



# Autismind 3 – Emoções Secundárias

(edição portuguesa)

## Quais são as emoções secundárias?

Neste caderno trabalha-se a vergonha, o tédio, a angústia ou nervosismo e o nojo. Emoções menos comuns do que as primárias, mas usuais na vida quotidiana. Portanto, é igualmente importante saber identificá-las para compreender o que acontece com os outros e poder dar uma resposta adequada à situação. É também importante trabalhar a capacidade de *insight*, para que a criança aprenda a reconhecer como se sente, permitindo-lhe controlar melhor e autorregular as suas emoções.

Este caderno trabalha a identificação das emoções para aprender os traços característicos de uma expressão. Apresentam-se exercícios prévios para, posteriormente, no caderno 5, abordar aspetos mais complexos da interpretação emocional para além da gesticulação com o rosto que muitos podem aprender utilizando a memória.

## Que importância têm para o desenvolvimento da teoria da mente?

Ao reconhecer uma determinada emoção no outro, será mais fácil ter empatia e evocar uma resposta adequada ao contexto. Por outro lado, estudos com neurónios-espelho demonstraram que é mais fácil compreender o que a outra pessoa sente quando reproduzimos a emoção que observamos; portanto, a prática ativa para simular e reproduzir diferentes emoções também facilitará o reconhecimento e a empatia subsequentes.

A identificação, compreensão e posterior regulação emocional são competências vitais para o desenvolvimento biopsicossocial de qualquer indivíduo.

Alterações ou dificuldades na gestão emocional podem gerar graves problemas de adaptação ao ambiente, ao dificultar inequivocamente as relações sociais, causar desconforto subjetivo e interferir na integração funcional no ambiente escolar, profissional, familiar, etc.

Além disso, uma elevada percentagem de pessoas com autismo apresenta Alexitimia, um termo grego que se refere à incapacidade de ler e/ou expressar sentimentos. Embora seja falso que não consigam sentir e expressar emoções diferentes e ter empatia pelos outros, podem ter dificuldade em identificar os seus próprios sentimentos e os dos outros, problemas em geri-los, e podem expressá-los de forma diferente, nem sempre da forma socialmente esperada.

Por outro lado, a perceção sensorial da informação também é diferente nas pessoas com TEA e estas podem ter maiores dificuldades em integrar toda a informação perceptiva relacionada com um rosto, uma situação ou um determinado contexto, pelo que pode ser mais difícil para elas interpretar o que está a acontecer e evocar uma resposta apropriada; ainda mais quando se trata de aspetos socio emocionais.

Por tudo o que foi dito, propõe-se começar pelo reconhecimento facial das emoções. Uma vez adquirido, o trabalho continuar-se-á a trabalhar para que se compreenda a relação existente entre uma situação e uma emoção, ou seja, os antecedentes que precedem um sentimento e as consequências. Assim, posteriormente, aspetos mais complexos podem ser introduzidos, como o ensino da relação entre desejo e emoção, crença e emoção, etc.

©2024