



[CLIQUE AQUI PARA COMEÇAR](#)

CRESCENDO COM PERDA AUDITIVA



LABORATÓRIO DE
ACESSIBILIDADE AUDITIVA E
AUDIOLOGIA EDUCACIONAL



Pós-Graduação
Faculdade de Odontologia de Bauru
Universidade de São Paulo



ida institute



2022



[CLIQUE AQUI PARA COMEÇAR](#)

CRESCENDO COM PERDA AUDITIVA



LABORATÓRIO DE
ACESSIBILIDADE AUDITIVA E
AUDIOLOGIA EDUCACIONAL



Pós-Graduação
Faculdade de Odontologia de Bauru
Universidade de São Paulo



ida institute



Material desenvolvido na dissertação de mestrado “**Crescendo com perda auditiva: localização e validação da ferramenta do Ida Institute destinada às crianças, adolescentes e jovens adultos**” de autoria da discente Daniele Baptista Nery sob orientação da Prof. Dr. Regina Tangerino de Souza Jacob e apoio de Leila Maria Gumushian Felipini, desenvolvido no Programa de Pós-Graduação em fonoaudiologia da Faculdade de Odontologia de Bauru da Universidade de São Paulo, sob Termo de Cooperação Acadêmica nº 17.1.4674.25.0. Este material foi desenvolvido com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES).

Crescendo com perda auditiva é uma plataforma interativa que tem como objetivo auxiliar crianças, adolescentes e jovens adultos como você e seus familiares a administrar com sucesso as transições importantes que ocorrem nas diferentes fases de sua vida. Essas experiências servirão como oportunidades para aprender, crescer e descobrir coisas novas sobre você e o mundo.



PRÓXIMO

Quais os benefícios?

Permite que crianças, adolescentes e jovens adultos com perda auditiva e suas famílias:

- Aprendam sobre o novo ambiente e planejem uma transição bem-sucedida;
- Identifiquem suas necessidades e saibam buscar suporte profissional;
- Discutam abertamente sobre a perda auditiva com a família e os amigos.

Fornece aos profissionais de saúde auditiva:

- Um conjunto eficaz de recursos on-line para crianças, jovens adultos e suas famílias para ajudá-los a lidar com as mudanças que ocorrem durante a vida;
- Informações importantes sobre as necessidades das crianças e de suas famílias para fornecer apoio que seja adequado e eficiente;
- Uma estrutura clínica baseada nos princípios da independência do paciente.

PRÓXIMO

Quais os benefícios?

Para crianças, adolescentes e jovens adultos com perda auditiva, as transições apresentam oportunidades e novos desafios. Ao refletir sobre onde eles estão agora e para onde estão indo, podem começar a pensar em seus objetivos de curto a longo prazo e aprender a planejar as etapas que serão tomadas para chegar lá.

Para os profissionais de saúde auditiva, a ferramenta oferece uma maneira eficaz de ajudar crianças, adolescentes e adultos jovens a refletir sobre como estão indo e para onde estão indo. Você pode usar essas informações para estruturar conversas durante as sessões de fonoterapia e explorar as próximas etapas e as estratégias mais eficazes.

As atividades até 8 anos e 11 meses são escritas para os pais concluírem junto com os seus filhos. As atividades para crianças a partir de 9 anos destinam-se diretamente às crianças, adolescentes e jovens adultos.

PRÓXIMO

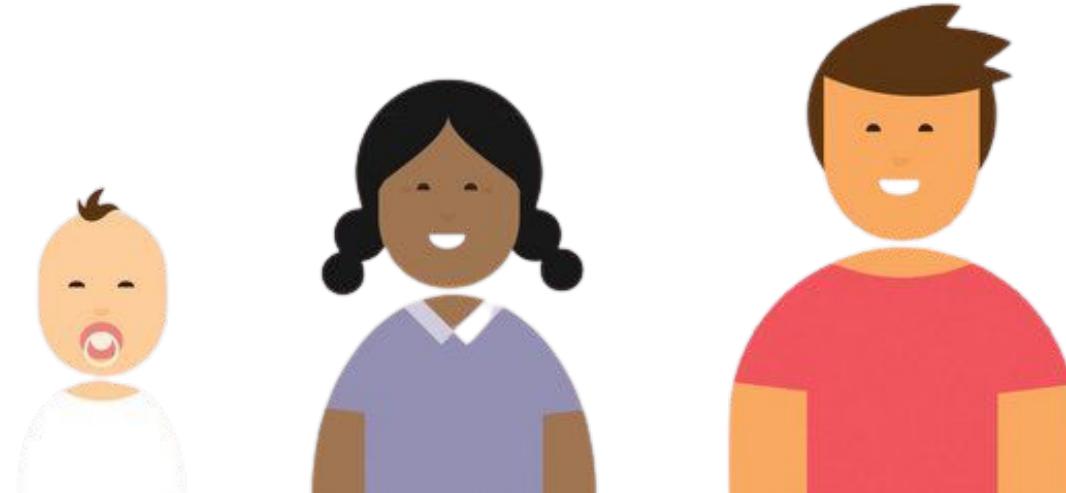
Como usar *Crescendo com a perda auditiva* ?

1. Envie o link da ferramenta para os pais da criança ou para o fonoaudiólogo. Se você estiver trabalhando com um adolescente ou jovem adulto, envie o link diretamente para eles.
2. Peça-lhes que explorem com os pais ou fonoaudiólogo o que precisam para a próxima transição.
3. Peça que imprimam suas respostas dos questionários da ferramenta e leve-os à próxima sessão de fonoterapia.
4. Use as anotações como ponto de partida da conversa sobre como estão se sentindo nesse momento e quais estratégias são necessárias para atravessarem essas etapas de transição com sucesso e tranquilidade.

PRÓXIMO

Crescendo com a perda auditiva

À medida que crescemos, passamos por uma série de etapas e estágios diferentes. Precisamos desenvolver habilidades, confiança e capacidade de nos engajar para enfrentar os desafios de cada nova fase. Pais e responsáveis são uma fonte importante de apoio e o estabelecimento de metas de aprendizado pode ajudar você e sua família a navegarem em cada fase com êxito.



PRÓXIMO

O primeiro passo é refletir sobre como você está indo agora. Observe atentamente o que é importante para você, o que está funcionando bem e as áreas em que você precisa de ajuda, preenchendo as seguintes perguntas:

- Descreva como sua família se comunica e como você garante que cada membro da família comprehende claramente o que está sendo dito.
- Descreva como você e sua família tomam decisões importantes.
- Descreva como você e sua família lidam com situações desafiadoras ou difíceis.
- Quais são seus objetivos atuais para gerenciar sua perda auditiva ou (se você é um pai ou mãe) a perda auditiva de seu filho?
- Quais são suas esperanças e sonhos (para você, ou se você é pai ou mãe, para o seu filho)?

PRÓXIMO

Vidas felizes e saudáveis

Para ser feliz e saudável, precisamos considerar como fazemos as escolhas e decisões sobre muitos aspectos diferentes de nossas vidas. **Clique nos tópicos ao lado** para saber mais sobre como ajudar a si mesmo ou ao seu filho com perda auditiva a planejar um futuro feliz e saudável.

Bem-estar emocional

Bem-estar intelectual

Bem-estar físico

Bem-estar social

Bem-estar ambiental

Bem-estar financeiro

Bem-estar espiritual

PRÓXIMO

Bem-estar emocional

O bem-estar emocional é baseado em como você se sente. É importante para a nossa saúde geral que mantenhamos uma vida emocional saudável. Para crianças mais novas, isso pode significar conviver com adultos ou outras crianças com perda auditiva. Isso os ajuda a aprenderem a se entenderem e a enfrentarem os desafios que a vida pode trazer.

O bem-estar emocional também envolve a capacidade de entender e compartilhar sentimentos como raiva, medo, tristeza, esperança, amor e felicidade. Para adolescentes e jovens adultos, pode significar ser capaz de gerenciar os níveis de estresse na escola ou faculdade e ter uma aceitação positiva de sua perda auditiva e saber quando e como pedir ajuda.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar intelectual

O bem-estar intelectual significa que você fica curioso e se envolve em aprender coisas novas. Para crianças mais novas, isso pode significar aprender sobre seus próprios cuidados em relação à audição e ser capaz de relatar quando os dispositivos de amplificação não estão funcionando.

As crianças mais velhas poderão descrever diferentes tipos de tratamento auditivo e como a perda auditiva afeta a comunicação. Para adolescentes e jovens adultos com perda auditiva, o bem-estar intelectual pode significar que eles são capazes de entender as “limitações” da perda auditiva, resolver problemas e estabelecer metas de curto a longo prazo para ajudá-los a continuarem aprendendo e crescendo intelectualmente.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar físico

O bem-estar físico é a capacidade de manter uma qualidade de vida saudável e de desfrutar de atividades diárias sem muito estresse ou fadiga. Ouvir com perda auditiva pode ser muito cansativo, especialmente quando você está na escola, no trabalho ou em situações sociais complexas. Com a ajuda dos adultos à sua volta, as crianças com perda auditiva podem aprender a adotarem intervalos de descanso auditivo durante o dia para ajudar a manter o bem-estar físico. Ser capaz de cuidar de sua própria segurança física também é importante.

Para crianças, adolescentes e jovens adultos, isso pode significar aprender a andar com segurança no trânsito ou a ouvir o alarme de incêndio. Sono suficiente, exercícios e alimentação saudável também são importantes para o bem-estar físico.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar social

O bem-estar social envolve nossa capacidade de nos conectarmos com os outros ao nosso redor e formarmos relacionamentos positivos com eles. Pode ser útil conhecer e construir amizades com outras crianças com perda auditiva e conversar com adultos que usam AASI ou implantes cocleares. Aprender a se abrir e explicar sua perda auditiva e quais são as melhores maneiras pelas quais as pessoas podem se comunicar com você é importante para a construção de amizades e vínculos saudáveis. Essas habilidades sociais são valiosas para obter apoio e orientação em momentos desafiadores.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar ambiental

O bem-estar ambiental refere-se a sua capacidade de transitar e se comunicar bem em diferentes ambientes. Para as crianças com perda auditiva, isso significa desenvolver uma consciência de quando e onde a comunicação é fácil ou difícil em seus ambientes diários, como a escola e a casa.

As crianças mais velhas, adolescentes e os jovens adultos devem aprender a descrever suas necessidades de comunicação em diferentes ambientes e pedir ajuda quando precisarem. Isso pode exigir diferentes tecnologias de acessibilidade ou estratégias reparadoras de comunicação, incluindo situações em que as pessoas ao seu redor adequem a forma de falar para facilitar a conversa.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar financeiro

O bem-estar financeiro envolve tomar medidas para a segurança financeira de curto a longo prazo; isso significa um orçamento estratégico para suas necessidades de saúde auditiva, como aparelhos auditivos, implantes cocleares, tecnologia assistiva e baterias. À medida que um adolescente com perda auditiva se torna adulto, gradualmente deve aprender a gerenciar suas necessidades de saúde auditiva para um bem-estar financeiro contínuo.

[Voltar ao menu “Bem-estar”](#)

Bem-estar espiritual

O bem-estar espiritual refere-se a como você entende as crenças e os valores que guiam sua vida. Às vezes, a perda auditiva pode levar a sentimentos de isolamento e dificultar a participação em atividades espirituais, como comunidades religiosas, ou meditação. Os pais podem ajudar seu filho com perda auditiva a reconhecer que as pessoas têm crenças e culturas diferentes e a importância do respeito pelos outros. Isso pode ajudá-los a lidar melhor com a sua perda auditiva e perceber sua própria singularidade.

[PRÓXIMO](#)

Gerenciando sua próxima transição

Para explorar o ambiente que você ou seu filho farão na próxima transição e aprender novas habilidades para se preparar e se sentir confortável, **clique na faixa etária:**



0-3



3-6



6-9



9-12



12-17



18+

[Clique para voltar ao início](#)

O mundo de uma criança de 0 a 03 anos de idade

Os primeiros três anos de vida são essenciais para a construção do pensamento, da aprendizagem, da linguagem, do desenvolvimento social e emocional da criança. Além disso, essa etapa está sempre acompanhada de mudanças grandes e significativas. Durante esses anos, é muito importante estimular a criança por meio da linguagem, seja ela visual, auditiva, ou ambas.

A ligação da criança com seu cuidador é imprescindível para o bom desenvolvimento da comunicação.

A medida em que o foco da visão dos bebês vai se aperfeiçoando, eles tendem a explorar cada vez mais o mundo ao seu redor. A presença de um adulto para oferecer suporte nessa fase de suas vidas por meio da linguagem é muito importante.

[PRÓXIMO](#)

O mundo de uma criança de 0 a 03 anos de idade

Durante o segundo ano de vida, quando as crianças são capazes de se movimentarem mais por conta própria, elas tornam-se mais conscientes de si mesmas e do ambiente ao seu redor. A sua crescente capacidade de formar frases simples, ajuda-as a desenvolver uma maior independência.

As crianças experimentam grandes mudanças no pensamento, na aprendizagem, no desenvolvimento social e emocional durante o terceiro ano de vida. Quando incentivadas a continuar explorando o seu mundo, elas são capazes de compreender melhor a situação e sua confiança e autoestima começam a se desenvolver e crescer.

[PRÓXIMO](#)

Clique e assista ao vídeo



Você notou?

- Quando o ambiente estava silencioso?
- Quais ruídos de fundo você ouviu?
- Quão perto a criança estava da pessoa que estava falando?
- Havia contato visual ou outro sinal de que a criança estava prestando atenção na pessoa que estava falando?

PRÓXIMO

Como é o ambiente?

Podemos encontrar ruído nos mais diversos ambientes, por isso é importante lembrar que você precisa estar próximo ao seu filho para que vocês se comuniquem de forma eficaz.

Em casa, por exemplo, é comum o barulho da televisão, de crianças brincando, de conversas entre os familiares e também de portas fechando, de água correndo, entre outros. Cada um desses barulhos também pode vir com distrações visuais. Lugares públicos como escolas, igrejas, parquinhos, mercados, shoppings apresentam distrações auditivas e visuais.

Socialmente, as crianças precisam de:

Acesso à linguagem: certifique-se de que você possa ser visto e ouvido de forma eficaz, utilizando tom de voz adequado, entonação acentuada, expressões faciais e, se necessário, repetição de frases.

Fale sobre suas experiências cotidianas: responda as tentativas de comunicação de seus filhos com mais detalhes.

Por exemplo: “Você viu um caminhão? Sim, eu vi também. Ele era grande e vermelho e andava bem rápido! ”

Aprenda com crianças mais velhas e adultos em seu ambiente: certifique-se de que seu filho tenha muitas oportunidades de brincar com outras crianças.

O que pode ser um desafio para o meu filho?

PRÓXIMO

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que vivenciam ou vivenciaram a mesma situação em que nos encontramos. Nos vídeos a seguir, as crianças com perda auditiva e suas famílias compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com perda auditiva, quais desafios que enfrentaram e como os superaram.

PRÓXIMO

Inspire-se em outras pessoas



não exatamente isso, mas...

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

Quando uma criança é diagnosticada com deficiência auditiva, os pais muitas vezes se sentem sobrecarregados e aflitos devido à grande responsabilidade que a notícia acompanha. Você pode estar confuso sobre a perda auditiva de seu/sua filho(a), a terminologia usada e as diferentes opções de tratamento disponíveis.

No link abaixo estão algumas perguntas para ajudá-los a compreender melhor a terminologia referente ao diagnóstico de perda auditiva. Essas perguntas são para ajudá-los a refletir sobre as necessidades da criança, as suas próprias necessidades como responsáveis e como aproveitar ao máximo suas consultas com o fonoaudiólogo.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Há muitas maneiras pelas quais as famílias podem apoiar o desenvolvimento social do bebê ou da criança. Os bebês desenvolvem um senso de confiança por meio de rotinas previsíveis e comunicação consistente. As crianças desenvolvem seu senso de autonomia explorando e interagindo com seu ambiente.

A interação com seu filho é fundamental para o desenvolvimento dele: tratar com carinho, balançar, conversar e cantar são algumas das maneiras naturais que você pode se comunicar com seu bebê e fortalecer o vínculo entre ambos, independente do grau de perda auditiva.

Para ajudar a criança desenvolver as habilidades sociais e uma autoestima positiva, você e sua família precisam ser capazes de discutir como a audição da criança os afeta.

[PRÓXIMO](#)

Desenvolva novas habilidades

Abaixo estão as principais habilidades que vocês podem aprender em família para apoiar o desenvolvimento social inicial da criança:

Habilidades importantes

- Desfrute de bons momentos com a família: concentre-se no que traz alegria para você e seus familiares.
- Fique em sintonia com a criança: se comunique frequentemente com ela.
- Desenvolva rotinas e crie hábitos: desenvolva rotinas previsíveis para criar confiança.
- Explore e solucione problemas: desenvolva curiosidade e confiança.
- Expresse sentimentos e empatia: fale sobre as emoções.
- Desenvolva habilidades de comunicação: identifique estratégias para melhorar a comunicação com seu/sua filho(a).
- Tome decisões e proteja sua família: seja o defensor dos cuidados de seu/sua filho(a).

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Aproveite seus momentos em família:

Façam um passeio no parque juntos, desfrutem de uma refeição em família, cantem músicas na hora do banho, leiam histórias antes de dormir para a criança. Comemore as datas em que o bebê deu seu primeiro sorriso, pronunciou sua primeira palavra ou fez seu primeiro sinal.

Esteja em sintonia com seu filho

- Ajude a desenvolver a atenção da criança, olhando juntos para coisas que parecem lhe interessar;
- Segure seu bebê para que ele possa ver seu rosto e copiar os sons e expressões faciais;
- Esteja atento para as necessidades da criança.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Desenvolva rotinas e crie hábitos

Tente definir uma rotina familiar para atividades cotidianas, como alimentação, troca de fraldas, vestir-se e dormir. Seguir uma rotina é bom para o seu bebê e ajuda a desenvolver confiança.

Se a criança usa dispositivos auditivos, faça uma verificação de escuta no início do dia. Conforme a criança fica mais velha, ela aprenderá a fazer isso sozinha.

Escolha um tempo para ler histórias com seu/sua filho(a) diariamente. Ler com ele(a) é uma das coisas mais importantes que você pode fazer para ajudar a desenvolver seu cérebro para ouvir e se comunicar.

Explore e resolva problemas

Simule situações-problema mostrando para a criança como resolvê-las. Exemplo: Cobrir parcialmente os brinquedos com um cobertor e deixar ela descobrir como removê-lo para encontrá-los.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Expresse sentimentos e empatia

Compartilhe sentimentos diferentes com a criança para que ela possa ver como sua feição muda.

Demonstre seus sentimentos em palavras e gestos.

Desenvolva habilidades de comunicação

Liste todas as pessoas que interagem com seu/sua filho(a). Compartilhe estratégias de sucesso com essas pessoas para que elas possam se comunicar diretamente com ele(a). Por exemplo, “é mais fácil para ele(a) entender o que estamos falando quando consegue ver nossos rostos”. Incentive os membros da família e os cuidadores a se revezarem na comunicação com a criança durante as rotinas diárias.

[PRÓXIMO](#)

Desenvolva novas habilidades

Tome decisões e defenda sua família.

- A criança provavelmente está cercada por vários especialistas no desenvolvimento da primeira infância, comunicação e desenvolvimento auditivo. Juntos, esses especialistas formam a equipe de suporte. Você também deve se ver como especialista, já que possui o conhecimento necessário para cuidar de seu/sua filho(a).
- Anote as perguntas que surgem entre as visitas com a equipe de suporte para perguntar em uma próxima sessão. Por exemplo, “Como podemos facilitar a comunicação durante as reuniões familiares? ”.
- Faça uma lista de coisas importantes que gostaria de fazer ou discutir com a equipe de suporte.

[PRÓXIMO](#)

Desenvolva novas habilidades

- Compartilhe com a equipe como é um dia típico em sua vida para que possam entender o mundo de seu/sua filho(a).
- Informe a equipe de suporte se as recomendações parecerem irrealistas ou difíceis, pois eles podem ajudá-lo a encontrar outras soluções que melhor se adaptem a sua família. Por exemplo: “Usar os aparelhos auditivos durante todo o dia é difícil para meu filho de 10 meses, pois ele continua tirando-os das orelhas”.
- Peça um relatório regular sobre o progresso da criança em todas as áreas de desenvolvimento e anote as suas próprias observações para compartilhar com a equipe.

[CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES](#)

O mundo de uma criança de 03 a 06 anos de idade

Nesta idade, as crianças desenvolvem uma maior consciência de si mesmas e do mundo e buscam constantemente novas tarefas, jogos e atividades. Quando conseguem realizar essas atividades sozinhas, elas ganham autoconfiança e aprendem a agir com autonomia. Quando as tentativas falham ou a criança é criticada, podem surgir os sentimentos de frustração e incapacidade. Nessa fase, ela enxerga o mundo do seu próprio ponto de vista e também vê a vida com curiosidade. Assim, muitas perguntas surgem no dia-a-dia, por exemplo: “Por que o céu é azul?” Quando elas experienciam o sucesso e o prazer explorando o mundo e descobrindo coisas novas, a sua autoestima começa a se desenvolver e crescer. **Essa é uma época de enorme desenvolvimento social, emocional e intelectual e as crianças começam a gostar de brincar com outras crianças. É importante apoiar sua curiosidade e sua vontade de aprender.**

[PRÓXIMO](#)

Você notou?



O ambiente é:

- Barulhento.
- Agitado.
- Repleto de atividades acontecendo simultaneamente.

PRÓXIMO

Socialmente, as crianças precisam:

- Trabalhar cooperativamente;
- Participar de pequenos grupos;
- Conversar em pares, pequenos grupos e em grupos maiores;
- Escolher entre duas ou mais atividades;
- Administrar a mudança de uma atividade para outra;
- Entender e cumprir as regras da sala de aula;
- Aprender diretamente com outras pessoas.

As crianças precisam ser capazes de:

- Indicar se seu aparelho auditivo não estiver funcionando;
- Informar se não estiver conseguindo ouvir;
- Manter o foco, mesmo em ambiente barulhento;
- Estar preparadas para escolher e tomar decisões.

O que pode ser desafiador para meu filho?

PRÓXIMO

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que estão na mesma situação em que vivemos. Nos vídeos a seguir, crianças com perda auditiva e suas famílias compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com uma criança com perda auditiva e quais desafios que enfrentaram quando tinham entre 3 e 6 anos e como os superaram.

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



[PRÓXIMO](#)

Inspirem-se em outras pessoas



Quando Makenzie estava fazendo 5 anos

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



Foi diagnosticado bem mais cedo que Forest.

PRÓXIMO

Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

A jornada auditiva de cada criança é única. Para entender como ela está se desenvolvendo e como você pode ajudá-la durante sua fase de aprendizado e crescimento, é importante pensar em como eles administram seus desafios de audição e interagem com os outros na sua rotina diária.

Abaixo estão algumas perguntas que você pode usar para avaliar como seu/sua filho(a) está se desenvolvendo e o que acha necessário informar ao seu Fonoaudiólogo.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Muitas famílias têm o desejo de ajudar seus filhos a desenvolver a capacidade de conduzir suas próprias vidas de forma significativa e satisfatória. Como em todo crescimento, alcançar esse objetivo envolve desenvolver e aperfeiçoar continuamente suas habilidades em áreas que os ajudarão a se tornar independentes e a se sentirem responsáveis por suas próprias vidas. Essas habilidades se desenvolvem com o tempo, à medida que a criança interage com outras pessoas e participa de atividades sociais e educacionais, mas você também pode ajudá-la a desenvolver as habilidades através da prática.

[**PRÓXIMO**](#)

Desenvolva novas habilidades

Abaixo estão algumas das principais habilidades que a criança deve desenvolver ao longo do tempo para aprender a lidar efetivamente com sua condição.

Habilidades importantes

- Faça escolhas: escolha uma alternativa quando duas ou mais opções estiverem disponíveis.
- Tome decisões: poder considerar possíveis soluções e selecionar a que melhor atenda às suas próprias necessidades, além de considerar como isso afeta os outros.
- Resolva problemas: Seja capaz de encontrar soluções para situações desafiadoras.
- Estabeleça e atinja metas: decida sobre uma meta e desenvolva um plano para alcançá-la.
- Defenda-se: conhecendo e defendendo os direitos e comunicando-se de forma assertiva.
- Gerencie e avalie o próprio comportamento: ser capaz de avaliar suas próprias ações e conduzir seu próprio aprendizado
- Reconheça seus próprios pontos fortes, limitações e habilidades: identifique suas próprias preferências, interesses e habilidades e use-as para obter sucesso.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Nesta etapa, listamos algumas atividades que você pode realizar com seu/sua filho(a) para começar a praticar essas habilidades. Depois de executá-las, você mesmo pode fazer outros exercícios para ajudar a criança a desenvolver as habilidades.

PARA CRIANÇAS:

Nos próximos slides estão algumas atividades divertidas que você pode experimentar com sua família em casa ou com seus amigos na escola. Eles podem ensinar sobre como escolher as coisas de que você gosta ou o que fazer quando tiver um problema. Se você faz as atividades com um adulto, pode pedir que o ajudem a anotar seus pensamentos.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

ESCOLHA O QUE VOCÊ GOSTA:

- Escolha quem você quer que sente ao seu lado no jantar hoje à noite.
- Escolha o que você fará primeiro amanhã - se vestir ou tomar o café da manhã.
- Pergunte para você mesmo: Eu gosto da minha escolha?

TOME DECISÕES:

- Decida quem você vai chamar para brincar amanhã na escola.
- Decida se você vai comer mais frutas ou mais doces no próximo fim de semana.
- Pergunte a si mesmo: Foi uma boa decisão?

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

SOLUCIONE PROBLEMAS

- Quando seu amigo estiver chorando, pense em como você pode ajudar ele.
- Pense em um problema que você teve ou viu no parquinho e faça um desenho que mostre uma resposta.
- Pergunte para você mesmo: A minha resposta funcionou

FAÇA UM PLANO

- Pense em algo que você realmente gostaria de fazer.
- Faça um plano de como você pode fazê-lo.
- Pergunte para você mesmo: O que é necessário para o meu plano funcionar?

[PRÓXIMO](#)

Desenvolva novas habilidades

PENSE UM POUCO:

- Pense em um momento em que você ou um amigo estavam sendo provocados.
- O que você ou seu amigo fizeram para impedir isso?
- Pergunte para você mesmo: O que mais eu ou meu amigo poderíamos ter feito?

COMO VOCÊ ESTÁ SE COMPORTANDO?

- Pense na última vez que você fez alguém realmente feliz.
- O que você fez para fazê-los se sentir assim?
- Pergunte para você mesmo: O que posso fazer para tornar as pessoas felizes a maior parte do tempo?

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

NO QUE VOCÊ É BOM?

- Faça uma lista das coisas em que você é bom.
- Quando você sente que é bom nessas coisas?
- Pergunte para você mesmo: Em quais outras coisas eu gostaria de ser bom?

[CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES](#)

O mundo de uma criança de 06 a 09 anos de idade

Ir à escola, aprender com seus professores e fazer amigos é uma parte importante da vida. Leitura, escrita e matemática são novas habilidades para aprender. Fazer amizade com crianças que têm interesses semelhantes ajudará seu/sua filho(a) a se sentir parte de um grupo. Experimentar novas tarefas na escola e participar de atividades os ajuda a sentir como: “Sim, eu posso fazer isso!”.

A criança pode apresentar sentimento de tristeza pela perda auditiva. Encontre alguém que possa conversar sobre isso. Pode ser você, um professor ou o fonoaudiólogo. Às vezes, pode não ser fácil participar na aula por causa do barulho. Pergunte ao professor da criança sobre como ele pode deixar que outras pessoas saibam que seu/sua filho(a) possui perda auditiva e utiliza aparelho de amplificação.

[**PRÓXIMO**](#)



Você notou?

O ambiente é:

- Barulhento.
- Agitado.
- Impulsivo

PRÓXIMO

As crianças precisam ser capazes de:

- Concentrar-se no ruído;
- Comunicar-se com professores e colegas em situações de aprendizagem;
- Indicar se o aparelho de amplificação sonora ou implante coclear não está funcionando;
- Informar se não consegue ouvir corretamente;
- Ser capaz de escolher e tomar decisões.

Socialmente, as crianças precisam:

- Ouvir e compreender as regras das atividades lúdicas e se ajustar a elas;
- Receber dicas de colegas;
- Aguardar a vez delas;
- Colaborar com outras pessoas;
- Conversar em pequenos e grandes grupos;
- Escolher as atividades;
- Gerenciar mudanças entre atividades.

PRÓXIMO

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que estão na mesma situação que estamos vivenciando. No vídeo a seguir, crianças com perda auditiva e suas famílias compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com uma criança com perda auditiva e quais desafios que eles enfrentaram quando a criança tinha entre 6 e 9 anos de idade e como os superaram.

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas

Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

A jornada auditiva de cada criança é única. Para entender como a criança está se desenvolvendo e como você pode apoiá-la à medida que ela aprende e cresce, pode ser útil pensar em como elas administram os seus aparelhos auditivos e interagem com outras pessoas na vida cotidiana.

Abaixo estão algumas perguntas que você pode usar com seu/sua filho(a) para avaliar como ele(a) está. Vocês também podem usá-los para ajudar a criança a pensar sobre o que ela pode querer mudar e o que você pode discutir com o profissional de saúde auditiva.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Para os pais:

Nosso objetivo para todas as crianças é ajudá-las a desenvolver a capacidade de dirigir sua própria vida em uma direção que seja significativa e satisfatória para elas. Isso envolve desenvolver e refinar continuamente habilidades que os ajudarão a se tornar independentes e a se sentirem responsáveis por suas próprias vidas. Essas habilidades se desenvolvem com o tempo à medida que a criança interage com outras pessoas e participa de atividades sociais e educacionais, mas você também pode ajudá-la a desenvolver as habilidades através da prática.

[**PRÓXIMO**](#)

Desenvolva novas habilidades

Abaixo estão algumas das principais habilidades que a criança deve desenvolver ao longo do tempo para aprender a lidar efetivamente com sua condição.

Habilidades importantes:

- **Faça escolhas:** escolher uma alternativa quando duas ou mais opções estiverem disponíveis.
- **Tome decisões:** poder considerar possíveis soluções e selecionar a que melhor atenda às suas próprias necessidades, além de considerar como isso afeta os outros.
- **Resolva problemas:** Ser capaz de encontrar soluções para situações desafiadoras.
- **Estabeleça e atinja metas:** decidir sobre uma meta e desenvolver um plano para alcançá-la.
- **Defenda-se:** conhecer e defender os direitos, comunicando-se de forma assertiva.
- **Gerencie e avalie o próprio comportamento:** ser capaz de avaliar suas próprias ações e conduzir seu próprio aprendizado.
- **Reconheça seus próprios pontos fortes, limitações e habilidades:** identificar suas próprias preferências, interesses e habilidades e usá-las para obter sucesso.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Nesta etapa, listamos algumas atividades que você pode realizar com seu/sua filho(a) para começar a praticar essas habilidades. Depois de executá-las, você mesmo pode fazer outros exercícios para ajudar as criança a desenvolver as habilidades.

PARA AS CRIANÇAS:

Nos próximos slides estão algumas atividades divertidas que você pode experimentar com sua família em casa ou com seus amigos na escola. Eles podem ensinar sobre como escolher as coisas que você gosta ou o que fazer quando tiver um problema. Se você faz as atividades com um adulto, pode pedir que o ajudem a anotar seus pensamentos.

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Escolha o que você gosta:

- Escolha as roupas que você usará na escola amanhã;
- Escolha o que você gostaria de comer depois da escola;
- Pergunte para você mesmo: gostei da minha escolha?.

Fale por você mesmo:

- Pense em um momento em que você não entendeu o que um amigo estava dizendo
- O que você fez?
- Pergunte para você mesmo:
 - Pedi ao meu amigo que falasse de novo?
 - O que meu amigo disse?
 - Vou lidar com isso do mesmo jeito da próxima vez?

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Tomar uma decisão:

- Decida quem você chamará para brincar/jogar com você amanhã na escola;
- Decida quando você trabalhará na tarefa da escola;
- Pergunte a você mesmo:
 - Por que tomei essa decisão?
 - Foi uma boa decisão?
 - Por que foi bom / não tão bom?
- Pense em algo que você realmente gosta de fazer;
- Em seguida, faça um plano de como você pode fazê-lo;
- Pergunte para você mesmo:
 - O que é necessário para o meu plano funcionar?
 - Quem mais pode me ajudar?
 - Como saberei se meu plano foi bom?

PRÓXIMO

Desenvolva novas habilidades

Estar com os outros:

- A última vez que você ficou chateado com alguma coisa, o que você fez?
- Na próxima vez, escreva ou desenhe o que te incomodou
- Pergunte para você mesmo:
 - O que posso fazer para me sentir melhor?
 - Quem pode me ajudar?
 - O que aconteceu quando pedi ajuda?

No que você é bom?

- Faça uma lista das coisas em que você é bom.
- Quando você gosta de fazer essas coisas?
- Pergunte para você mesmo:
 - Por que sou bom nessas coisas?
 - Em que outras coisas eu gostaria de me tornar bom?

[CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES](#)

Início da Pré-adolescência

9 a 12 anos

Nesta fase, sabemos o quanto é legal tomar decisões por conta própria, mas você pode e deve pedir ajuda caso precise. Em algumas situações, você pode achar que seus aparelhos auditivos o incomodam ou não ajudam tanto. Quando isso acontecer, converse com seus pais, fonoaudiólogos e professores sobre como se sente e o que pode ser feito para facilitar o uso do seu aparelho.

Seus amigos serão importantes nessa fase! Fale com alguém que você conhece e confie sobre como fazer amigos e se isso é algo que você acha difícil.

PRÓXIMO

Assista ao vídeo



Você notou?

O ambiente é:

- Agitado
- Barulhento
- Com muitas pessoas falando ao mesmo tempo

PRÓXIMO

Para relacionar-se com as outras pessoas, você precisará:

- Conhecer outros adolescentes e conversar com seus amigos;
- Entender o que seus colegas de classe estão dizendo e adaptar seu comportamento;
- Escolher suas atividades e tomar suas próprias decisões;
- Trabalhar em conjunto com os colegas.

Você precisará ser capaz de:

- Concentrar-se em quem está falando, mesmo com todo o barulho a sua volta;
- Manter-se em contato com um ou mais amigos ou colegas;
- Compreender seus professores e colegas quando você realizar trabalhos escolares;
- Pedir ajuda se o seu aparelho auditivo não estiver funcionando.

O que pode ser um desafio para mim?

[PRÓXIMO](#)

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

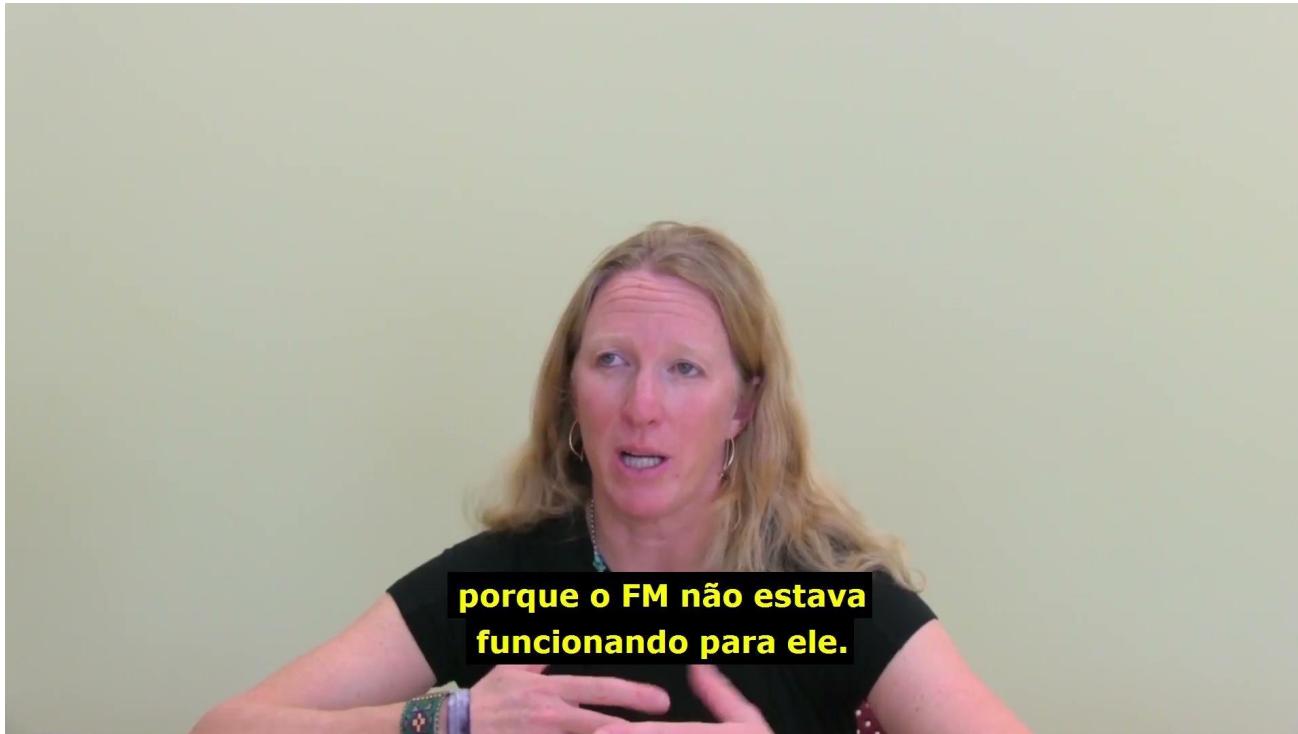
Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que estiveram na mesma situação em que nos encontramos. Nos vídeos a seguir, as crianças com perda auditiva e suas famílias compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com a perda auditiva e quais os desafios que enfrentaram quando tinham entre 9 e 12 anos de idade e como os superaram, ou seja, como conseguiram passar por esses momentos.

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



[PRÓXIMO](#)

Inspirem-se em outras pessoas



Quando eu comecei o ensino médio,

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



**Ela é muito boa em carregar entre as salas
para as aulas de música.**

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



[PRÓXIMO](#)

Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

Todas as pessoas possuem experiências diferentes relacionadas com a perda auditiva. Isso depende de suas personalidades e de como lidam com os desafios na vida. Com sua família, professores, fonoaudiólogos ou intérpretes, você pode já ter encontrado algumas maneiras de como ouvir bem na escola ou durante as brincadeiras com seus amigos. Abaixo estão algumas perguntas que podem ajudá-lo a pensar sobre como você lida com a sua comunicação no dia a dia.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Todos os dias na escola ou quando brinca com os seus amigos, você aprende algo sobre você mesmo. Você aprende sobre o que gosta e o que não gosta e o que acontece quando toma decisões. Você também aprende a falar por si mesmo e explicar quem você é para os outros. Ainda, descobre em que é realmente bom e quais novas habilidades gostaria de aprender.

[**PRÓXIMO**](#)

Desenvolva novas habilidades

Habilidades importantes:

- **Fazer escolhas:** Como escolher a opção que você mais gosta quando tem mais de uma escolha.
- **Tome decisões:** Quando você toma uma decisão, como isso o ajuda a fazer o que quer e como isso afeta os outros?
- **Resolva problemas:** Quando tem um problema, você sabe resolvê-lo?
- **Estabeleça metas:** Decida sobre algo que você realmente quer fazer e planeje como fará isso.
- **Fale por si mesmo:** Quando precisar de ajuda, explique o que você precisa para aqueles que podem ajudar.
- **Entenda suas próprias ações:** Como suas ações afetam a si mesmo e aos outros e como você pode mudar seu comportamento?
- **Saiba em que você é bom:** Descubra seus interesses e habilidades especiais.

[**PRÓXIMO**](#)

A seguir estão algumas coisas que pode fazer para praticar essas habilidades. Quando já tiver feito, você mesmo poderá fazer outros exercícios para continuar desenvolvendo essas habilidades.

Escolha o que você gosta:

- Escolha uma simples receita que poderá preparar para a sua família no fim de semana.
- Escolha um jeito diferente de ir à escola amanhã.
- Pergunte para você mesmo: Foi uma boa escolha?

Tomar uma decisão:

- Decida como você responderá se alguém lhe perguntar sobre seu aparelho auditivo.
- Decida quando e como você irá trabalhar em sua próxima tarefa da escola.
- Pergunte para você mesmo:
 - Por que tomei essa decisão?
 - Foi uma boa decisão?
 - Por que foi boa ou não tão boa?

PRÓXIMO

Resolver um problema:

- Pense em um problema que vivencia às vezes e que está relacionado à sua perda auditiva. O que você pode fazer para resolver?
- Pense em um problema que vivencia com os outros na escola de vez em quando. O que você pode fazer para resolver?
- Pergunte a si mesmo:
 - Por que escolhi essa solução?
 - Minha solução funcionou?

PRÓXIMO

Faça um plano:

- Pense em algo que você gosta muito de fazer.
- Então, planeje como você pode fazer isso.
- Pergunte a si mesmo:
- O que é preciso para o meu plano funcionar?
- Quem mais pode me ajudar?
- Como vou saber se meu plano é bom?

Fale por você mesmo:

- Planeje o que você fará da próxima vez que estiver em uma situação na qual não consegue ouvir muito bem.
- Pense em quem pode ajudá-lo e como você pedirá ajuda.
- Pergunte para você mesmo mesmo:
- Eu pedi o tipo de ajuda correta?
- Eu pedi ajuda à pessoa certa?
- O que mais eu poderia fazer?

[PRÓXIMO](#)

Seja um bom amigo:

- Pense em um grande amigo seu: Porque ele ou ela é seu grande amigo?
- Liste duas ou três coisas que você admira nele.
- Pergunte para você mesmo:
 - Por que o admiro?
 - Vocês têm características parecidas?

No que você é bom?

- Anote ou crie um mural com fotos de coisas em que você é bom.
- Como você sabe que é bom nessas coisas?
- Pergunte para você mesmo:
 - Por que eu sou bom nessas coisas?
 - Em quais outras coisas eu gostaria de ser bom?

[CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES](#)

Tornando-se um adolescente

12 a 17 anos

Sair com os amigos é uma parte muito importante de ser um adolescente. Nessa fase, você pode querer experimentar coisas novas e diferentes. Isso faz parte de descobrir quem você é, o que faz você se parecer com os seus amigos, mas também o que o torna único. Tudo bem se você não se sentir bem em alguns momentos, porque a maioria dos jovens nesse estágio passa por períodos em que se sente assim. Se você perguntar a um amigo próximo sobre isso, provavelmente ele dirá a você que às vezes se sente da mesma forma também. Atividades fora da escola, como esportes, música e clubes, ajudam você a descobrir seus interesses e habilidades únicas e começam a lhe dar ideias sobre o que você gostaria de fazer quando adulto.

PRÓXIMO

Assista ao vídeo



Você notou?

O ambiente é:

- Agitado
- Barulhento
- Possui muitas conversas desafiadoras

PRÓXIMO

Socialmente, você precisar:

- Tomar decisões em seu local de trabalho ou escola;
- Participar de conversas individuais e em grupos no trabalho ou escola;
- Explicar sua perda auditiva para colegas de classe, professores e colegas de trabalho.

Você precisará ser capaz de:

- Falar sobre si mesmo e explicar a respeito de sua perda auditiva;
- Pedir ajuda quando precisar;
- Aplicar estratégias de comunicação para ouvir melhor;
- Explicar para outras pessoas como podem ajudá-lo(a).

O que pode ser um desafio para mim?

PRÓXIMO

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

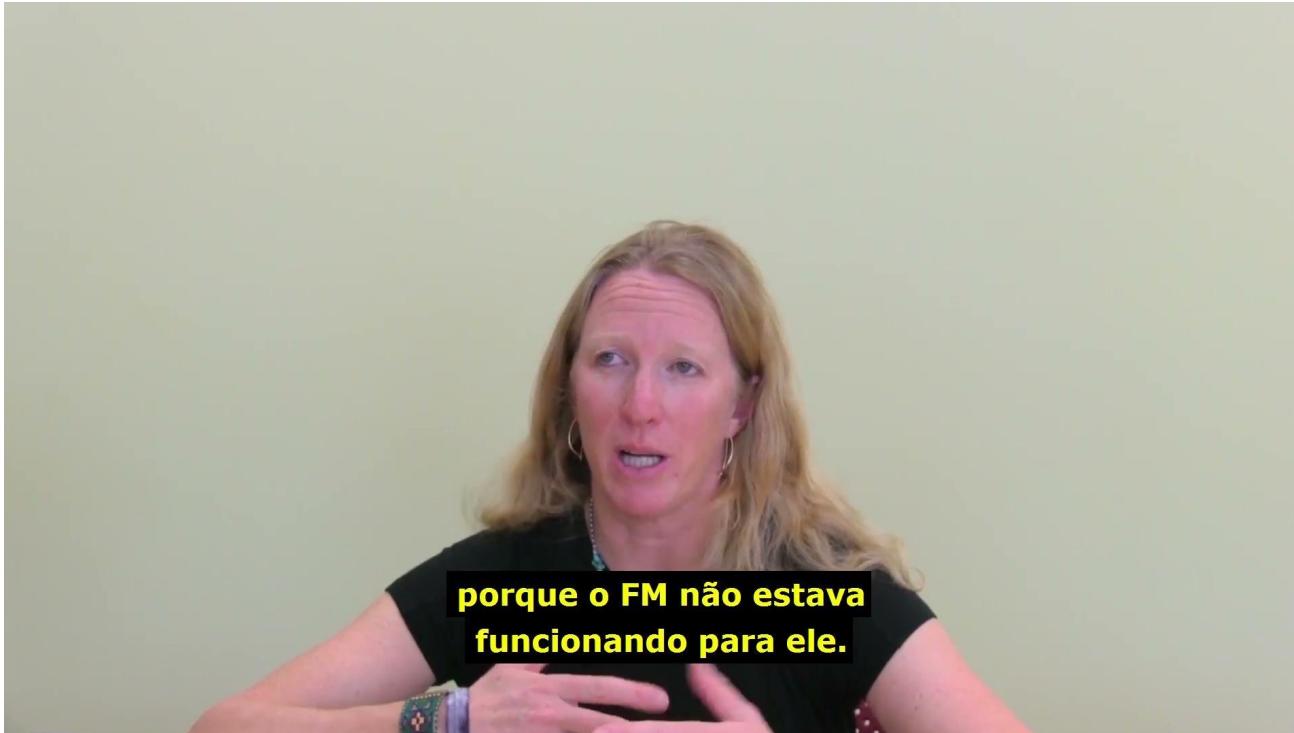
Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que vivenciam ou vivenciaram a mesma situação em que nos encontramos. Nos vídeos a seguir, as crianças com perda auditiva e suas famílias, compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com uma perda auditiva e quais desafios específicos enfrentaram quando tinham entre 12 e 18 anos de idade e também como os superaram.

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



[PRÓXIMO](#)

Inspirem-se em outras pessoas



**que precisava para se sair bem.
Ela se dedicou desde o jardim de infância**

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



Inspirem-se em outras pessoas



**Realmente acho que seria mais firme
se tivesse que fazer isso de novo,**

Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

Todos com perda auditiva possuem experiências diferentes dependendo de sua personalidade e de como lidam com os desafios da vida diária. Com sua família, professores e fonoaudiólogos, você pode ter encontrado boas maneiras de como pode ouvir bem na escola ou interagir com seus amigos.

Abaixo estão algumas perguntas que podem ajudá-lo a pensar sobre como você gerencia a sua comunicação no dia a dia. Tente ser honesto ao selecionar a resposta para uma pergunta e usar outras opções de resposta para pensar em outras maneiras de abordar a situação. Você também pode usar as perguntas para pensar sobre o apoio que gostaria e discutir com sua família ou fonoaudiólogo como obter a ajuda de que precisa.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Todos os dias na escola ou quando brinca com os seus amigos, você aprende algo sobre você mesmo. Você aprende sobre o que gosta e o que não gosta e o que acontece quando toma decisões. Você também aprende a falar por si mesmo e explicar quem você é para os outros. Ainda, descobre em que é realmente bom e quais novas habilidades gostaria de aprender.

[**PRÓXIMO**](#)

Desenvolva novas habilidades

Habilidades importantes:

- Fazer escolhas: Saiba o que você prefere quando tem mais de uma opção.
- Tomar decisões: Considere suas possibilidades e selecione a que melhor se adapta às suas necessidades.
- Resolver problemas: Encontre soluções para situações desafiadoras.
- Definir metas: Decida um objetivo e como você o alcançará.
- Fale por você mesmo: Conheça e defenda seus direitos.
- Monitore e avalie seu próprio comportamento: Seja responsável pelo seu próprio aprendizado e desenvolvimento.
- Entenda suas próprias forças e limitações: Quais são suas preferências, interesses e habilidades?

[PRÓXIMO](#)

A seguir estão algumas coisas que você pode fazer para praticar essas habilidades. Quando já tiver feito, você mesmo poderá fazer outros exercícios para continuar desenvolvendo suas habilidades.

Faça boas escolhas:

- Escolha alguém com quem gostaria de fazer a sua próxima tarefa escolar e peça para se juntar a você.
- Escolha onde sentar na sala de aula. Descubra onde você ouve melhor em cada sala de aula. Algumas classes podem ser diferentes das outras, dependendo de como é a aula do professor.
- Escolha com quem falar sobre sua perda auditiva. Descubra com quem você se sente confortável para conversar sobre sua audição.
- Escolha como instruir seu professor sobre como usar o sistema FM. Talvez você queira enviar e-mails para seus professores, falar com alguns em particular, marcar uma reunião para mostrar a todos ao mesmo tempo ou fazer com que seu professor itinerante de surdos e deficientes auditivos ajude você a mostrar aos outros professores como usar o sistema.
- Pense em uma escolha que você fez recentemente e anote o porquê você fez essa escolha.
- Pergunte a si mesmo:
 - Foram boas escolhas? Se não foram, por quê? O que você faria diferente da próxima vez?
 - Como minha escolha me afetou?
 - Como minha escolha afetou os outros?

PRÓXIMO

Tome boas decisões:

- Decida a quem você irá responder se alguém lhe perguntar sobre o seu aparelho auditivo. Temos opções quando respondemos aos outros (se abrir, se aborrecer, se constranger, ser gentil). Converse com alguém sobre as várias “ opções de resposta ” e os possíveis resultados de cada uma. Por exemplo, “ se eu responder com uma atitude negativa, como a outra pessoa se sentirá / pensará / agirá? ”
- Se você está tendo dificuldade em acompanhar o assunto na sala de aula, decida qual seria a melhor maneira de obter ajuda no momento. Você pode perguntar diretamente ao professor, perguntar diretamente à um colega de classe, escrever sua pergunta para conversar com o professor ou com um colega mais tarde, etc. Dependendo da atividade e do momento, uma opção pode funcionar melhor do que a outra.
- Decida em quais futuras profissões você está interessado e explore o que elas envolvem. Converse com outras pessoas que gostam de suas profissões e pergunte como elas sabiam que a escolha delas era uma boa opção.
- Pergunte-se:
- Por que algumas profissões me interessam mais do que outras?
- O que devo fazer se muitas profissões parecerem interessantes?
- Quais passos eu preciso dar agora para estar preparado para minha profissão preferida?

PRÓXIMO

Resolver problemas:

- Pense em um problema que você teve, por exemplo: Se alguém te provocasse na escola sobre sua perda auditiva, se você estivesse se sentindo sozinho, se não estivesse ouvindo as instruções do técnico para a equipe. Como você resolve isso? O que você faz para mudar a situação?
- Visite um lugar em que você estará em breve, por exemplo, uma nova escola, teatro, shopping ou quadra/estádio, e pense em possíveis dificuldades de comunicação. Como você vai abordá-los? Quem poderá te dar suporte, se necessário?
- Pergunte-se:
- Por que escolhi essa solução?
- Eu precisei da ajuda de outros?
- Minha solução deu certo?

[PRÓXIMO](#)

Defina metas e conheça elas:

- Defina uma meta para si (algo que você realmente quer aprender ou fazer). Agora, anote uma ou duas atividades em que você pode participar ou pessoas com as quais você pode se encontrar para aproximá-lo de sua meta.
- Anote as metas que você gostaria de incluir nas reuniões regulares de planejamento com os professores. O que pode ajudá-lo a alcançar esses objetivos?
- Pergunte-se:
- Meus objetivos são realistas?
- Quem mais pode me ajudar?
- Como vou saber quando atingi meu(s) objetivo(s)?

[PRÓXIMO](#)

Fale por você mesmo:

- Se prepare e participe de sua próxima reunião de planejamento com seus professores para estabelecer metas para o próximo ano e certifique-se de que seus desejos e preocupações sejam abordados. Pratique antes com seus pais ou fonoaudiólogo.
- Envolva-se em atividades extracurriculares, como clubes, organizações e projetos dentro e fora da escola, e pratique explicar suas necessidades e desafios de comunicação para os outros.
- Pergunte-se:
- Como é participar de novas atividades escolares? Eu me descreveria como extrovertido, alguém mais sociável, ou introvertido, alguém menos sociável? Eu sou tímido ou comunicativo?
- Como farei da próxima vez?
- A quem posso pedir apoio e aconselhamento quando necessário?

PRÓXIMO

Monitore e avalie seu próprio comportamento:

Pense em uma nova habilidade que você quer ou precisa aprender. Escreva em uma folha as seguintes informações e use-a para monitorar seu progresso:

- Habilidade a ser aprendida:
- Atitudes que tomarei para aprender as habilidades:
- O que acontecerá quando eu aprender a habilidade:
- Quando vou começar a aprender a nova habilidade:
- Como vou saber quando aprendi a habilidade:
- Quem pode me apoiar no desenvolvimento dessa habilidade?
- Por que essa habilidade é importante para mim?

- Pense em novos métodos para ouvir melhor em situações que são importantes para você. Pense em novas maneiras de expressar suas necessidades auditivas a outras pessoas. Pense em novas maneiras de dizer como se sente para seus amigos. Use a folha para monitorar seu progresso.
- Pergunte-se: Estou fazendo o progresso que quero?
- O que mais posso fazer para melhorar meu progresso?
- Quem pode me ajudar?

PRÓXIMO

Entendendo seus próprios pontos fortes e limitações:

- Faça duas listas, uma com as coisas que você faz bem e uma com as coisas que você precisa de ajuda. Agora compartilhe com seus amigos. Pergunte se eles concordam. Eles têm alguma sugestão para adicionar à sua lista?
- Crie um “Diário de Audição”, em que você descreve os marcos ou eventos importantes relacionados à sua audição até o momento. Quais habilidades foram usadas para superar os obstáculos que teve?
- Pergunte-se:
- O que posso fazer para aprender essas coisas?
- Onde eu poderia recorrer (pessoas, histórias de outras pessoas, informações) para me ajudar a melhorar minhas limitações?
- Em quais outras coisas eu quero ser bom?

[CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES](#)

Tornando-se um jovem adulto

18+

Este é um momento da vida em que você precisará fazer escolhas importantes . Ser capaz de expressar e compreender seus próprios valores e preferências é importante para tomar decisões satisfatórias. Você começa a estabelecer quem você é no mundo e qual é a sua identidade. Ter um forte senso de si próprio é a chave para construir relacionamentos próximos e duradouros. Isso conta não só no relacionamento pessoal, mas também na educação e no trabalho. Para estabelecer essas relações quando se tem perda auditiva, o acesso à tecnologia, à comunicação eficaz e às habilidades sociais tornam-se particularmente importantes. Uma compreensão clara de suas necessidades de comunicação e de como se defender é essencial à medida que você passa da escola para a faculdade e para o mercado de trabalho. Além disso, a troca dos serviços de perda auditiva da pediatria para os de audiologia para adultos é um passo importante que deve ser planejado junto ao seu fonoaudiólogo.

PRÓXIMO

Assista ao vídeo



Você notou?

Sobre o ambiente:

- Pequenos auditórios com apenas um palestrante na frente.
- Pequenos grupos para discussões e trabalhos.
- Som ambiente e rádio nos locais de trabalho.

PRÓXIMO

Socialmente, você precisa:

- Colaborar com o próximo na universidade ou no local de trabalho.
- Formar relacionamentos com outras pessoas para que elas entendam e respeitem suas necessidades.
- Explicar sua perda auditiva.

Você precisará ser capaz de:

- Falar por si mesmo e dizer que possui perda auditiva.
- Identificar e pedir a ajuda necessária para poder ouvir e se comunicar bem.
- Aplicar estratégias de comunicação para ouvir bem.
- Explicar aos outros de que maneira eles podem ajudar.

O que pode ser um desafio para mim?

PRÓXIMO

Clique para visitar os tópicos

Inspirem-se em outras pessoas

Estou pronto (a)?

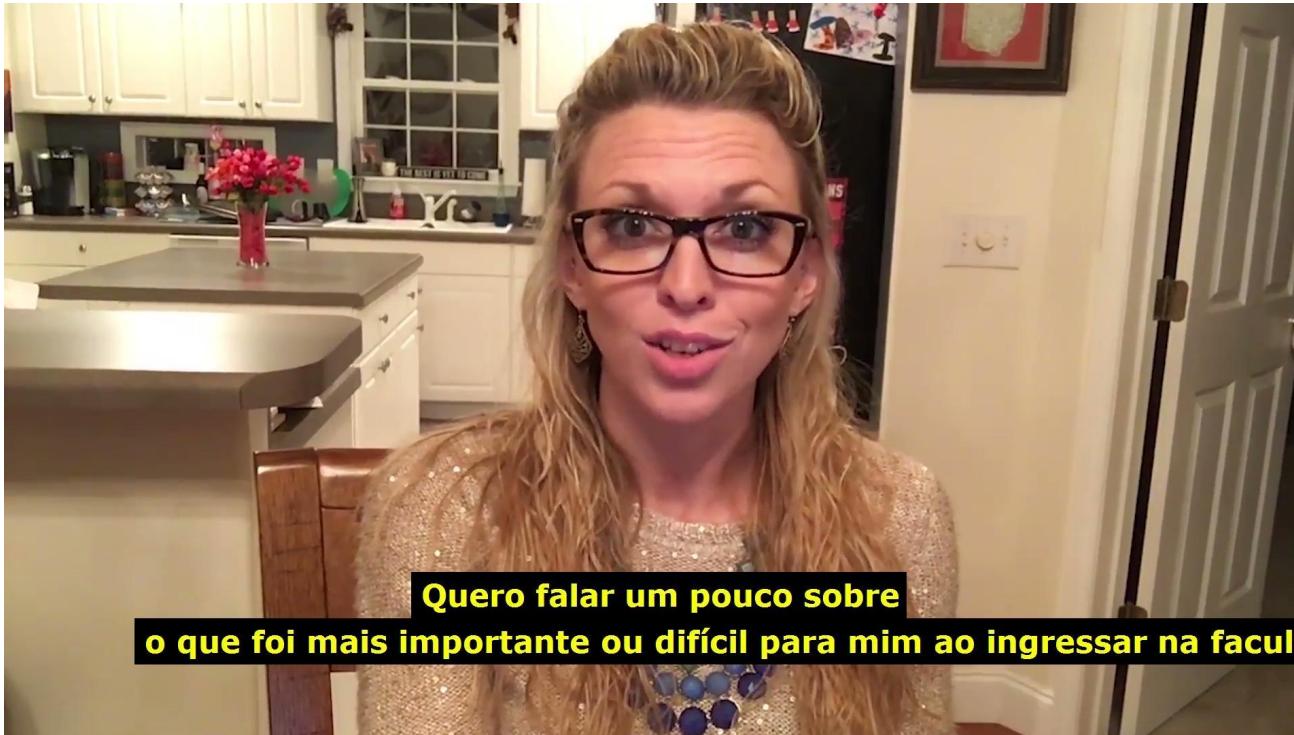
Desenvolva novas habilidades

Inspirem-se em outras pessoas

Podemos aprender muito ouvindo a experiência de outras pessoas que já passaram pelas mesmas situações que nós. Nos vídeos a seguir, jovens com perda auditiva compartilham suas histórias pessoais de como foi crescer com essa condição e quais desafios enfrentaram enquanto se preparavam para sair de casa e dar início à vida acadêmica e profissional.

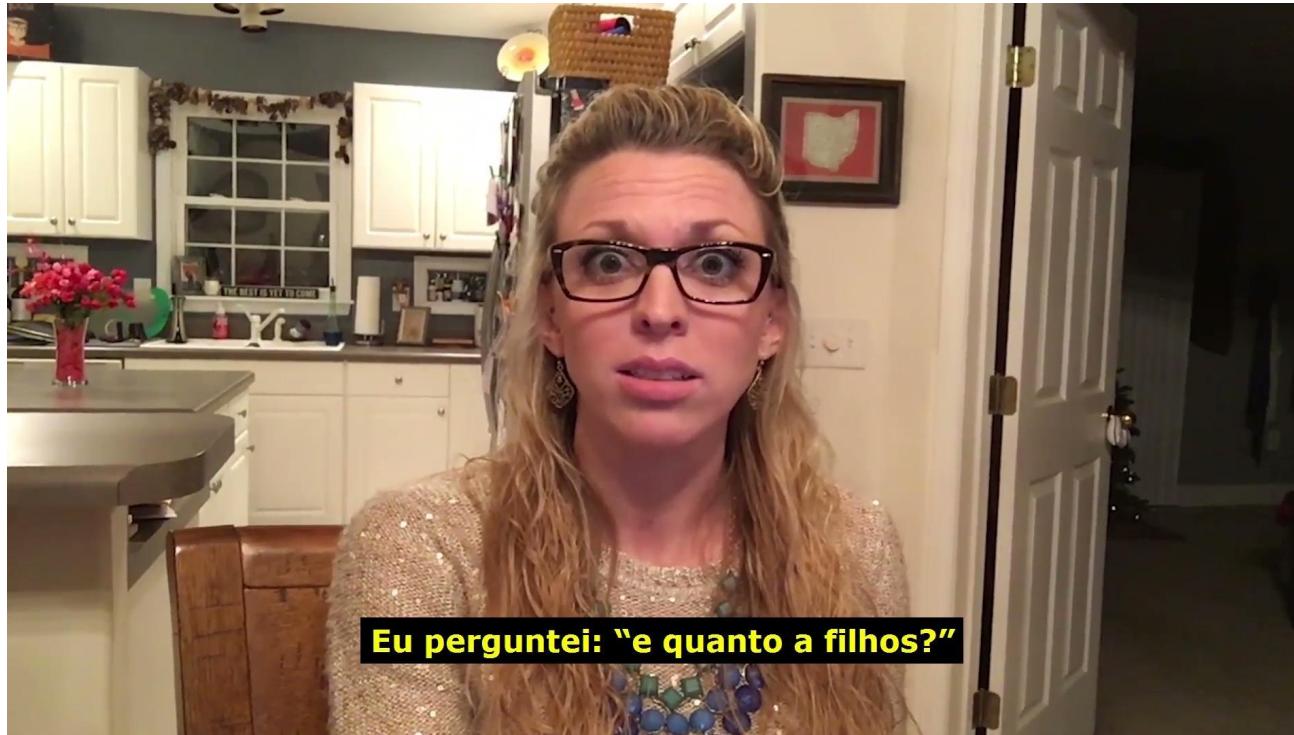
PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



[PRÓXIMO](#)

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



porque eles falavam comigo eu ia embora



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



**me apresentar, explicar
que precisava de um intérprete**

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



**para os estudantes de Stellenbosch
sobre a deficiência.**

PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



**Entretanto, um palestrante
se recusou a usá-lo.**

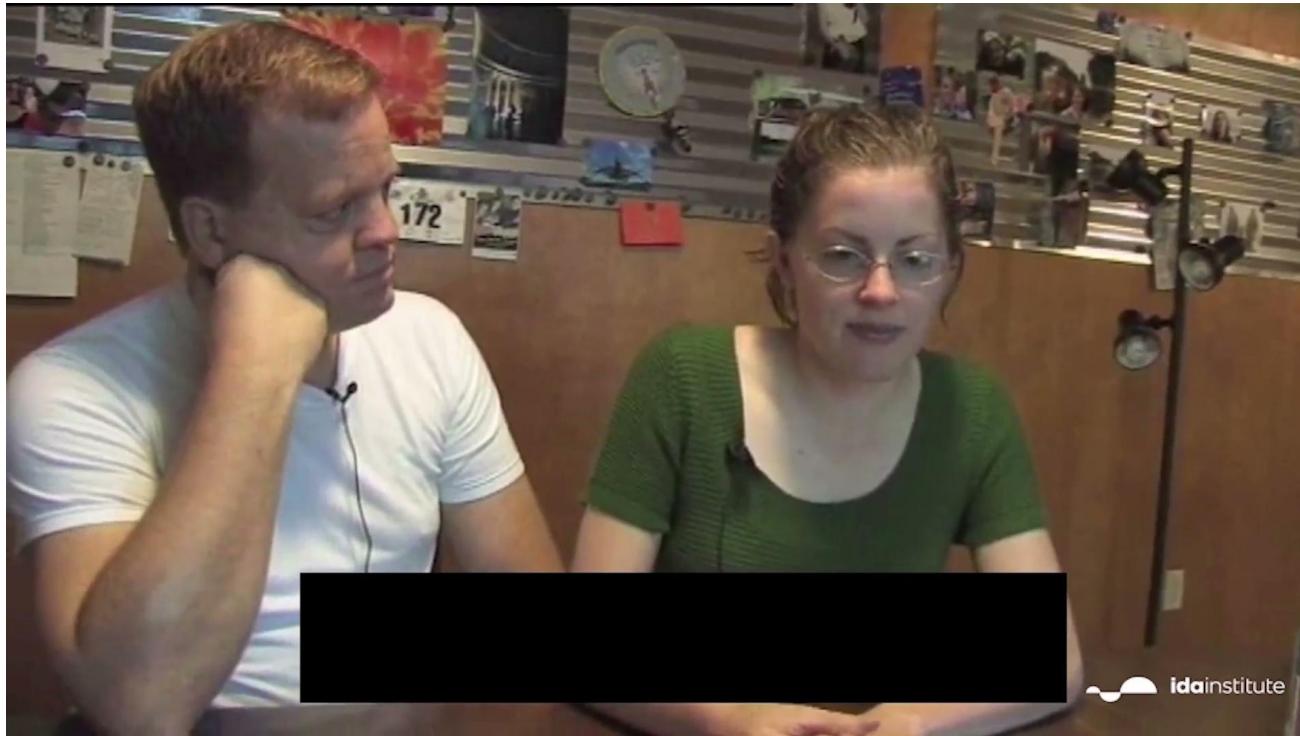
PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



PRÓXIMO

Inspirem-se em outras pessoas



Para refletir:

O que me inspirou ao assistir aos vídeos?

Quais são as habilidades que preciso saber mais sobre?

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Estou pronto (a)?

A jornada auditiva é única para cada um. Para ser feliz e conseguir se comunicar bem em seu local de trabalho, instituição educacional ou com amigos, é aconselhável entender a si mesmo e o suporte que você pode precisar.

Abaixo estão algumas perguntas que podem ajudá-lo a pensar em como você gerencia sua comunicação diária. Responda com sinceridade e use as outras opções de resposta para pensar em maneiras alternativas de abordar a situação. Você também pode aproveitar as perguntas para pensar no suporte que deseja e discutir com sua família ou fonoaudiólogo sobre como obter a ajuda necessária.

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O QUESTIONÁRIO](#)

[Clique aqui para voltar aos tópicos](#)

Desenvolva novas habilidades

Todos os dias você aprende algo sobre si, seja no trabalho, na universidade ou quando passa algum tempo com sua família e amigos. Desenvolve novas habilidades, aperfeiçoa o modo como toma decisões e descobre preferências pessoais em assuntos importantes. Você também continua se manifestando e explicando aos outros como eles podem ajudá-lo a ouvir e se comunicar melhor. As coisas são bem mais fáceis quando você conhece e entende a si mesmo.

[PRÓXIMO](#)

Desenvolva novas habilidades

Habilidades importantes:

- Faça escolhas: saiba o que prefere quando mais de uma opção estiver disponível.
- Tome decisões: considere suas possibilidades e selecione a que melhor se adapta às suas necessidades.
- Solucione problemas: encontre soluções para situações desafiadoras.
- Estabeleça metas: decida sobre uma meta e como alcançá-la.
- Fale por si mesmo: conheça e defenda seus direitos.
- Gerencie e monitore seu desenvolvimento pessoal: Seja responsável por seu próprio desenvolvimento e independência.
- Entenda seus próprios pontos fortes e limitações: Quais são suas preferências, interesses e habilidades?

[**PRÓXIMO**](#)

A seguir estão algumas situações consideráveis para a prática dessas habilidades. Quando tiver terminado, pense em outros exercícios para continuar praticando.

Faça boas escolhas:

- Pense em uma escolha que você fez recentemente e anote o motivo de tê-la feito.
- Por exemplo: ao se preparar para sair de casa, você pesquisou possíveis profissionais de saúde auditiva e escolheu um que achou que atenderia sua necessidade auditiva dali em diante.
- Pergunte a si mesmo:
 - Foi uma boa escolha?
 - Como minha escolha me afetou?
 - Se relevante, como minha escolha afetou os outros?
 - O que teria acontecido se eu tivesse feito uma escolha diferente?

PRÓXIMO

Tome boas decisões:

- Pense em uma decisão que você tomou recentemente e anote por que a fez. Por exemplo:
 - Decidiu em quais carreiras futuras estava interessado e explorou quais habilidades e experiências eram necessárias.
 - Decidiu em quais clubes e grupos poderia ingressar para aperfeiçoar habilidades e conhecimentos necessários mediante a carreira de sua escolha.
- Pergunte a si mesmo:
 - Por que tomei essa decisão?
 - Foi uma boa decisão?
 - Por que foi boa / não tão boa?

[PRÓXIMO](#)

Solucionar problemas:

- Pense em um problema que você enfrentou recentemente e anote a solução que você encontrou. Por exemplo:
 - Houve algum local em que você achou difícil de ouvir e se comunicar, como no trabalho, na faculdade e/ou em atividades de lazer? Pensou em possíveis soluções e pra quem você pediu ajuda.
 - Houveram pessoas com quem você teve dificuldade em ouvir e/ou se comunicar? Convidou-as para discutir e tentar achar uma solução para suas dificuldades.
- Pergunte a si mesmo:
 - Minha abordagem para resolver o problema funcionou bem?
 - Minha solução foi boa?
 - O que mais eu poderia ter feito?

PRÓXIMO

Estabeleça e cumpra metas:

- Defina uma meta para si mesmo - algo que você realmente deseja aprender ou fazer. Agora, anote uma ou duas atividades nas quais você possa se envolver com outras pessoas as quais possam aproximá-lo de seu objetivo.
 - Por exemplo, pense em seus objetivos de carreira a curto e longo prazo. O que você gostaria de alcançar e quais são as etapas necessárias para chegar lá?
- Pergunte a si mesmo:
 - Meus objetivos são realistas?
 - Quem pode me ajudar?
 - Qual é o primeiro passo que posso dar para alcançar minha meta?
 - Como saberei quando atingi meu objetivo?

PRÓXIMO

Gerencie e monitore seu desenvolvimento pessoal:

- Liste uma ou duas novas habilidades que você gostaria de desenvolver e faça um plano passo a passo de como e quando as fará.
 - Por exemplo, pense em novos métodos para ouvir/comunicar-se melhor em situações importantes para você. Identifique as etapas necessárias para implementar esses métodos e anote seu progresso em uma folha.
- Pergunte a si mesmo:
 - Estou fazendo o progresso que desejo?
 - O que mais posso fazer para progredir?

PRÓXIMO

Entenda seus próprios pontos fortes e limitações:

- Faça duas listas - uma com as coisas que você faz bem e outra com as que você gostaria de fazer melhor. Agora compartilhe com um amigo próximo. Pergunte se ele concorda e o que acha que você pode fazer para atingir seus objetivos.
- Pense em como as listas acima podem ajudar a guiá-lo na sua escolha acadêmica e profissional.
- Pergunte a si mesmo:
 - O que posso fazer para aprender melhor esses itens?
 - Em que outras coisas eu quero me tornar bom?
 - Como conhecer meus pontos fortes e limitações podem ajudar a me orientar sobre as importantes escolhas profissionais?

[**CLIQUE AQUI PARA VOLTAR AO MENU DAS IDADES**](#)