóloga nos casos escolares. E, também, ter medidas para exercer com maestria sua função educacional.

Todavia, ainda há uma precariedade na capacitação dos professores em relação ao TDAH. Aliado a isso, a falta de estímulo e de valorização do professor também pode ser considerada um ponto bastante pertinente, pois na grande maioria das vezes o professor está desgastado pelo fato de enfrentar uma rotina e carga horária maçantes e bem estressantes, e, se ele não está motivado, com toda certeza não conseguirá exercer bem suas funções. Embora esses fatos sejam relevantes, isso não exime o professor do seu real papel dentro do contexto escolar, o de ensinar (NAVARRO, 2014; OLIVEIRA, 2017).

O tópico saúde mental está intrínseco em tudo que foi exposto, seja do aluno que possui sua peculiaridade ou do professor que pode ter dificuldades por não saber que “tipo” de pessoa pode estar lidando. E, transtornos mentais, é um fator que dificilmente é visto de primeira. Devido a isto, é essencial que se tenha uma educação psicossocial e treine o olhar para possíveis identificações, já que uma sinalização sobre um comportamento específico pode antecipar um diagnóstico que, muitas vezes, salva vidas ou resulta em uma mudança significativa. E, a disciplina de artes pode ser reveladora por justamente permitir uma leitura mais profunda e ligada à subjetividade, como: desenhar algo, improvisar uma cena, contar uma história, cantar uma música.

Então, é preciso frisar a relevância em se estudar esses conteúdos para garantir que durante as aulas não se cometa equívocos ou preconceitos referente aos alunos. E, também, aplique estes conhecimentos para ampliar a percepção de si e da sociedade em geral. A partir

desta reflexão, surge um questionamento: Quais as estratégias pedagógicas que mais funcionaram no meu processo de formação de ator e quais outras alternativas poderiam ser implementadas para despertar um maior potencial criativo e de bem-estar no que diz respeito à condução didática no processo estético e performático. Em acréscimo, quais estratégias poderiam ser executadas para reduzir a disfuncionalidade nas funções executivas para indivíduos que não tomam psicoestimulantes.

2.5 Formação docente e Psicoeducação nas Artes Cênicas

O conhecimento sobre neurodivergências deve ser propagado de forma intensiva no campo da docência. No recorte específico de cursos de graduação de Artes Cênicas, (bacharelado e licenciatura), lidamos de forma muito mais direta e íntima com os alunos em comparação com os outros cursos. E, também, é preciso garantir que todos os alunos se mantenham ativos com a prática cênica para atingir bons resultados de estudo. Pois, um corpo disponível e presente são elementos primordiais no contexto das artes cênicas. Todavia, pessoas com TDAH enfrentam dificuldades, como foi pontuado. Desta forma, para retrain este fator, é necessário que a formação de cada professor contenha fundamentos ligados à neurodiversidade, porque, quando se é entendido a fundo um transtorno, as chances de buscar caminhos para contemplar as peculiaridades são maiores.

Por isso, ter consciência do que se trata e como pode se manifestar no contexto acadêmico é fundamental. A partir deste conhecimento é esperado uma maior compreensão e empatia, essencialmente diante de contextos que, no caso de TDAH 's que podem trazer desconforto para o ambiente ou, agir de forma que gere umas más interpretações devido ao seu comportamento disfuncional. Além disso, o apoio do docente para estas pessoas faz uma diferença absurda em relação ao seu desempenho acadêmico. Portanto, para ter uma maior acessibilidade pedagógica, segue algumas estratégias de ensino que podem ser eficazes para alunos com TDAH nas aulas de artes cênicas. Início apontando o potencial em explorar variados estímulos sensoriais, como: música, luzes, elementos visuais, que podem manter o interesse e a atenção dos alunos e ainda servir como potência criativa; O reforço positivo é indispensável pois ao se reconhecer e recompensar os esforços, realizações dos alunos garante que o engajamento seja mais acentuado. Isso pode ser feito por meio de elogios ou feedbacks construtivo, pois a baixa tolerância à frustração afeta todo desempenho já construído pelo aluno; ambiente de apoio: O ambiente onde os alunos se sintam acolhidos, apoiados e

valorizados é essencial para se construir de relações positivas com os alunos e oferecendo ajuda quando necessário e promovendo um clima de respeito e inclusão.

Infelizmente, é esperado que os sintomas dificultem a execução de algumas tarefas ao longo do curso. Por isso, além dos professores cultivarem a empatia para compreender as experiências dos alunos com TDAH também pode ser viável eles estarem dispostos a adaptação do currículo/programa para viabilizar uma maior flexibilidade de acordo com o ritmo e necessidades dos alunos TDAH e oferecer suporte adicional quando necessário. A paciência também é outro fator a ser reconhecido e priorizado, já que o foco e a atenção são afetados constantemente, influenciando no ritmo em que os alunos absorvem as informações. Juntamente a isso, se comunicar de maneira sensível e eficaz para compartilhar informações relevantes pode garantir o sucesso do aluno com TDAH. Um dos caminhos para estimular pessoas com TDAH é despertar sua curiosidade perante os conteúdos e práticas abordadas.

O exercício da curiosidade convoca a imaginação, a intuição, as emoções, a capacidade de conjecturar, de comparar, na busca da perfilização do objeto ou do achado de sua razão de ser. Um ruído, por exemplo, pode provocar minha curiosidade. Observo o espaço onde parece que se está verificando. Aguço o ouvido. Procuo comparar com outro ruído cuja razão de ser já conheço. Investigo melhor o espaço. Admito hipóteses várias em torno da possível origem do ruído. Elimino algumas até que chego a sua explicação. (Freire, Paulo em *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*).

Independentemente da disciplina, especialização, titulação, a curiosidade é o principal estímulo que um professor deve se apegar, pois as informações vão sempre se atualizar e ao se atualizar juntamente ampliaremos nosso conhecimento e isto favorece a inclusão dos que irão exercer suas futuras profissões. Por isso, é imprescindível que as instituições favorecem as possibilidades de instruções para conhecimentos múltiplos, majoritariamente aqueles que favorecem a complexidade humana, já que é um fator a ser lidado inerente na profissão.

(...) é interessante observar que a minha experiência discente é fundamental para a prática docente que terei amanhã ou que estou tendo agora simultaneamente com aquela. E vivendo criticamente a minha liberdade de aluno ou aluna que, em grande parte, me preparo para assumir ou refazer o exercício de minha autoridade de professor. Para isso, como aluno hoje que sonha com ensinar amanhã ou como aluno que já ensina hoje, devo ter como objeto de minha curiosidade as experiências que venho tendo com professores vários e as minhas próprias, se as tenho, com meus alunos. (...) (Freire, Paulo em *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*)

Como futuro arte-educador me sinto na obrigação de pesquisar, reconhecer e atualizar modelos e normativas que, às vezes, são ignoradas. E, ainda, agregar por meio do meu repertório particular para produzir mais registros sobre o assunto.

Conclusão:

A inquietude de se trazer luz para os assuntos apresentados nesta monografia foi o principal catalisador da pesquisa, tanto por um propósito social/coletivo, como pessoal. Com a finalidade de contextualizar de forma mais atual e profunda sobre o transtorno no primeiro capítulo, exercitando a psicoeducação diante do tópico “TDAH”. Justamente, para trazer uma maior compreensão e fundamentação ao leitor, principalmente, quando é introduzido o tópico das Artes Cênicas e meus relatos pessoais.

Percebo que, a urgência em se discorrer sobre a temática surge, também, ao perceber pouca adesão de conscientização sobre indivíduos com transtornos mentais na universidade, mesmo o tópico de saúde mental sendo bastante discutido. Porém, como falar em saúde mental sem conscientização sobre neurodivergências? Além disso, não encontrei pesquisas sobre a interferência do transtorno em universitários que cursam, especificamente, Artes Cênicas. E, como vimos, por meio da psicoeducação, seja em professores ou alunos, o processo de formação para neuroatípicos pode ser beneficiado. Pois, é preciso um ambiente que favoreça suas questões e que não as exclua. Sempre haverá um grau de dificuldade ao se conviver com qualquer neuroatipicidade e, mesmo fazendo uma atividade com potencial terapêutico, como as artes cênicas, é preciso lidar com os sintomas específicos de cada transtorno. Também foi ressaltado que certas características do TDAH, especialmente, podem ser um potencial para arte da cena. Assim, como podem vir a ser interessantes para outros cursos.

Portanto, defendo um contexto social e educacional que a psicoeducação difundida seja um dos caminhos para favorecer qualquer aplicação pedagógica. A partir disso, coloco em pauta a relevância da fundamentação deste assunto para docentes, mesmo os que já completaram sua formação acadêmica. Pois, como professor devo saber que sem a curiosidade que me move, que me inquieta, que me insere na busca, não aprendo nem ensino, (Freire, 2004). Independente do tempo de estudos, como educadores, precisamos sempre motivar nosso papel de pesquisador, priorizando as atualizações sobre o desenvolvimento humano, conhecimentos educacionais e científicos envolvendo a complexidade e diversidade humana. Além de exercitar a empatia em múltiplos contextos, principalmente os que

desafiam. Finalizo, com a percepção de que ainda há muitas interrogações sobre os tópicos apresentados e questionamentos que regem este assunto. Mas, com a sensação de ter iniciado uma importante pesquisa e com potencial para inúmeros desdobramentos futuros que podem agregar tanto o campo da licenciatura, quanto do bacharel em artes cênicas. E, ainda, instigar que outros transtornos também sejam pesquisados.

Referências Bibliográficas:

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BENCZICK, Edyleine Bellini Peroni. Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade. Atualização Diagnóstica e Terapêutica. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

BOAL, Augusto. O arco íris do desejo: o método Boal de teatro e terapia. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1996.

CAFÉ, Ângela Barcellos. O jogo lúdico na escola de ensino básico. LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, v. 21, n. 4, p. 1-25, 2018.

CALIMAN, Luciana Vieira. Notas sobre a história oficial do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade TDAH. Psicologia: ciência e profissão, v. 30, p. 46-61, 2010.

CUNHA, Junior. O teatro do oprimido como método pedagógico para pessoas com TDAH. 2020.

Escola e desenvolvimento psicossocial segundo percepções de jovens com TDAH. Édison de Britto Rangel Júnior. Helga Loos. Universidade Federal do Paraná, Curitiba-PR, Brasil.

FABIÃO, Eleonora. Corpo cênico, estado cênico. Contrapontos, v. 10, n. 03, p. 321-326, 2010.

Facion, J. R. (2003). Transtornos de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH): Atualização clínica. *Revista de Psicologia da UnC*, 1(2), 54-58.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2004.

LUCKESI, Cipriano. Ludicidade e formação do educador. *Revista Entreideias: educação, cultura e sociedade*, v. 3, n. 2, 2014.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de. *Psicoeducação do transtorno de déficit de atenção/hiperatividade em estudantes universitários*. 2017.

OSTROWER, F. *Criatividade e Processos de Criação*. Petrópolis: Vozes, 2004.

PHELAN, Thomas W. *TDA/TDAH – Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade*. São Paulo: Makron Books, 2005.

RIBEIRO, Marta Maria; PARISI, Cristina. Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH): prejuízos psicossociais às crianças em fase escolar. *Caderno de Ciências Biológicas e da Saúde*, n. 2, 2013

Rohde, L. A., & Halpern, R. (2004). Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade: Atualização. *Jornal de Pediatria*, 80(Supl. 2), S61-S70.

SANTOS, D. P. A relação dialógica no processo terapêutico de crianças com dificuldades de aprendizagem. In: CIORNAI, S. (Org.). *Percursos em Arteterapia*. São Paulo: Summus, 2004.

SPOLIN Viola. *Jogos Teatrais: o fichário de Viola Spolin*; tradução de Ingrid Dormien Koudela. São Paulo: Perspectiva, 2012.

Sites Citados:

Provas e Gabaritos — Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira | Inep (www.gov.br) Acesso: em: 04/11/2023

Sistema Integrado de Gestão de Atividades Acadêmicas (unb.br) Acesso: 08/11/2023

Live: https://www.instagram.com/p/CFxv0HnHWq/?utm_source=ig_web_copy_link&igshid=MzRIODBiNWFIZA== Acesso: 12/11/2023

Qual a diferença entre transdisciplinar para interdisciplinar? (todasasrespostas.pt)
Acesso 17/12/2023

Bibliografia complementar:

A ARTETERAPIA COMO INTEGRAÇÃO DOS ALUNOS COM TDAH NO ENSINO FUNDAMENTAL, BETH NIA FRICKS JORDÃO BELONIA MOTA. FACULDADE VALE DO CRICARÉ MESTRADO PROFISSIONAL EM CIÊNCIA, TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO. SÃO MATEUS – ES 2020.

ASSIS, A. M. Os efeitos da Arteterapia na aprendizagem: uma análise do desempenho de alunos concluintes do Ensino Fundamental de uma escola pública. 2013. 167f. Dissertação (Mestrado). Instituto de Educação. Universidade Lusófona, Lisboa, 2013.

BAHIENSE, Ruth Machado. A INCLUSÃO DOS ALUNOS COM TDAH: PROPOSTAS DE COMO ELIMINAR AS DIFICULDADES PSICOMOTORAS COM USO DE JOGOS. DIÁLOGOS ENTRE CONSTRUÇÕES DE NOVOS SABERES: educação à distância, o ensino remoto e a formação do professor, p. 137.

BOAL, Augusto. 200 exercícios e jogos para o ator e o não ator com vontade de dizer algo através do teatro. 4. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1982

CAMPOS, Aline Soares et al. O jogo como auxílio no processo ensino-aprendizagem: As contribuições de Piaget, Wallon e Vygotsky. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 5, p.271/27-27144, 2020.

CASANOVA, Estevan Graboski et al. Jogos teatrais spolinianos na formação docente: recursos para enfrentamento de situações de alta temperatura emocional. 2021.

COUTO, Taciana Souza; MELO-JUNIOR, Mario Ribeiro; GOMES, Cláudia Roberta Araújo. Aspectos neurobiológicos do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH): uma revisão. *Ciências & Cognição*, v. 15, n. 1, p. 241-251, 2010.

DA ROCHA, Joyce Ana Carvalho Leopoldino;

DE LIMA LACERDA, Ozana. ATENDIMENTO A ALUNOS COM TDAH ATRAVÉS DA ARTE. *REVISTA DE PRÁTICAS PEDAGÓGICAS*, v. 2, n. 2, p. 33, 2018.

DE OLIVEIRA BORGES, Maria Aparecida. A contribuição dos jogos teatrais para o desenvolvimento da Inteligência Linguística. *Rebena-Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem*, v. 1, p. 69-79, 2021.

FERRACINI, Renato. A presença não é um atributo do ator. *Linguagem, Sociedade, Políticas*, v. 1, p. 227-237, 2014.

KASTRUP, Virgínia. Aprendizagem, arte e invenção. *Psicologia em estudo*, v. 6, p. 17-27, 2001.

LACET, Cristine, and Miriam Debieux Rosa. "Diagnóstico de Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e sua história no discurso social: desdobramentos subjetivos e éticos." *Psicologia Revista* 26.2 (2017): 231-253.

MELO, Valéria Miguel da Cruz. A importância do lúdico para crianças com Transtorno e Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) na educação infantil. 2011.

PUPPO, Maria Lúcia de Souza Barros. Jogos teatrais na sala de aula. Um manual para o professor de Viola Spolin. *Sala Preta*, v. 7, p. 261-263, 2007.

Site complementar:

[Notas sobre a história oficial do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade TDAH \(bvsalud.org\)](https://bvsalud.org) Acesso: em: 11/10/2023