

# Você sabe o que é o hiperfoco?

Hiperfoco é um estado mental caracterizado por uma concentração intensa e profunda em uma atividade, objeto ou pessoa específica.

Ocorre um grande envolvimento por aquilo que está fazendo, podendo até mesmo perder a noção do tempo e do ambiente ao seu redor.

Trens, carrinhos, dinossauros, letras e números são exemplos de brinquedos que podem ser hiperfoco de uma criança.

Durante o hiperfoco evite pedir para a criança fazer atividades que não são do seu interesse, pois isso pode desregular a mesma.

É muito importante organizar a rotina pra que a criança tenha novas experiências e não fique restrita ao hiperfoco.

Espero ter te ajudado a saber mais sobre hiperfoco

**@imaginamenteautismo**