

## ABC - WIEDZY O DYSLEKSJI

*/materiały informacyjne dla rodziców/*

Wielu rodziców zastanawia się, dlaczego ich dzieci brzydtko piszą, popełniają błędy ortograficzne, mylą litery, nie lubią czytać? Otóż są to najbardziej podstawowe objawy dysleksji.

Dysleksja jest jedną z wielu przyczyn specyficznych trudności w uczeniu się. W przypadku dysleksji dziecko o prawidłowym rozwoju intelektualnym ma kłopoty z nauczeniem się pisania i czytania, przy użyciu powszechnie stosowanych metod pedagogicznych. Dysleksja nie jest chorobą, którą można wyleczyć, nie jest to również "coś", z czego się "wyrasta".

Osoby z dysleksją w większym lub mniejszym stopniu uczą się radzić sobie ze swoimi problemami, w zależności od cech osobowościowych i pomocy, jaką otrzymują w domu, szkole. Wszyscy napotykać na różnego typu trudności, zarówno w szkole, jak i w życiu. Większość z nich wypracowuje strategie przystosowawcze, dzięki którym dają sobie radę. Mimo to problemy mogą się ujawniać w sytuacjach stresowych.

Często mówi się o dysleksji rozwojowej, to znaczy o trudnościach w pisaniu i czytaniu związanych z rozwojem dziecka. Zakłada się przy tym, że w procesie rozwoju przy odpowiedniej stymulacji, trudności te ustąpią.

Dla precyzyjniejszego określenia trudności, z jakim dziecko się spotyka podczas nauki szkolnej stosuje się trzy terminy:

- dysleksja - na określenie kłopotów w czytaniu;
- dysgrafia - na określenie trudności w opanowaniu kaligrafii (odpowiedniego poziomu graficznego pisma);
- dysortografia - na określenie trudności w opanowaniu poprawnej pisowni (odpowiedniego poziomu pisania również pod względem ortograficznym).

Objawy specyficznych trudności w nauce czytania i pisania zależą od rodzaju zaburzonych funkcji, jak również od głębokości deficytu każdej z tych funkcji. We wstępnym etapie nauczania, a więc w przedszkolu i w trzech pierwszych klasach nauczania zintegrowanego, ujawniają się głównie trudności wynikające z obniżonej sprawności analizatora wzrokowego i kinestetyczno-ruchowego (trudności w rozpoznawaniu liter i odwzorowywaniu ich kształtu). Dopiero w dalszym toku nauki ujawniają się kłopoty wynikające z obniżonej sprawności analizatora słuchowego.

Uwarunkowania tych zaburzeń są wielorakie. Jedną z przyczyn trudności o charakterze dysleksji może być nieprawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego. Występują wówczas częściowe zaburzenia (opóźnienia) funkcji percepcyjno-motorycznych przy normalnym poziomie intelektualnym. Fragmentaryczne zaburzenia rozwoju psychoruchowego mogą dotyczyć funkcji językowych, funkcji analizatora wzrokowego, słuchowego, kinestetyczno-ruchowego lub współdziałania czyli integracji wspomnianych procesów, pamięci wzrokowej, słuchowej i ruchowej, orientacji w schemacie ciała, kierunkach i przestrzeni.

Wskazuje się też na dziedziczność, uszkodzenie układu nerwowego (podczas ciąży i porodu o nieprawidłowym przebiegu, czy we wczesnym dzieciństwie), wreszcie na zaburzenia hormonalne. Zaniedbanie środowiskowe pogłębia zaburzenia i trudności dziecka. Jeżeli przyczyną trudności dziecka w nauce czytania i pisania są nieprawidłowości związane z procesem dydaktycznym szkoły lub uwarunkowaniami rodzinnymi, wówczas nie mają one charakteru specyficznego i nie możemy mówić o dysleksji. W świecie zachodnim przyjmuje się, że dysleksja jest czterokrotnie częstsza u mężczyzn niż u kobiet. Badania wskazują, że 10% populacji ma pewne objawy dysleksji, a poważne kłopoty dotyczą 4%, niezależnie od rasy, poziomu inteligencji i pochodzenia społecznego. Badania przeprowadzone w Polsce

określają odsetek przypadków dysleksji na 9-10%, a dysortografii - na 13-16% (Bogdanowicz, Jaklewicz, 1968-82). Ze względu na niejednoznaczność kryteriów trudno jest dokładnie ocenić, jaka część populacji jest dotknięta dysleksją.

### **KTO PIERWSZY POWINIEN ZAUWAŻYĆ PROBLEM?**

Już bardzo wcześnie, pewne sygnały przyszłych szkolnych kłopotów dziecka mają szansę dostrzec rodzice, obserwując rozwój ruchowy i rozwój mowy swojego dziecka. W rozwoju ruchowym uwagę rodziców powinien zwrócić fakt, że dziecko wcześniej zaczyna chodzić, ale nie przechodzi np. przez etap raczkowania. Zamiast tego przemieszcza się na pośladkach i rękach, pełza na brzuchu. W rozwoju językowym warto zwrócić uwagę kiedy dziecko zaczęło mówić - jeżeli dużo później niż inne dzieci, to również jest to sygnał do bacznej jego obserwacji. Inne symptomy zapowiadające specyficzne trudności w pisaniu i czytaniu można obserwować w przedszkolu.

#### Symptomy zaburzeń dające się zaobserwować w przedszkolu:

- Mówiąc często przekręca wyrazy i zwroty ("kolomotywa" zamiast "lokomotywa", "krędy" zamiast "którędy").
- Miewa kłopoty z zapamiętywaniem nazw pospolitych obiektów, takich jak "stół", "krzesło".
- Z trudnością uczy się na pamięć krótkich wierszyków.
- Nie rozpoznaje rymujących się słów ("krowa, głowa").
- Ma kłopoty z samodzielnym ubieraniem i zakładaniem obuwia na właściwe nogi.
- Lubi, gdy mu się czyta, ale nie wykazuje zainteresowania literami.
- Często sprawia wrażenie jakby nie słuchało lub nie uważało.
- Jest nadmiernie ruchliwe, często wpada na przeszkody i spada np. z krzesła.
- Ma trudności z łapaniem, rzucaniem lub kopaniem piłki.
- Jest niezgrabne, gdy podskakuje i przeskakuje przez jakąś przeszkodę.
- Ma trudności z wystukiwaniem prostych rytmów.

#### Symptomy zaburzeń dające się zaobserwować we wczesnym wieku szkolnym:

- Ma trudności z zapamiętywaniem alfabetu, formułek, tabliczki mnożenia.
- Pisząc opuszcza litery w słowach i zmienia ich kolejność, a także odwraca litery i cyfry.
- Myli litery - np. "b" i "d" i słowa takie jak "do-od".
- Ma szczególne trudności z czytaniem i ortografią.
- Ma kłopoty ze zrozumieniem czytanego przez siebie tekstu.
- Używa palców lub znaczków na papierze do prostych obliczeń.
- Słabo koncentruje uwagę.
- Ma trudności z zawiązywaniem sznurowadeł, zapinaniem guzików, ubieraniem.
- Ma kłopoty z odróżnianiem lewej i prawej ręki, myli kolejność dni tygodnia, miesięcy w roku.
- Ma słabe poczucie kierunku.
- Potrafi być zaskakująco błyskotliwe w innych dziedzinach.
- Ma niską samoocenę i brak mu zaufania do własnych możliwości.

Jeśli w rozwoju dziecka coś niepokoi rodziców lub nauczycieli, warto przeprowadzić badania, które potwierdzą lub wykluczą u dziecka specyficzne trudności w nauce.

## **JAK POSTĘPOWAĆ Z DZIECKIEM RYZYKA DYSLEKSJI?**

Dzieci z grupy ryzyka dysleksji, jak również dzieci z dysleksją, trafiają w szkole i w życiu codziennym na poważne trudności. Muszą one włożyć *dużo* więcej pracy, aby osiągnąć ten sam efekt co ich rówieśnicy. Należy więc pamiętać o tym, że nie wolno pogłębiać stresów dziecka wytykając mu bez przerwy, że z czymś sobie nie radzi, że czegoś nie umie zrobić. Należy dziecko wspierać, aby miało siłę pokonywać piętrzące się przed nim trudności. Warto chwalić i zachęcać dziecko do zabaw i czynności usprawniających, nawet jeśli jest nieporadne. Nie wolno go odrzucać. Trzeba zaakceptować je takim jakim jest, ale równocześnie organizować jego czas tak, aby miało okazję do ćwiczeń. Niekoniecznie należy wyřęcać dziecko w codziennych czynnościach. To ono powinno próbować samo wiązać buciki, zapinać guziki itp.

Z powodu problemów w nauce, dziecko spotyka wiele upokorzeń w przedszkolu czy w szkole, dlatego warto rozmawiać z nim o jego kłopotach. Warto też porozmawiać z nauczycielem, podzielić się z nim swoimi obawami i wątpliwościami, zaplanować pracę i sposób postępowania z dzieckiem.

### **Pomysły na różnego rodzaju zabawy wspomagające rozwój dziecka:**

- poszukiwanie źródła dźwięku,
- różnicowanie dźwięków podobnych,
- różnicowanie odległości dochodzących dźwięków (blisko, daleko),
- rozpoznawanie, potem odtwarzanie głosów przyrody,
- wykonywanie ćwiczeń ruchowych na określony sygnał,
- odtwarzanie sekwencji dźwiękowych (rytmu),
- układanie wzorów graficznych sekwencji dźwiękowych (rytmu) np. z guzików lub kasztanów,
- wystukiwanie rytmu według podanego układu przestrzennego,
- odtwarzanie prostych dźwięków na instrumentach (flety, cymbałki),
- naśladowanie głosów z otoczenia
- wysłuchiwanie i liczenie wyrazów oraz wyróżnianie pierwszego i ostatniego wyrazu w prostych zdaniach,
- porównywanie liczby wyrazów w zdaniach
- układanie zdań do obrazków, obserwowanych sytuacji,
- kończenie rozpoczętych zdań,
- analiza graficzna mowy - oznaczanie wyrazów w zdaniu przy pomocy np. prostokątów,
- układanie zdań o podanej liczbie wyrazów,
- wyklaskiwanie sylab w wyrazie,
- ustalanie pozycji danej sylaby w wyrazie (na początku, w środku, na końcu),
- ocena długości wyrazów na podstawie liczby sylab (długie-krótkie),
- wydzielanie sylab w wyrazach przy śpiewaniu z marszem,
- rozpoznawanie wyrazów wypowiedzianych sylabami,
- kończenie wyrazów rozpoczynających się daną sylabą,
- wyszukiwanie wyrazów rozpoczynających się lub kończących tą samą sylabą
- rozwiązywanie rebusów obrazkowych polegających na tworzeniu wyrazów przez dodanie lub odjęcie sylaby,

- wystukiwanie głosek w wyrazie,
- słuchowe wyodrębnianie początkowej głoski w wyrazie,
- wyszukiwanie wyrazów rozpoczynających się tą samą głoską,
- tworzenie wyrazów rozpoczynających się określoną głoską,
- rozpoznawanie wyrazów na podstawie podanej głoski końcowej (z wyjątkiem dźwięcznych, miękkich i samogłosek nosowych),
- wyszukiwanie wyrazów kończących się tą samą głoską (z wyjątkiem dźwięcznych, miękkich i samogłosek nosowych),
- wysłuchiwanie i wybrzmiewanie głosek w wygłosie (z wyjątkiem dźwięcznych, miękkich i samogłosek nosowych),
- rozpoznawanie środkowej głoski w wyrazie,
- określanie miejsca danej głoski w wyrazach dłuższych,
- wysłuchiwanie i liczenie głosek w wyrazach,
- tworzenie wyrazów do schematu - dana głoska w określonej pozycji,
- łączenie wypowiedzianych przez dorosłego głosek w wyraz np. "A-L-A" ("Ala"),
- wyodrębnianie głosek w wyrazach wypowiedzianych np. "sowa" ("s-o-w-a"),
- układanie wyrazów z żądanymi głoskami,
- wskazywanie wyrazów, w których słyhać np. samogłoskę "a",
- liczenie samogłosek (np. a) w usłyszanym wyrazie np. parawan - 3 x "a",
- kończenie rozpoczętych wyrazów,
- wybieranie wyrazów rymujących się,
- analiza graficzna mowy - oznaczanie spółgłosek i samogłosek w wyrazie,
- nauka krótkich wierszyków i piosenek,
- zabawa w zapamiętywanie jak największej liczby słów - dorosły wypowiada np. 3 słowa, a zadaniem dziecka jest je powtórzyć (stopniowo zwiększamy liczbę wypowiedzianych słów),
- rozwiązywanie rebusów,
- słuchowe wyszukiwanie wyrazów w wyrazach np. w słowie traktory zawiera się słowo tory.
- zabawa w słowa: mapa - aktor - robak - k ... (dorosły na zmianę z dzieckiem wypowiada wyrazy, każdy następny wyraz musi rozpoczynać się od takiej głoski, jaką słyhać było na końcu wyrazu poprzedniego),
- zabawa w głuchy telefon,
- słuchanie krótkich historyjek nagranych na kasetach lub CD i opowiadanie ich,
- opowiadanie bajek i wierszyków przeczytanych przez dorosłego,
- chodzenie po narysowanej linii,
- chodzenie po krawężniku,
- pokonywanie krótkich dystansów z zamkniętymi oczami,
- dotykanie na przemian prawym łokciem lewego kolana i odwrotnie,
- zmiana kierunku biegu na sygnał zgodnie z wcześniej wydanym poleceniem,
- zwroty w określonym kierunku - w prawo, w lewo, w tył,
- rzucanie i łapanie piłki, podrzucanie piłki do góry, kozłowanie piłki,
- przerzucanie piłki średniej wielkości z ręki prawej do lewej i podrzucanie jej raz prawą raz lewą ręką,
- kto dalej rzuci woreczek lub piłeczkę,
- toczenie piłki do określonego miejsca, toczenie piłki do dołka, rzuty piłką do celu,
- zabawy ze skakanką, gra w gumę,
- pokonywanie toru przeszkód

- jazda na rowerze, jazda na hulajnodze,
- jazda na rolkach, na łyżwach, na nartach,
- naśladowanie gry na pianinie, pisanie na maszynie,
- odtwarzanie rytmu deszczu,
- strząśnięcie wody z palców,
- zginiatanie kartki papieru jedn rek w ma kulk,
- zabawy pacynk,
- nawlekanie koralik, przewlekanie sznurowadeł,
- szycie prostymi ścięgami, przyszywanie guzik,
- rysowanie patykiem po ziemi,
- faliste ruchy ramion - zabawa w przylot i odlot bocian,
- naśladowanie ruch zwierz, ludzi i inne (np. pojazd),
- zabawa w nauk pływania - przy wolnym chodzie, ruchy rak jak podczas pływania żabk,
- zabawa w pocigi - ruch rak naśladowuje obroty kł,
- zabawa w pranie, rozwieszanie bielizny i prasowanie,
- zabawa w gotowanie obiadu - naśladowanie wałkowania ciasta, mieszania gestej zupy, kręcenia kranem, ubijania piany itp.,
- zabawa w rabanie i piłowanie drzewa,
- gry w pchełki, bierki, kręgle, bilard stołowy,
- podbijanie balonika wyłcznie palcami prawej i lewej reki,
- wypuszczanie piłeczki tenisowej z reki w dół i próby chwytania jej w locie, samymi palcami - zanim odbije si od podłogi,
- "rysowanie" palcami w powietrzu określonego przedmiotu,
- swobodne bazgranie na dużych arkuszach papieru, flamastrami, kredkami świecowymi, pastelami,
- malowanie palcami obu rak,
- zamalowywanie dużych powierzchni farbami grubym pędzlem (dziecko stoi, a nie siedzi) przy stoliku odpowiedniej wysokořci do jego wzrostu,
- zamalowywanie dużych kontur,
- wydzieranie z kolorowego papieru i naklejanie wydzieranki na papier,
- kalkowanie obrazk,
- rysowanie po śladzie,
- zamalowywanie obrazk w ksiezeczkach do malowania,
- kreřlenie linii poziomych, pionowych, kolistych, falistych,
- obrysowywanie szablon,
- rysowanie szlaczk,
- tworzenie własnych kompozycji,
- cięcie po narysowanych liniach prostych i falistych,
- wycinanie najpierw prostych, potem nieco bardziej skomplikowanych kształt z papieru kolorowego,
- modelowanie z plasteliny, modeliny, masy papierowej - najpierw kuleczek, wałeczk; później form bardziej złoonych, np. zwierz, postaci ludzkich, liter,
- stemplowanie i kolorowanie,
- rysowanie w liniach wzor literopodobnych i szlaczk,
- zabawy z puzzlami i układankami,
- składanie całoci z element,
- nazywanie częci poszczegolnych przedmiot,

- dobieranie par jednakowych obrazków, np. gra w "Piotrusia", gra w domino obrazkowe,
- segregowanie obrazków na podstawie właściwości ich nazw,
- dobieranie jednakowych obrazków eksponowanych krótko,
- rozpoznawanie obrazków, których położenie określono słownie (np. z lewej strony),
- uzupełnianie brakujących elementów na rysunkach,
- odtwarzanie z pamięci eksponowanych przedmiotów i wskazywanie miejsca, w którym leżały (po krótkiej przerwie),
- wyszukiwanie szczegółów różniących obrazki,
- nazywanie spostrzeganych elementów,
- kalkowanie obrazków,
- rozpoznawanie figur płaskich: koło, kwadrat, prostokąt, trójkąt,
- dzielenie większej figury na mniejsze elementy. następnie komponowanie nowej całości,
- przerysowywanie kształtów,
- dorysowywanie brakujących elementów na obrazkach,
- gra w "Memory" obrazkowe, wyrazowe lub obrazkowo-wyrazowe,
- układanie różnych kompozycji i budowli według wzoru (klocki, mozaiki geometryczne, układanki),
- układanie liter według wzoru wykonanego przez dorosłego bez odczytywania wyrazów,
- segregowanie liter,
- dobieranie parami liter dużych i małych lub pisanych i drukowanych,
- szukanie w wyrazach, w tekstach określonej literki,
- wycinanie, wydzieranie, lepienie liter i nazywanie ich,
- segregowanie wyrazów złożonych z takich samych liter ustawionych w innej kolejności,
- segregowanie wyrazów złożonych z takiej samej liczby liter,
- segregowanie wyrazów zawierających określoną literę,
- dobieranie pierwszej litery do nazwy obrazka np. rysunek kota -litera "k",
- dobieranie wyrazów tak, aby następny różnił się od poprzedniego jedną literą,
- odczytywanie liter, sylab lub wyrazów zapisywanych palcem na plecach,
- dobieranie podpisów do obrazków - czytamy dziecku krótkie słowa, dziecko zapamiętuje je (nie musi umieć czytać), następnie dopasowuje podpis do obrazka,
- składanie prostych wyrazów z rozsypanek literowych.

Jeśli dziecko ma trudności z wykonywaniem tego typu czynności i udziałem w zabawach, warto żeby fachowiec zajął się dzieckiem. Należy wtedy zapewnić dziecku udział w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych lub terapii pedagogicznej.

**Opracowanie: mgr Danuta Piątkowska**