

TDAH, HISTÓRIA DE VIDA E SUPERAÇÃO - ENTREVISTA COM A PSICÓLOGA MARIA LUÍZA CARVALHO¹

Tereza Borges de Jesus Rodrigues².

RESUMO

Nesta entrevista, aborda-se a história de vida da psicóloga Maria Luíza Carvalho - diagnosticada com TDAH - e busca compreender a superação e os desafios encontrados mediante esse transtorno. O objetivo é compartilhar a história de vida dessa mulher, mãe, esposa, avó, palestrante, poeta, escritora, professora e psicóloga, que representa 5% da população brasileira portadora desse transtorno. Pesquisas científicas apresentam que pessoas com TDAH - conhecida como a tríade desatenção, hiperatividade e impulsividade - sofrem prejuízos em sua vida social, escolar, familiar e emocional. Mattos (2014) sugere o uso de medicamento, terapia comportamental, sendo que, em muitos casos, os familiares também necessitam de acompanhamento médico devido ao alto índice de divórcio causado no ambiente conjugal; sem deixar de mencionar as restrições de familiares em lazer e passeios ocasionadas pela rejeições pela criança diagnosticada com esse transtorno. Elas são rotuladas como mal-educadas, elétricas, “vivem no mundo da lua”, são desorganizadas, preguiçosas e podem apresentar comorbidades, dentre elas, a ansiedade e a depressão. Diante de inúmeras dificuldades apresentadas por esse transtorno, essa entrevista visa a questionar: como conseguir vencer os desafios, superar os obstáculos, se tornando uma pessoa bem sucedida e feliz? Qual o segredo desse sucesso? Que diferencial possui? É realizada como pessoa no âmbito familiar, profissional, social e emocional? Como foi a sua infância? Qual a contribuição da escola nesse processo? Qual o papel da família nesse contexto? Para responder a essas e outras questões foi realizada a entrevista com a psicóloga - com TDAH - para que se possa conhecer e compreender essa realidade desafiadora, por meio de experiência de vida dela, buscando contribuir com as famílias ou pessoas que, também, são diagnosticadas com esse transtorno. Sabemos que cada pessoa é um ser único, apresenta individualidade, particularidade e história de vida únicas; toda mudança depende da resiliência de cada ser, porém, experiências bem sucedidas devem ser valorizadas, contempladas e compartilhadas.

Palavras-chave: TDAH. História de vida. Superação.

ADHD, life history and overcoming, interview with psychologist Maria Luíza Carvalho

ABSTRACT

This article discusses the life history of the psychologist Maria Luíza Carvalho, diagnosed with ADHD and a little understanding of her life history, overcoming and challenges found before this disorder. Our goal is to share the life story of this woman, mother, wife, grandmother, speaker, poet, writer, teacher and psychologist who represents 5% of the Brazilian population. Scientific research shows that people with ADHD, known as the triad (inattention, hyperactivity and impulsivity) present impairments in their social, school, family and emotional lives and Mattos (2014) suggested the use of medication, behavioral therapy, in many cases family members also need it medical follow-up due to the high rate of divorce

¹ A entrevista foi realizada de forma virtual, com gravação de áudio, por questões semiestruturadas, respondidas de forma espontânea; teve duração de 38 minutos e foram 13 questões abertas. Está anexada a autorização TCLE para publicação do material.

² Graduação em Educação Física (UEG); Especialização em Educação Física Escolar (UEG); Especialização em Psicopedagogia e Educação Inclusiva (Faculdade Aposiano/Trindade-GO); Docente da rede municipal de Goiânia-GO; docente da rede estadual de Goiás (Centro de Ensino Especial São Vicente de Paulo).

caused in the marital environment and not to mention the restrictions of family members on leisure and outings caused by the rejections of the child diagnosed with this disorder. They are labeled as rude, electric, live in the world of the moon, disorganized, lazy and not to mention that they can present comorbidity among them anxiety and depression. Faced with numerous difficulties presented by this disorder, how I managed to overcome the challenges, overcome the obstacles and become a successful and happy person. What is the secret of this success? What differential does it have? Is it performed as a person in the family, professional, social and emotional sphere? How was your childhood? What is the school's contribution to this process? What is the role of the family in this context? To answer these and other questions, an interview will be conducted with the psychologist with ADHD so that we can know and understand the way of life experience and contribute to families or people who are also diagnosed with this disorder. We know that each person is unique, has individuality, a particular history of life and everything depends on the resilience of each being, but successful experiences must be valued and contemplated.

Keywords: ADHD. Life history. Overcoming.

TDAH, historia de vida y superación, entrevista con la psicóloga Maria Luíza Carvalho

RESUMEN

En este artículo se analiza la historia de vida de la psicóloga Maria Luíza Carvalho, diagnosticada con TDAH y un poco de conocimiento de su historia de vida, superación y desafíos encontrados ante este trastorno. Nuestro objetivo es compartir la historia de vida de esta mujer, madre, esposa, abuela, locutora, poeta, escritora, docente y psicóloga que representa el 5% de la población brasileña. La investigación científica muestra que las personas con TDAH, conocido como la tríada (inatención, hiperactividad e impulsividad) presentan deficiencias en su vida social, escolar, familiar y emocional y Mattos (2014) sugirió el uso de medicación, terapia conductual, en muchos casos familiares. También es necesario un seguimiento médico debido a la alta tasa de divorcios provocados en el entorno conyugal y sin olvidar las restricciones de los familiares en el ocio y las salidas provocadas por los rechazos del niño diagnosticado con este trastorno. Están etiquetados como groseros, eléctricos, viven en el mundo de la luna, desorganizados, perezosos y sin mencionar que pueden presentar comorbilidad entre ellos ansiedad y depresión. Ante las numerosas dificultades que presenta este trastorno, logré superar los retos, superar los obstáculos y convertirme en una persona exitosa y feliz. ¿Cuál es el secreto de este éxito? ¿Qué diferencial tiene? ¿Se desempeña como persona en el ámbito familiar, profesional, social y emocional? ¿Cómo fue tu infancia? ¿Cuál es la contribución de la escuela a este proceso? ¿Cuál es el papel de la familia en este contexto? Para dar respuesta a estas y otras preguntas, se realizará una entrevista con el psicólogo con TDAH para que podamos conocer y comprender la forma de vivir la experiencia y aportar a las familias o personas que también son diagnosticadas con este trastorno. Sabemos que cada persona es única, tiene una individualidad, una historia de vida particular y todo depende de la resiliencia de cada ser, pero las experiencias exitosas deben ser valoradas y contempladas.

Palabras clave: TDAH. Historia de vida. Superación.

Maria Luíza Carvalho – a psicóloga

Maria Luiza é graduada em Psicologia pelo Instituto Unificado Paulista (1981); especializou-se em Psicologia Comunitária de Libertação pelo Centro Brasileiro de Pesquisa em Saúde Mental, por duas vezes (1987 e 1992); aperfeiçoou-se em formação de *Coaching* pelo Instituto de Pós-Graduação e Graduação (2013); atuou em CEMEI, instituição psiquiátrica,

presídio, é professora universitária; atuou em consultório clínico e como palestrante. Atualmente, é *Coaching* da prefeitura de Nazário-GO, professora de Psicologia da Faculdade Noroeste e atende consultório na Clínica Vitalle. Apresenta vasta experiência no campo educacional. Foi autodiagnosticada com TDAH na fase adulta, após receber o diagnóstico de sua filha, aos 4 anos de idade, com esse transtorno.

Uma breve contextualização do TDAH

Cara psicóloga Maria Luíza, antes de iniciarmos a entrevista, é importante introduzirmos uma breve contextualização do Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), para que os leitores possam se inteirar melhor do tema abordado aqui. Há um número significativo de crianças, de todas as idades, que tem apresentado esse transtorno e, na maioria das vezes, são encaminhadas por intermédio da escola aos consultórios médicos, suspeitando do possível diagnóstico de TDAH que, será conduzido por toda a vida.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (doravante TDAH) é um transtorno que tem como características básicas a desatenção, agitação motora e impulsividade, podendo levar às dificuldades emocionais, de relacionamento, e causar baixo desempenho escolar, dentre outros.

O TDAH é considerado um problema de saúde pública porque os sintomas apresentados podem comprometer a vida social, familiar, educacional e profissional do portador. Estima-se que 5% da população brasileira sofrem desse transtorno e quanto às causas, considera-se, primeiramente, forte influência genética. O diagnóstico é realizado de forma clínica, sendo que o comportamento referente a tríade deve estar presente em pelo menos em dois ambientes, sendo mais perceptível na escola e família. É realizado também um questionário, de acordo com DSM – 5, em que são abordadas 18 questões, dentre elas, as 9 primeiras referem-se à desatenção e, entre a 10^a e a 18^a, são questões que focam a hiperatividade e a impulsividade. Para fechar o diagnóstico, a criança deve se encaixar, no mínimo, em 4 itens de cada parte, para que se configurem indícios do transtorno. O TDHA é reconhecida como doença presente em todo o mundo, independente da cultura, crença religiosa, sexo, idade ou condições sociais.

De acordo com Mattos (2014, p. 18):

É reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que publica a lista de todas as doenças existentes. O TDAH permanece como sendo um diagnóstico com forte embasamento científico, diagnosticado em países muito diferentes culturalmente (como Irã, Estados Unidos, China, Brasil, México, etc.). Veja o posicionamento da Associação médica Americana, uma das mais rigorosas e influentes do mundo, disse a respeito do TDAH em 1998: ‘O

TDAH é um dos transtornos mais estudados na medicina e os dados gerais sobre sua validade são muito mais convincentes que a maioria dos transtornos mentais e até mesmo que muitas condições médicas’.

O TDAH apresenta-se sob três tipos, sendo eles: 1 - predominante desatento, 2 - predominante hiperativo/impulsivo, 3 - combinado (desatento, hiperativo e impulsivo). De acordo com pesquisas científicas, as meninas apresentam o tipo 1- predominante desatenta e, isso, justifica o diagnóstico tardio, porque, nesse caso, apresentam dificuldades de aprendizagem; enquanto que os meninos são, comumente, o tipo 2- hiperativo/impulsivo, sendo que esse comportamento interfere no âmbito educacional, familiar e social. Mattos (2014) reforça, ainda, que esse transtorno causa vários prejuízos na vida da pessoa, podendo se estender na fase adulta e podendo ocasionar prejuízos na vida da pessoa no âmbito social, de aprendizagem, de relacionamento, familiar, interpessoal e emocional, pois apresenta maior índice de: acidentes, reprovações, expulsões, abandono escolar, ansiedade e depressão. O mesmo especialista sugere o uso de medicamento e terapia comportamental.

ENTREVISTA

1 – Como e quando foi diagnosticada com TDAH?

Maria Luiza- “Em meu caso, foi realizado o autodiagnóstico. Na época que me formei em Psicologia, não havia esse termo TDAH e, sim, Agitação Motora. Minha filha, aos quatro anos de idade, iniciou o tratamento referente a Agitação Motora; esse tratamento foi se estendendo e eu fui, cada vez mais, me inteirando do assunto; nisso, percebi que eu apresentava as mesmas características dela. Percebi, também, que meu pai tinha esse mesmo perfil e comecei estudar a árvore geneológica da família e, assim, consegui fechar o diagnóstico. Isso aconteceu em 1999, eu era adulta, com 16 anos de formada; nessa mesma época, eu me mudei para o Estado de Goiás. Mesmo com o autodiagnóstico, fui questionada por muitas pessoas se esse laudo seria o correto; porém, pelo fato de iniciar o trabalho na Vila São José Bento Cottolengo, em Trindade-GO, confirmou-se o diagnóstico. E isso foi visto com muito humor, pois pude compreender os sofrimentos que tive na infância e enxergar o lado bom das coisas, porque a pessoa com esse transtorno é muito dinâmica. Uma fala que me marcou muito foi da autora Ana Beatriz, no livro *Mentes Inquietas*, no qual ela aborda que o futuro da humanidade está na mente inquieta. Sempre passo isso para meus clientes e acredito piamente nesse discurso. Então, aquilo que era sofrimento, passou a ser diversão, filosofia de vida.

2– Realizou terapia?

Maria Luiza- “A terapia eu fiz por toda a vida e como ainda não tinha o diagnóstico de TDAH, era tratada a ansiedade e comportamento deprimido. Com o autoconhecimento, a gente passa a se conhecer melhor e superar os obstáculos, situações simples que passavam a fazer parte das crenças limitantes. E o TDAH tem esse perfil de ser facilmente influenciado pelo grupo; isso ocorre, muitas vezes, pela carência afetiva, emocional; se a auto-estima não for trabalhada, de forma que possa sentir que é bom em alguma coisa e se sentie útil, devido a essa instabilidade, você pode seguir o caminho do bem ou não. Uma questão muito importante, abordada por vários autores, é a compulsão que é uma das características do TDAH. A compulsão pode levar ao refúgio na alimentação, bebidas alcoólicas e uso de drogas. Por isso, vejo a importância de trabalhar com crianças, desde a educação infantil, como forma de prevenção, no sentido de que esse transtorno desencadeia comportamento de baixa tolerância às frustrações e observo que o TDAH apresenta muita dificuldade em lidar com perdas, intolerâncias às frustrações, baixa auto-estima e, isso, faz com que desista facilmente dos seus objetivos, troca de interesse muito rápido e, muitas vezes, ‘chuta o balde’, partindo para outra coisa, outra coisa e outra coisa, repetidamente. Lógico, que conseguimos fazer várias coisas ao mesmo tempo, porém o objetivo deve permanecer. Em meu caso, sou palestrante, psicóloga, professora, mãe, avó, esposa, dona de casa, poeta e escrevo. Retomando a fala anterior, você lembra Tereza, daquele projeto que você acompanhou em Nazário, que íamos para a Educação Infantil trabalhar a prevenção do uso do álcool e outras drogas e fui muito questionada quanto a isso? O nosso objetivo era em caráter preventivo e ensinar as crianças a lidar com as frustrações. Outro fator importante, que quero abordar aqui, é a importância da escuta realizada com eles. Por serem muito prolixos, as pessoas não tem paciência de escutar e corta, corta, corta e essa situação vai entrando na alma deles, reforçando ainda mais o comportamento de compulsão, baixa auto-estima; é gostoso é ter alguém para nos ouvir, sem julgar ou mesmo condenar”.

3 – Fez uso de medicamento?

Maria Luiza- “Não fiz uso de medicamento específico para o TDAH, mesmo porque, no meu caso, foi realizado o autodiagnóstico. Era ansiosa. Inclusive, quando mudei para Goiás, as pessoas assustavam, porque parecia que tinha patins nos pés, era muito rápida, conseguia fazer várias coisas ao mesmo tempo e quando parava, desmaiava, dormia profundamente e isso fazia com que interpretassem que estava deprimida, mas era exaustão, esgotamento físico e mental. Como foi mencionado anteriormente, tinha Agitação Motora. Sempre fui muito alegre, espontânea e dinâmica. Outro fator que ajuda bastante na qualidade de vida do TDAH, são os

exercícios físicos, pois oxigenam o cérebro, aumentando a produtividade e previnem a exaustão. Em meu caso, o *coaching* me ajudou muito ao autoconhecimento, faço 3 vezes por semana; interessante que o professor me conhece e sabe quando estou desviando o meu pensamento, por meio da minha respiração, e sempre fala: ‘voltando aqui’. Pensa que isso é fácil? Não. É treinamento. Sempre oriento os pais de crianças com TDAH a colocarem na natação para que o cérebro seja oxigenado e, isso, é uma medida preventiva da exaustão”.

4 – Apresenta alguma comorbidade associada ao TDAH? Qual?

Maria Luiza- “Como foi mencionado, anteriormente, pela ansiedade, eu descobri sozinha que era dislexa. A dislexia foi descoberta antes mesmo de saber do TDAH. Tive uma professora muito boa e, quando fui prestar concurso em São Paulo, ela me orientou para que eu não me apavorasse e desse um ‘branco’, sugeriu substituir as palavras que teria dificuldade em escrever ou dúvida; assim fiz. Consegui a classificação de excelência na redação. Devido o aceleração trocava as letras ou mesmo faltava. Essa estratégia de substituir está presente até hoje em minha vida. Utilizo-a em minhas aulas para não trocar nomes de alunos. Esse fato de trocar nomes me trazia um sofrimento idiota. Em minhas aulas conto com ajuda dos próprios alunos na organização dos materiais, ministração das aulas. Você, Tereza, conhece muitos dos meus projetos, já trabalhamos com um grupo de 340 alunos, ministrando a teoria e, depois, a prática. Isso era uma loucura, se formos analisar, ‘fora da casinha’ e, ainda, tivemos êxito, sem explosão. Outro trabalho desafiador, somente um TDAH consegue: coordenei 500 alunos e 50 professores na universidade em que atuava, com sucesso. Arrumei uma forma de me organizar e sempre pedindo ajuda aos alunos: ‘caso eu não te responder, me lembra’. Essa ação é sinal de humildade, é saber que temos potencialidades e limitação. E nas limitações, devemos procurar mecanismo para que possa superar. O *Coaching* me ajudou muito nesse aspecto.

5 – Qual é o tipo predominante do TDAH?

Maria Luiza- “Vejo que o tipo predominante é a agitação motora e a desatenção. Consequentemente, perde se o foco. Sempre que iniciar uma atividade, concluí-la para iniciar outra, sendo uma coisa de cada vez. É interessante que as metas sejam curtas para que alcance o alvo. É importante que se tenha um alvo e que esse alvo se transforme em sonho. O TDAH precisa ter um sonho e isso se transforma em hiperfoco. O hiperfoco é necessário para que não se perca no meio do caminho. Outro fator que me ajudou bastante, é a organização da rotina. Vejo que sou um pouco autista no sentido da aprendizagem, necessito de estímulo visual, trabalho com estruturação, previsibilidade e rotina, porém as aulas devem ser mirabolantes para que possa marcar na vida do aluno. A organização e estruturação de rotina é de suma

importância na vida do TDAH, para que não se perca; é importante traçar metas de curta duração e, bato na mesma tecla, escuta e valoriza seu filho. Eu fiz do TDAH uma bandeira de luta. Sempre lutei em prol da inclusão e levanto essa bandeira, luto e acredito piamente nesse trabalho”.

6 – Fala um pouco de seu convívio escolar e familiar.

Maria Luiza- “Quanto ao convívio familiar, lembro do meu irmão dizer que eu era estabanada, quebrava tudo, ‘olha o jeito que você pega pasta de dente’. Inclusive, quando fui fazer meu primeiro trabalho na APAE, com bebês, eles falavam em minha casa assim: - ‘Você vai derrubar os bebezinhos’. Acabei criando um mecanismo para que isso não acontecesse, atendia os bebês no tatame e quanto sofrimento isso trazia. Esses comentários faz com que criemos crenças limitantes, provocando sofrimento. Isso, de forma inconsciente, nos massacra. Hoje, existe mecanismo para trabalhar essas crenças limitantes, muitos recursos para tirar do inconsciente as crenças que foram constituídas a partir de discursos negativos. Hoje, como foi mencionado anteriormente, meu pai apresentava características de TDAH, minhas duas filhas, minha neta e meu genro. Com isso, fica evidenciada a forte influência da carga genética”. Já na escola, eu esquecia o lanche, fazia as tarefas mas não levava o caderno e essa ação era interpretada pela professora como enrolação. Meus pertences ficavam fora do lugar. Aprendi a fazer um roteiro das coisas que precisava me organizar. Sempre tive pavor das coisas desorganizadas, é como se fosse um caos instalado. Tinha tanto medo de esquecer algo importante, que comecei a me organizar metodicamente e, com isso, tornei-me uma pessoa extremamente organizada, estruturada e meus alunos da faculdade nem percebiam que sou TDAH”.

7 – Qual o perfil dos professores que marcou sua vida positivamente ou negativamente?

Maria Luiza- “Professores que marcam a vida do aluno positivamente, não refiro somente a minha vida, são aqueles que sabem ouvir, apresentam empatia, envolvem os alunos nas aulas, acredita no potencial do aluno, descobre a inteligência predominante de cada um, valorizando-a; o ensino deve ser humanizado com foco no aprendiz. Tive alguns professores que me lembro até hoje (o TDAH tem essa marca emocional muito boa), que ensinavam com afeto, sorriam, abraçavam e, dependendo do professor, eu consegui aprender as disciplinas mais difíceis”. Já os professores que marcam a vida do aluno negativamente, principalmente para o TDAH, são aqueles que ministram aulas horrorosas, monótonas. Tive uma professora de História, no segundo ano, que cheguei a ser reprovada; lembro-me que dormia durante a aula e ganhava cascuto na cabeça e tinha bom desempenho nas demais disciplinas. Outro fato marcante ocorreu com o professor de Química, lembro-me dele me enforcando. Ficava muito nervosa

quando tinha sabatina oral; isso, para o TDAH, é a morte. Já fiquei sem falar 15 minutos na aula e ninguém percebeu nada. Sempre tive que dedicar 10 vezes mais que meus colegas e sempre fui considerada muito esforçada e dedicada; mas, na verdade, isso ocorria para superar os déficits no ensino que não atendia as necessidades do TDAH”.

9 – Tinha muitos colegas na escola? Sofreu *bullying*?

Maria Luiza- “Engraçado, sempre me metia muito com os colegas, acho que tinha a pureza do TDAH, a inocência... nunca senti que sofria *Bullying*; se tive, isso não me paralizou. Quando adulta, fiz disso um humor... achar graça de mim mesma... assim, ia levando a vida. Amo viver, sou feliz, realizada em todas as áreas, sou apaixonada por mim mesma e reconheço que tenho inteligência emocional”.

10 - Especifica três momentos em sua vida: lição de casa, realização de provas escolares e notas ou avaliação. Esses momentos eram conflituosos?

Maria Luiza- “Muito, Tereza. Muito mesmo. Chegava a ter pesadelo e, até hoje, recordo desses pesadelos que tive no primeiro e segundo graus. Ficava muito nervosa, ansiosa, principalmente, na realização de prova oral; já cheguei a perder a voz e uma das formas que encontrava para amenizar esse sofrimento era dedicar aos trabalhos escolares para não passar por esse constrangimento. Não me considerava inteligente e, sim, esforçada e dedicada. Mas, isso não me paralisou. Consegui passar em concursos públicos com excelente classificação”.

11 – Que fato marcou sua vida positivamente ou negativamente (escola/família/profissional)?

Maria Luiza- “Como já foi mencionado anteriormente, tive professores que marcaram minha vida positivamente e negativamente. Quero refoçar aqui, professores que deixaram suas marcas positivamente, são aqueles que trabalhavam com afeto, amor, escuta, empatia e de forma humanizada, porque a criatura pode superar o criador. Quanto àquelas aulas horrorosas, monótonas, também serviram como aprendizagem. Sempre reivento em minhas aulas, mesmo quando não havia tantos recursos tecnológicos, eu utilizava cartazes, ia dar aula com uma mala que continha vários recursos a serem utilizados, parecia um santuário, um grande evento. Tinha como objetivo estimular os alunos, envolve-los, movimentar e chamar a atenção deles. Sempre tive êxito. Essas características ficam registradas em nossas vidas e não me refiro somente àqueles TDAH, mas, sim, a todos os alunos, porque aquilo que é desafio para nós, se torna prazer. Não sei de onde veio essa sabedoria que não me paralisou em nenhum momento da minha vida, sempre usava mecanismo para sanar as dificuldades. Um grande desafio encontrado em minha vida foi conseguir tirar a carteira de motorista. Eu me lembro muito de quando

conheci Celso Antunes, mestre em ciências humanas e especialista em inteligência e cognição; tive o prazer de levá-lo para a universidade para ministrar palestras. Um dia, fui almoçar com ele e falei assim: ‘Desculpa, é muito feio aproveitar o momento do almoço para sugar palestrante, mas tenho que te fazer uma pergunta porque isso me causa muito sofrimento. Na época, já era professora universitária e atendia no consultório, era reconhecida profissionalmente. Atendia paciente psiquiátrico, em estado grave, que dirigia normalmente e eu não consigo a admissão na carteira de motorista’. Ele respondeu: ‘Vou te explicar uma coisa: o jovem absorve toda essa localização espacial em um número x de aula. Você vai precisar de uma quantidade maior de aulas para que possa assimilar o processo do conhecimento e, nesse caso, a repetição leva à elaboração da aprendizagem. Isso, porque seu cérebro necessita de maior estímulo devido a essa área não ser tão desenvolvida; e reforço ainda, quando passar por esse processo, será tão boa ou melhor que muitos que alcançaram esse êxito em menos tempo’. Segui a orientação dele, continuei fazendo os retestes, fui reprovada por mais 3 vezes e, na quarta, fui aprovada. O melhor de tudo, realizei o que tanto sonhava, era ministrar palestras para os instrutores de trânsito, aqui em Goiânia e mostrar que fui reprovada x vezes, que tive participação sim nessas reprovações, porém houve falha também do ensino, falta de humanização e sensibilidade. Com certeza, aqueles instrutores, com os quais fui reprovada, faziam parte do grupo de cursistas e, com certeza, devem ter me reconhecido. Meu sonho de consumo era colocar em meu currículo que fui reprovada x vezes, mas consegui passar. Realmente, Tereza, para o TDAH, a organização espacial é uma loucura, a gente se perde em quatro quadras. Hoje em dia, se fala muito em GPS, eu não consigo compreender o comando da fala, fico perdida, gera sofrimento... ‘a tantos metros vira a direita, vira a direita, vira a direita’. O comando do cérebro não acompanha o comando da fala. Existe outros mecanismos para evitar esse sofrimento, como, por exemplo, o Uber”.

12 – Qual mensagem gostaria de deixar para as crianças ou familiares que apresentam esse transtorno?

Maria Luiza- “Então, pai e mãe, procurem descobrir, juntamente com o profissional que acompanha o tratamento ou mesmo com a professora, a inteligência predominante do seu filho. Em meu caso, tenho a inteligência emocional. Posso apresentar dificuldade na orientação espacial, isso não é problema, pois existem mecanismos para superar esses limites e evitar sofrimento. Agora, a inteligência emocional me proporcionou a estimular a escuta, saber falar, empatia, de saber o que é a exclusão. Procura conhecer seu filho(a), o que faz brilhar os seus olhos, veja o que está nas entrelinhas; isso faz toda a diferença na vida dele(a). Agora, você

pensa, eu não fui a única TDAH na família, isso contribuiu muito com minha formação e, também, pude ajudar meus familiares que apresentam esse transtorno. Isso, para mim, hoje, é muito tranquilo. Utilizo de mecanismo para superar as limitações que nem são percebidas por muitos. Faço ioga que melhora a produtividade. Agora, pais, é importante que seu filho faça uma atividade física para que aumente a oxigenação do cérebro e evite a exaustão. Participei, alguns anos atrás, de um projeto referente ao uso de álcool e drogas e pude perceber o grande número de TDAH que faziam parte desse projeto... Dá dó, Tereza. A literatura aborda isso. Somos muito fáceis de sermos influenciados pelo grupo, levados de um lado para outro, a carência afetiva e emocional, a baixa tolerância às frustrações, a instabilidade em apresentar comportamento ‘de oito ou oitenta’, a falta da escuta, julgamento, isso tudo contribui na perda do foco. Na faculdade, tive vários alunos com mentes brilhantes que não conseguiam concluir o curso. Sempre iniciavam um curso e paravam. Iniciavam outro e paravam novamente. Com isso, acabavam sendo mal vistos pelo grupo de professores, excluídos, discriminados por não serem compreendidos. Hoje fico feliz que muitos conseguiram superar, conseguiram fazer pós-graduação na UFG. Então, acreditem no potencial do seu(a) filho(a)”.

13 – Que pergunta não te fiz e que você gostaria de abordar?

Maria Luiza- “É importante que mantenha o equilíbrio, não querer solução imediata ou automática, tudo na vida faz parte de um processo. Outro fator importante é desenvolver uma história de amor por você mesmo, porque, assim, supera tudo. As terapias contribuem com autoconhecimento; acreditar que você pode ser semente e, por onde passar, vai semeando... chega um ponto de olharmos para trás e ver as conquistas, o crescimento, a valorização. Eu me emociono muito em falar isso, porque acredito que isso é possível por meio da educação humanizada. Não adianta muitas técnicas e recursos, se o foco não for o ser humano. Já pensou, formarmos futuros cidadãos desse país com as pessoas com esse transtornos? Bem trabalhados? Líder políticos? Quanto são dinâmicos, vão atraindo multidões por onde passam. Mil projetos, mil projetos, mil projetos. Sou apaixonada pela minha história de vida. É interessante equilibrar a história de vida com o profissional. Né? Esse é o grande desafio, desenvolver de forma paralela conquistas profissional e pessoal. Não adianta ser valorizado pelo outro se não tiver o reconhecimento próprio. Isso representa amadurecimento. Quero finalizar agradecendo pela oportunidade de poder contribuir um pouco com seu trabalho. Gostei muito da forma como foi conduzida, pois foi abordado o ser humano de forma global, valorizando sua essência”.

Conclusões da pesquisadora

Trabalhar com a metodologia de história de vida é de grande relevância, pois, por meio de experiências bem sucedidas, abrem-se caminhos, renova-se a esperança, possibilita-se um novo olhar diante dos desafios encontrados. Lembramos que cada ser é único e apresenta as suas particularidades e a sua história de vida. Por isso, queremos concluir com o pensamento de Albert Einstein “ Todo mundo é um gênio. Mas, se você julgar um peixe por sua capacidade de subir em uma árvore, ele vai gastar toda a sua vida acreditando ser estúpido”.

Referências bibliográficas

AMÉRICO, Camila Della Passe; KAPPEL, Natálie dos Reis Rodrigues; BERLEZE, Adriana. A criança com TDAH: análise do desempenho escolar e engajamento motor. **Cinergis**, v. 17, n. 2, 2016.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DO DÉFICIT DE ATENÇÃO. **Quadro Clínico**, 2016. Disponível em: < <https://tdah.org.br/quadro-clinico/>>. Acesso em: 16 março 2020.

CRUZ, Murilo Galvão Amancio; OKAMOTO, Mary Yoko; FERRAZZA, Daniele de Andrade. O caso Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e a medicalização da educação: uma análise a partir do relato de pais e professores. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 20, n. 58, p. 703-714, Sept. 2016. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832016000300703&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Oct. 2020. Epub Apr 15, 2016

CURY, A. **Inteligência Socioemocional: A formação de Mentes Brilhantes**. [S. I.]: Escola da Inteligência Cursos Educacionais, 2015.

DE LA TAILLE, Yves; DE OLIVEIRA, Marta Kohl; DANTAS, Heloysa. **Piaget, Vigotski, Wallon: Teorias psicogenéticas em discussão**. Summus editorial, 2019.

DE SOUZA, Fernanda Alves; DE OLIVEIRA, Vania Cristine. TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE: ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO APOIO À CRIANÇA COM TDAH. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 4, n. Suppl1, p. 21-21, 2018.

LENZI, Cristiana Roth de Moraes e MARCHI, Rita de Cássia. **Condutas Indesejadas na Escola: uma Análise Sociológica sobre a Criança com Diagnóstico de TDAH**. 2017

MATTOS, Paulo. **No mundo da lua** – perguntas e respostas sobre Transtornos do Déficit de Atenção com Hiperatividade em crianças, adolescentes e adultos. 16 ed. ABDA, 2014.

TARTUCE, T. J. A. **Métodos de pesquisa**. Fortaleza: UNICE – Ensino Superior, 2006. Apostila.

ANEXO

Trindade, 02 de novembro de 2020.

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA GRAVAÇÃO DE VOZ E PUBLICAÇÃO EM REVISTA CIENTÍFICA

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA GRAVAÇÃO DE VOZ E PUBLICAÇÃO EM REVISTA CIENTÍFICA. Eu, Maria Luiza Carvalho, após compreender os riscos e benefícios (divulgação da minha história de vida), referente a pesquisa intitulada (TDAH: história de vida e superação. Entrevista com a psicóloga Maria Luiza) poderá trazer e, entender especialmente os métodos que serão usados para a coleta de dados (gravação de áudio, perguntas estruturadas e abertas) assim como, estar ciente da necessidade da gravação de minha entrevista, AUTORIZO, por meio deste termo, a pesquisadora (Tereza Borges de Jesus Rodrigues) a realizar a gravação de minha entrevista sem custos financeiros a nenhuma parte. Esta AUTORIZAÇÃO foi concedida mediante o compromisso da pesquisadora acima citada em garantir-me os seguintes direitos: 1. poderei ler a transcrição de minha gravação; 2. os dados coletados serão usados exclusivamente para gerar informações para a pesquisa aqui relatada como publicação em revista científica 3. minha identificação será revelada das vias de publicação das informações geradas; 4. qualquer outra forma de utilização dessas informações somente poderá ser feita mediante minha autorização; 5. os dados coletados serão guardados por 5 anos, sob a responsabilidade da pesquisadora, e após esse período serão destruídos e, 6. serei livre para interromper minha participação na pesquisa qualquer momento e/ou solicitar a posse da gravação e transcrição de minha entrevista.

Trindade, 02 de novembro de 2020.

Maria Luiza Carvalho

Assinatura do participante da pesquisa

Tereza Borges de Jesus Rodrigues

Assinatura e carimbo do pesquisador responsável