

PORADNIK

opracowany przez psychologa szkolnego

Agnieszka Kowalczyk

CZEŚĆ III: SPECYFICZNE TRUDNOŚCI W NAUCE

- 1. TROCHĘ TEORII*
- 2. PORADY DLA RODZICÓW*

I. TROCHEŃ TEORII

Specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu stanowią przyczynę poważnych problemów dziecka oraz jego rodziców i nauczycieli zaangażowanych w proces edukacji. Dlatego ważna jest nie tylko świadomość uwarunkowań dysleksji, ale także wiedza o tym, jak sobie z nią radzić.

Dysleksja rozwojowa, to specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu u dzieci o prawidłowym rozwoju umysłowym. Występują one pomimo posiadanej wiedzy, odpowiedniej motywacji do pracy i systematycznych ćwiczeń.

DYSLEKSJA UTRZYMUJE SIĘ PRZEZ CAŁE ŻYCIE.

Specyficzne trudności dziecka w nauce, obejmującą kilka obszarów: dysleksję, dysgrafię, dysortografię, dyskalkulię.

- dysleksja w znaczeniu węższym oznacza specyficzne trudności w czytaniu oraz jego usprawnianiu, utrzymujące się pomimo systematycznej pracy i ćwiczeń; dziecko myli podobnie wyglądające litery (p, b, d), przestawia głoski, pomija sylaby, czyta początek wyrazu, resztę zgaduje, tempo czytania bardzo wolne;
- dysgrafia, to zaburzony poziom graficzny pisma (brzydkie pismo), litery są wielkie i niekształtne, wychodzące poza linie, dziecko myli podobnie wyglądające litery, opuszcza oraz przestawia litery i sylaby, jeden wyraz zapisuje na kilka sposobów, np. syja, szja, sja (szyja), i nie widzi różnicy;
- dysortografia, to trudności w opanowaniu poprawnej pisowni, w tym także błędy ortograficzne, pomimo znajomości zasad oraz systematycznej pracy; dziecko w jednym tekście pisze np. góra i gura i nie zauważa różnicy;
- dyskalkulia to zaburzenia w nauce matematyki (trudności w nazywaniu cyfr, zapisaniu znaków, cyfr i symboli, mylenie działań np. dziecko powinno podzielić a mnoży, chociaż widzi znak dzielenia);

Dysleksja to trudności występujące zazwyczaj u dzieci **inteligentnych i pracowitych** oraz **zmotywowanych**. Diagnozę dysleksji stawia się **wyłącznie** u dzieci o prawidłowym rozwoju intelektualnym – są to trudności specyficzne (nie da się ich wytłumaczyć jakimś

oczywistym czynnikiem jak: słabe możliwości umysłowe, utrata słuchu czy przewlekła choroba).

Ponadto obraz trudności dziecka z dysleksją nie jest jednolity, co wynika ze znacznych różnic indywidualnych między dziećmi w zakresie konfiguracji poszczególnych zdolności, temperamentu i osobowości.

Konsekwencje dysleksji:

- mechanizmy wywołujące dysleksję powodują także wiele innych objawów związanych z mową i uczeniem się;
- problemy w czytaniu i pisaniu mogą wywołać trudności w innych przedmiotach szkolnych: matematyce, historii, biologii czy nawet muzyce lub wychowaniu fizycznym;
- konsekwencją dysleksji mogą stać się problemy emocjonalne: lęk szkolny, zaniżona samoocena, wycofanie czy depresja;
- dysleksja w dorosłym życiu ogranicza możliwości wykonywania wielu zawodów wymagających szybkiego zapamiętywania i przetwarzania informacji mówionych lub pisanych.

Dysleksja to problemy pojawiające się nie tylko na początku szkolnej edukacji

- objawy dysleksji nie ustępują wraz z wiekiem – towarzyszą człowiekowi przez całe życie, dlatego osoba z dysleksją potrzebuje wsparcia terapeutycznego i specjalistycznych działań edukacyjnych, aby zminimalizować jej skutki w codziennym życiu;
- dzieci z dysleksją mają odmienne potrzeby edukacyjne niż rówieśnicy, potrzebują: metod nauczania dostosowanych do ich indywidualnych potrzeb; pomocy specjalistów: psychologów, logopedów, pedagogów terapeutów.
- jej wczesne symptomy można zauważyć już w przedszkolu (mówimy wtedy o tzw. ryzyku dysleksji).

Dysleksji **nie pokona** intensywne nauki i wielokrotne powtórki. Osoby z dysleksją nie są w stanie (lub przychodzi im to powoli i z trudem) opanować umiejętności czytania i pisania z wykorzystaniem typowych metod dydaktycznych. Dzieci potrzebują: specjalnie dostosowanych metod pozwalających lepiej sobie radzić z trudnościami.

Dysleksja nie przekreśla perspektyw dziecka na przyszłość. Osoby z dysleksją co prawda doświadczają wielu trudności, ale zdecydowana większość z nich z powodzeniem

kończy szkoły i studia. Osoby z dysleksją równie często jak inne stają się wybitnymi specjalistami w wielu dziedzinach, o ile otrzymają, zwłaszcza w dzieciństwie, odpowiednie wsparcie.

II. PORADY DLA RODZICÓW

Niepowodzenia szkolne dziecka mogą prowadzić do problemów emocjonalnych, dlatego tak ważna jest wczesna diagnoza i objęcie go odpowiednią opieką i wsparciem.

Rodzice powinni dostarczać mu wsparcie i pomagać w poznaniu siebie i zrozumieniu mocnych i słabszych stron. Dzieci porównują siebie z rówieśnikami i stopniowo może to stawać się powodem frustracji i zaniżania samooceny. W szkole w efekcie takich porównań oraz doświadczanych niepowodzeń, pojawić się może poczucie winy, wstyd, frustracja czy spadek motywacji.

Mając na uwadze dobro dziecka, ważne jest by rozmawiać z nim na temat dysleksji, trudności w uczeniu się a także jakie emocje mu towarzyszą. Istotne jest by szukać i pokazywać dziecku jego pozytywne cechy, mocne strony, uzdolnienia, by dziecko miało szansę widzieć siebie jako **wartościowego człowieka**, a nie patrzyło na siebie jedynie przez pryzmat niepowodzeń spowodowanych dysleksją. Ważne jest, aby dziecko chciało dzielić się z rodzicami swoimi przeżyciami, zarówno tymi przyjemnymi, jak i przykrymi. Jeżeli zostanie zlekceważone, może zamknąć się przed nimi i wówczas pozostanie samo z emocjami, których przebieg rodzice mogliby złagodzić.

Co rodzice powinni robić?

- zrozumieć problem dziecka (dziecko nie jest leniwe czy niezdolne, ono po prostu potrzebuje właściwie ukierunkowanej pomocy);
- poszukiwać mocnych stron dziecka, zauważać je i wzmacniać poprzez wyznaczanie odpowiednich zadań, stwarzać okazje do osiągnięcia sukcesu;
- uznać prawo dziecka do błędów;
- pomagać w odrabianiu pracy domowej (odrabianie lekcji przez dziecko z dysleksją trwa 2-3 razy dłużej niż dziecka bez takiej diagnozy);
- stopniowo wdrażać dziecko do samodzielnego odrabiania zadań domowych, jednak w przypadku poważnych trudności i niechęci do nauki wywołanej licznymi niepowodzeniami w tym zakresie, powinno mieć ono świadomość obecności rodziców i ich czuwania nad tym, co dzieje się w jego zeszytach, niektóre zadania mogą być odrabiane

w brudnopisie, a potem przedstawiane do konsultacji rodzicom, okresy samodzielności powinny stopniowo się wydłużać, a obecność dorosłej osoby ograniczać do kontroli poszczególnych etapów realizacji zadań;

- zapewnić mu warunki do pracy, miejsce do pracy powinno być uprzątnięte, bez zbędnych przedmiotów przykuwających wzrok dziecka i rozpraszających jego uwagę, warto upewnić się, czy dziecko ma wszystkie potrzebne przybory oraz dobrze zorganizowaną przestrzeń do pracy;
- ograniczyć bodźce, które mogą rozpraszać, np. zbędne hałasy, występujące w domu w czasie realizacji zadań, lekcji (należy wyłączyć telewizor, odłożyć telefon na bok);
- zachęcać do wysiłku, pomagać mu, ale go nie wyręczać;
- nie przemęczać dziecka – w przeciwnym wypadku efekty pracy będą minimalne;
- zadbać o odpowiednią ilość snu, odpoczynek – dziecko lepiej pracuje, więcej zapamiętuje gdy jest zrelaksowane;
- robić krótkie przerwy lub zmieniać rodzaj aktywności podczas zajęć ze względu na zwiększoną męczliwość dziecka;
- zadbać by dziecko wykonywało zadania zawsze w tym samym miejscu (najlepiej przy własnym biurku) i najlepiej o tym samym czasie, bo to wspomaga gotowość dziecka do uczenia się;
- nie karać za niepowodzenia, a podkreślać nawet najmniejsze postępy;
- nagradzać nie tylko za efekty pracy, ale również doceniać włożony wysiłek;
- budować i wspomagać pozytywną samoocenę dziecka; podkreślać jego mocne strony i na nich przede wszystkim opierać się w pracy, koncentrować się na sukcesach;
- wzmacniać pozytywnie, to znaczy nagradzać pochwałą nawet za drobne sukcesy;
- dawać odpowiednie polecenia i wyjaśnienia (krótkie, zwięzłe i jasne),
- dawać dziecku szansę na rozwijanie jego własnych zainteresowań, pasji, hobby;
- analizować trudności; nie dopuścić, aby słabe postępy w czytaniu i pisaniu zniechęciły dziecko do nauki;
- nadzorować, czuwać nad systematyczną pracą;
- dziecko z dysgrafią powinno mieć jak najdłuższą możliwość pisania ołówkiem, podczas pisania należy pamiętać o właściwym ułożeniu zeszytu i całego ciała, a także prawidłowym uchwycie narzędzia pisarskiego.
- wprowadzać ćwiczenia w pisaniu (nauka zasad pisowni: ó – u, rz – ż, ch – h; uzupełnianie zeszytu z ćwiczeniami ortograficznymi, prowadzenie zeszytu ćwiczeń domowych, ćwiczyć

pisanie ze słuchu (dyktanda), nie pozostawiać nie poprawionych błędów w zapisie (nie przekreślać błędu, nie pisać na błędzie, nad błędem), każdy błąd musi być wymazany lub zamalowany korektorem i musi być wpisana poprawna litera, nie nakazywać dziecku wypisywania po kilkanaście razy jednego wyrazu, lepiej ułożyć z nim kilka zdań (zastanowić się co dany wyraz znaczy, jaką zasadę pisowni można zastosować w jego zapisie);

- nauczyć stałego korzystania ze słownika ortograficznego, wyrazów obcych, wyrazów bliskoznacznych, języka polskiego, poprawnej polszczyzny; należy wdrażać dzieci do efektywnego i regularnego korzystania z nich;
- zachęcać dziecko do prowadzenia własnego słownika wyrazów trudnych, nowych oraz słów często używanych i błędnie zapisywanych; można tam też umieszczać reguły ortograficzne i zasady poprawnej pisowni zilustrowane graficznie przez dziecko przy pomocy wycinków z gazet, rysunków pozwalających na lepsze zapamiętanie wzoru graficznego wyrazu;
- czytać wspólnie z dzieckiem, pomagać w usprawnianiu czytania i zapamiętywania (poszukiwanie istotnych informacji, zdobywanie wiedzy, uzyskiwanie odpowiedzi na pytania, poznawanie przygód bohaterów, pobudzanie wyobraźni i myślenia, rozwijanie zainteresowań, nakłanianie do zastanowienia się nad jakimś zagadnieniem, poznawanie różnorodnych sposobów wyrażania myśli i poglądów – odmienność stylu i języka różnych epok); po przeczytaniu tekstu (warto dzielić go na krótsze fragmenty) konieczna jest rozmowa z dzieckiem o tym, czego się z niego dowiedziało; sprawdzać każdorazowo stopień zrozumienia tekstu czytanego przez dziecko. uczyć notowania najważniejszych wiadomości z tekstu;
- proponować audiobooki, korzystanie z takiego udogodnienia powinno być połączone ze wzrokowym śledzeniem tekstu czytanego przez lektora, taka forma czytania pozwala na kontakt z literaturą piękną, oryginalnym językiem autora, a jednocześnie nie zwalnia z czytania z udziałem percepcji wzrokowej;
- wspomagać zapamiętywanie, angażując wzrok, słuch, dotyk, ruch oraz włączając kojarzenie; w pracy warto wykorzystywać skojarzenia, dzięki którym więcej i prędzej się zapamiętuje;
- wzbudzać u dziecka potrzebę czytania dla przyjemności;
- warto wymyślać różne zadania dla dziecka: ćwiczyć pisanie ze słuchu i z pamięci; pisanie w przestrzeni figur, linii, liczb, kręcenie „leniwych ósemek”, odwzorowywanie figur

- z obrazka, powtarzanie ciągów cyfrowych, odwzorowywanie z pamięci cyfr, symboli, figur geometrycznych, przestawianki liczbowe, np. podaj 5-6 różnych konfiguracji cyfr: 5 6 7;
- grać z dzieckiem w liczenie czegoś: policz, np. wszystkie czerwone samochody, które widzisz, policz liczbę osób z białymi butami, policz książki na półce, znajdź numery podczas spacerowania, np. znajdź numer "7", oboje musicie szukać za tym numerem na ulicy, numerach rejestracyjnych itd.
 - grać w zapamiętywanie numerów telefonicznych, np. trzeba zadzwonić do babci, poproś dziecko, aby zapamiętało pierwsze trzy numery, a ty zapamiętaj resztę; zadzwóńcie razem i jeśli zrobiliście to dobrze, świętujcie;
 - podzielcie rzeczy: jest nas czworo, w jaki sposób możemy pociąć kawałek ciasta na cztery równe części?
 - należy włączyć dziecko do wspólnego gotowania, spójrzcie na przepis, do którego będziecie nawiązywać i poproście dziecko, aby było odpowiedzialne za składniki, potrzebne do gotowania, np. potrzeba 1kg ziemniaków, 3 marchewki, 2 cebule, 6 kawałków mięsa; musimy pociąć warzywa na 5 sztuk;
 - zachęcać dziecko do nakrywania do stołu: niech rozda talerze, sztućce, kubki, serwetki i chleb;
 - proponować ćwiczenia orientacji przestrzennej na kartce (rysowanie obrazka wg wskazówek dorosłego: „Narysuj na środku dom, po lewej stronie domu płot, na płocie kota, w górnym lewym rogu słońce itp.);
 - zachęcać do wyszukiwania liczb ukrytych w rysunkach; układania puzzli; powtarzania ciągu cyfr;
 - proponować kopiowanie rysunków – wodzenie ołówkiem po wzorze przez kalkę techniczną, później malowanie kredkami w obrębie konturu, pogrubianie konturu, czyli wodzenie po wzorze.

W pracy z dzieckiem stosuj podejście multisensoryczne (wielozmysłowe)

Każdy człowiek ma modalności zmysłowe, dzięki którym uczy się najbardziej efektywnie. Eksperymentuj, aby odnaleźć to, co jest najbardziej skuteczne w przypadku Twojego dziecka. Przykłady metod bazujących na trzech podstawowych zmysłach:

Metody wizualne: używaj kolorowych karteczek samoprzylepnych, wykorzystuj obrazki, schematy, wykresy, wizualizuj, używaj kolorów do kodowania – podkreślenia czy zaznaczania w tekście.

Metody słuchowe: czytaj – niech dziecko słucha, słuchajcie i śpiewajcie piosenki, rapujcie, rymujcie – dla lepszego zapamiętywania.

Metody dotykowo-ruchowe: zapisuj, uczcie się przy wykonywaniu czynności ruchowych (spacerując, biegnąc, jeżdżąc na rowerze, odbijając piłkę).

Czego rodzice **nie** powinni robić:

- tłumaczyć trudności dziecka lenistwem;
- porównywać z rówieśnikami czy rodzeństwem;
- liczyć na natychmiastowe efekty;
- krytykować i ośmieszać;
- podważać autorytetu nauczycieli i terapeutów;
- usprawiedliwiać niechęci do wykonywania ćwiczeń;
- odrabiać za dziecko prac domowych;
- poprawiać za dziecko błędów w pracach pisemnych.

Wszystkie działania rodziców wobec dziecka dyslektycznego powinny mieć na celu zapobieganie pogłębiania się objawów i pojawienia się wtórnych symptomów dysleksji rozwojowej. Liczne porażki i niepowodzenia szkolne sprzyjają utracie wiary we własne możliwości i zniechęcają do nauki. Istotna jest bezwarunkowa akceptacja dziecka i chęć poznania go w różnych sytuacjach tak, aby odszukać jego mocne strony i indywidualne zainteresowania. Pozwoli to na akcentowanie tych zdolności w sytuacjach zniechęcenia i niepowodzenia. W pracy z dzieckiem dyslektycznym nie należy wyśmiewać go, ani też ukrywać przed nim jego deficytów. Dziecko, które znajduje oparcie w rodzicach i doświadcza poczucia bezpieczeństwa, a także ma świadomość swoich mocnych stron, będzie potrafiło adekwatnie reagować na trudne sytuacje. Są one nieuniknione, a trudności szkolne można potraktować jako rodzaj wstępnego treningu przydatnego w dorosłym życiu.

Najlepsze efekty uzyskuje się bazując na emocjach pozytywnych, stwarzających atmosferę bezpieczeństwa, poczucie pewności, a nie na zastraszaniu i wyśmiewaniu blokującym reakcje dziecka. Podczas rozmów należy dziecko wysłuchać do końca, również pomóc mu poprawnie sformułować wypowiedzi.