

Przewodnik dla rodziców

Jak wspierać dziecko z ryzykiem dysleksji

Dziecko ryzyka specyficznego zaburzenia uczenia się, w tym dysleksji, wykazuje się pewnymi charakterystycznymi cechami funkcjonowania poznawczego i emocjonalnego. Z tego powodu, niezależnie od sfery, której dotyczą trudności w uczeniu się, można wskazać pewne zasady pracy z nim o charakterze ogólnym. Jednocześnie należy pamiętać, że **każde dziecko jest inne**, jest niepowtarzalną osobą. A zatem planowanie pracy z takim dzieckiem wymaga podejścia dostosowanego do jego konkretnych indywidualnych potrzeb. Z tego powodu trudno o podanie „uniwersalnych” sposobów działania, zawsze skutecznych dla wszystkich dzieci z grupy ryzyka dysleksji.

Podstawą pracy dzieckiem ryzyka dysleksji w domu powinna być bliska współpraca rodziców ze specjalistami, w tym psychologiem, pedagogiem szkolnym, ewentualnie logopedą oraz nauczycielem dziecka. Ma ona celu wspieranie rozwoju dziecka i jest zawsze korzystna dla wszystkich zaangażowanych w nią osób. Współpraca domu i przedszkola/szkoły jest szczególnie ważna w przypadku dzieci z ryzykiem dysleksji, powinny one bowiem wykonywać dodatkowe ćwiczenia w domu, oprócz typowych zadań przedszkolnych/szkolnych.

Skuteczność podejmowanych działań wspomagających dziecko w bardzo dużym stopniu jest zależna od jego zaangażowania. Aby zmotywować dzieci, warto wybierać tematy, które wzbudzają ich zainteresowanie – „podpinając” pod nie różne treści do ćwiczeń. Aby nowa wiedza była łatwiejsza do zapamiętania, musi być prezentowana w różny sposób: wzrokowo, słuchowo, za pomocą wykresów, rysunków, tabel, poprzez dotyk i ruch, dramę, odgrywanie ról, spontaniczne inscenizacje. Należy dać dzieciom możliwość przećwiczenia nowych umiejętności.

Metody angażujące dzieci fizycznie, ruchowo, a nie tylko umysłowo, są korzystne dla zapamiętywania.

Dzieci z grupy ryzyka zaburzenia uczenia się są szczególnie narażone na doświadczanie niepowodzeń szkolnych już od momentu startu szkolnego. Ich konsekwencją mogą być problemy psychologiczne – na przykład obniżona samoocena, szczególnie w odniesieniu do osiągnięć szkolnych, lęki, niska tolerancja na frustrację czy brak motywacji do nauki. Badania naukowe potwierdzają, że wtórne problemy emocjonalne z czasem mogą przerodzić się w depresję lub fobię szkolną, znacznie pogarszając funkcjonowanie dziecka. Zapobieganie narastaniu wymienionych problemów jest szczególnym wyzwaniem dla rodziców, którzy mogą na co dzień obserwować swoje dziecko i w razie niepokojących spostrzeżeń kontaktować się z nauczycielami i specjalistami szkolnymi – na przykład podjąć współpracę z psychologiem/pedagogiem szkolnym. Im wcześniej problemy zostaną dostrzeżone, a działania pomocowe zainicjowane, tym ryzyko zaburzeń w rozwoju emocjonalnym będzie mniejsze. Skuteczność działań pomocowych w tym zakresie będzie zależała między innymi od jakości współpracy rodziców z nauczycielami i specjalistami, ponieważ szkoła i dom muszą się wzajemnie wspierać.

Szczególnie istotne na starcie edukacji jest budowanie pozytywnej samooceny i poczucia własnej wartości oraz właściwej motywacji dziecka do nauki. Budowaniu pozytywnej samooceny dziecka służy:

1. podkreślanie jego mocnych stron – na przykład uzdolnień muzycznych lub plastycznych, sportowych, ale też cech charakteru czy postaw, jak na przykład opiekuńczość wobec słabszych;
2. pomaganie w rozpoznaniu przez dziecko własnych talentów, zdolności, pozytywnych cech;
3. wspieranie rozwoju talentów i zainteresowań dziecka, przez udział w dodatkowych zajęciach pozaszkolnych lub szkolnych – w klubach sportowych, zajęciach w domach kultury itp.;
4. bazowanie w pracy na mocnych stronach, koncentrowanie się na sukcesach, a nie na trudnościach;

5. umożliwienie doświadczania sukcesów, dzięki stawianiu realistycznych minicelów do osiągnięcia jako kroków do osiągnięcia większych celów (tzw. metoda małych kroków);
6. unikanie sytuacji publicznego obnażania słabych stron dziecka, na przykład podkreślania braków czy zawstydzania dziecka;
7. unikanie sarkazmu i krytykowania dziecka.

Wzmacnianie motywacji do nauki następuje poprzez:

1. rozbudzanie ciekawości – należy starać się o takie zadania, które pobudzą ciekawość dziecka, a to skłoni je do większego wysiłku;
2. dawanie możliwości wyboru – na przykład dziecko może wybrać do przeczytania 1 tekst z 3 proponowanych tekstów lub odpowiedzieć na wybrane 2 pytania z 4 pytań do tekstu;
3. zamiana zadania wykonywanego przez dziecko w zabawę – wiele umiejętności można przyswoić sobie i utrwalić właśnie w ten sposób; wywołuje to pozytywne emocje, co sprzyja zapamiętywaniu i uczeniu się;
4. wspólne z dzieckiem ustalenie celów, jakie ma osiągnąć, i nagradzanie za ich zrealizowanie (na przykład celem może być poprawne przeczytanie/napisanie 5 nowych wyrazów) – cele te powinny być realistyczne, ale też muszą wzrastać wraz z kompetencjami dziecka;
5. nagradzanie wysiłków i realizacji zakładanych celów (chwalenie, redukcja pracy domowej).

Organizacja pracy dziecka

Wiele dzieci z grupy ryzyka dysleksji doświadcza znacznych problemów w zakresie organizacji własnej pracy, co obejmuje zarówno miejsce nauki (biurko), materiały do niej służące, jak i zarządzanie czasem. Dotyczy to szczególnie grupy dzieci, które doświadczają trudności w zakresie tzw. funkcji wykonawczych, a więc funkcji związanych z planowaniem, kontrolowaniem i monitorowaniem przebiegu swoich działań. Problemy tego typu ujawniają się dość wcześnie, dlatego też, aby zapobiec ich narastaniu, należy jak najwcześniej kształtować u dzieci pożądane zachowania, co obejmuje organizowanie miejsca do nauki oraz planowanie pracy w domu.

Ze względu na to, że odrabianie pracy domowej zajmuje dzieciom z grupy ryzyka dysleksji zazwyczaj znacznie więcej czasu niż rówieśnikom, nauczyciel powinien w taki sposób zadawać prace domowe, aby nie obciążać ich dodatkowymi obowiązkami. W tym celu warto zbudować pozytywną, opartą na zaufaniu relację z nauczycielem dziecka i przekazywać swoje spostrzeżenia dotyczące kłopotów związanych z odrabianiem pracy domowej. Warto dodać, że rodzice często są sfrustrowani, ponieważ odrabianie lekcji zajmuje dzieciom dużo czasu i wymaga ogromnego zaangażowania dorosłych. W przypadku dzieci z ryzykiem dysleksji – należy zmniejszyć liczbę zadań pisemnych, a rozważyć zastąpienie ich innymi formami pracy, które pozwolą nauczycielowi sprawdzić, czy dziecko utrwaliło daną partię materiału. Trzeba pamiętać, że dzieci z problemami, podobnie jak ich rówieśnicy, potrzebują czasu na odpoczynek oraz rozwijanie własnych pasji.

W celu wypracowania u dziecka pozytywnych nawyków w zakresie organizacji miejsca i nauki należy pomóc dziecku w ORGANIZOWANIU MATERIAŁÓW POTRZEBNYCH DO NAUKI poprzez:

1. regularne sprawdzanie i poprawianie porządku na biurku dzieci;
2. nagradzanie dzieci za utrzymywanie swoich rzeczy w porządku i szybkie odnajdywanie materiałów potrzebnych do lekcji;
3. modelowanie właściwego zachowania, poprzez demonstrację na przykład sposobu pakowania pomocy do plecaka, ułożenia materiałów na biurku, a następnie danie szans dziecku na samodzielne wykonanie tych zadań;
4. wprowadzenie kolorów ułatwiających organizację pomocy – na przykład naklejki, okładki do wszystkich podręczników i zeszytów do danego przedmiotu w jednym kolorze (zeszyty ćwiczeń, podręcznik, zeszyt, teczka na kartki do języka polskiego w kolorze czerwonym, karty pracy z danego zakresu oznaczone danym kolorem itp.);
5. wymaganie i sprawdzanie, czy dziecko ma w piórniku zapasowe przybory do pisania (na przykład 3 zatemperowane ołówki, temperówkę, gumkę).

Można także pomóc dziecku we właściwym ORGANIZOWANIU CZASU poprzez wprowadzenie kalendarzyka, wspólne zapisywanie prac do wykonania (nauczenie

się wierszyka na pamięć na za tydzień, przynieść farby w piątek) i ważnych terminów – ułatwia to planowanie pracy.

Zasady ogólne dotyczące pracy z dzieckiem ryzyka dysleksji

Wśród zasad ogólnych dotyczących pracy z dzieckiem ryzyka dysleksji w domu należy uwzględnić:

1. wprowadzanie nowych informacji i umiejętności drogą małych, wyraźnych kroków;
2. wielokrotne powtarzanie i ćwiczenie nowych umiejętności – przeuczanie stanowi najlepszą drogę do osiągnięcia automatyzacji;
3. powtarzanie wielokrotnie kluczowych słów, terminów, zasad – wracanie do nich często i przypominanie;
4. dawanie dziecku czasu na przetworzenie („ułożenie sobie w głowie”) nowej informacji;
5. dostosowywanie wymagań wobec dziecka do jego możliwości w zadaniach sprawiających mu trudności w związku z jego deficytami (na przykład mniejsze porcje treści do zapamiętania);
6. eksperymentowanie z różnymi rodzajami ćwiczeń, stosowanie różnorodnych, polecanych przez specjalistów, technik wspierających uczenie się, optymalnych dla dziecka;
7. używanie materiałów przyjaznych do nauki (dogodne dla dziecka pomoce dydaktyczne do nauki liter, wyrazów, wierszyków i piosenek);
8. dawanie odpowiednich poleceń i wyjaśnień – krótkich, zwięzłych i jasnych, zawierających po jednej ważnej informacji na raz, dzielenie dłuższych poleceń/instrukcji na mniejsze porcje, podawanie ich „po kawałku”;
9. unikanie przemęczenia dziecka – w przeciwnym razie efekty pracy będą minimalne;
10. dawanie dziecku czasu i szansy na rozwijanie jego własnych zainteresowań, pasji, hobby;
11. sprawdzanie, czy dziecko zrozumiało informację/instrukcję – na przykład można poprosić, by powtórzyło, co ma robić.

No i co najważniejsze – należy starać się, aby wprowadzane ćwiczenia bardziej przypominały zabawę niż naukę.

Podstawy czytania i pisania

Przyjmujemy, że czytanie i pisanie to formy komunikacji językowej, czynności złożone oparte przede wszystkim na rozwoju języka i jego wykorzystaniu. Ponadto angażują one oczywiście wiele innych funkcji poznawczych – takich jak uwagę, w tym funkcje wykonawcze, a także pamięć czy percepcję. Podstawowe działania zmierzające do nauczania czytania i pisania dziecka z ryzykiem dysleksji rozwojowej obejmują 3 najważniejsze cele:

1. opanowania alfabetu jako sekwencyjnego kodu,
2. kształtowanie sprawności językowych fonologicznych i świadomości fonologicznej,
3. wprowadzenie i utrwalanie praktyczne kodu grafem – fonem/głoska-litera.

Korzystne jest przygotowywanie tygodniowych list wyrazów do ćwiczeń czytania i pisanie – zgrupowanie wyrazów o podobnych trudnościach ortograficznych i fonetycznych (indywidualnych dla poszczególnych uczniów z ryzykiem), a niekoniecznie powiązanych tematycznie. Takie działania nie tylko organizują pracę, ale także pozwalają monitorować postępy dziecka, na przykład, gdy zaznaczymy liczbę kwadracików pokazujących etap przyswojenia nowych umiejętności, na którym aktualnie znajduje się uczeń.

Szczególnie cenne jest czytanie dzieciom książek (dopasowanych do ich zainteresowań i możliwości poznawczych). Dobrze, aby rodzic/opiekun rozmawiał z dziećmi o czytanych tekstach, zadając pytania i omawiając ilustracje. Opisane zadania nie tylko kształtują pozytywny stosunek dzieci do książek i czytania, ale także wspomagają ich rozwój językowy, poszerzają wiedzę o świecie i ćwiczą uwagę słuchową.

Najważniejsze metody postępowania w nauczaniu czytania i pisania dzieci ryzyka dysleksji

ZASADY OGÓLNE:

1. uczenie poprzez zabawę,
2. wprowadzanie przerw i zmian rodzaju aktywności,
3. uczenie czytania i pisania jednocześnie,
4. uczenie wyrazów o wysokiej frekwencji – często używanych w mowie dziecka i jego otoczenia,
5. stosowanie „przypominajek” – kartek z opanowanymi wyrazami, przyklejanych i zawieszanych w widocznych miejscach,
6. wykorzystywanie multisensorycznych dróg poznania i utrwalania.
7. włączanie aktywności manipulacyjnych (na przykład liter magnetycznych) w proces nauczania,
8. wielokrotne powtarzanie nowo nauczonych wyrazów – wtedy zmniejsza się ryzyko zapominania.

Ćwiczenia **kształtujące świadomość pisma** (stosujemy dla dzieci młodszych):

1. zwracanie uwagi dzieci na pojedyncze litery alfabetu i słowa drukowane w codziennych czynnościach oraz dostarczanie im możliwości używania druku na wiele różnych sposobów,
2. etykietowanie razem z dziećmi wyposażenia mieszkania/pokoju dziecka,
3. czytanie szyldów, napisów na znakach i wystawach sklepowych podczas spacerów.

Ćwiczenie **podstawowych funkcji fonologicznych** dostosowane do możliwości dziecka i właściwości rozwojowych grupy wiekowej:

1. ćwiczenia na sylabach – dzielenie, łączenie,
2. ćwiczenia na rymach – dobieranie i tworzenie rymów,
3. w przypadku dzieci z zaburzeniami mowy współpraca z logopedą,
4. dostosowywanie ćwiczeń językowych do aktualnego rozwoju artykulacji dziecka i etapu terapii logopedycznej.

Ćwiczenia **innych funkcji językowych** – na przykład rozwijanie słownika:

1. powiększanie zasobu słownictwa poprzez wyjaśnianie znaczenia nieznanego dziecku słów, odnoszenie ich do czegoś, co jest mu znane,
2. wielokrotne stosowanie słowa w różnych kontekstach sprzyja utrwaleniu jego reprezentacji w umyśle dziecka, co jest korzystne dla płynnego i poprawnego czytania i zapisywania go.

Kłopoty dziecka z czytaniem i pisanem powiązane są ze specyfiką polskiej ortografii. Pamiętajmy, że wymowa nie zawsze zgodna jest z pisownią, głównie ze względu na tak zwane ubezdźwięcznienia wewnątrzwyrazowe – na przykład wyraz WTOREK wymawiamy jako [ftorek], wyraz RYBKA jako [rypka]; i międzywyrazowe – na przykład zapis OD WCZORAJ wymawiamy jako [otfczora], a z kolei zapis OD JUTRA wymawiamy zgodnie z pisownią. Ten brak zgodności między pisownią a wymową staje się znacznym utrudnieniem u dzieci na starcie szkolnym, a pozostaje na długo prawdziwą udręką dla dzieci ryzyka dysleksji, u których pisanie zgodne z wymową, a niezgodne z ortografią, może utrzymywać się nawet przez całe życie.

Kolejna trudność związana z czytaniem i pisanem w języku polskim dotyczy tego, że te same głoski mogą być reprezentowane przez różne litery – na przykład głoska U przez litery [ó] i [u], a czasem w wymowie potocznej nawet przez [t], i odwrotnie, ta sama litera na przykład RZ może być czytana jako [ż] w wyrazie RZEKA, [sz] w wyrazie PRZYKRO i jako [r i z] w wyrazie MARZNIE. Druga trudność rzutująca na czytanie i pisanie, a związana ze specyfiką języka polskiego, ma bardziej uniwersalny charakter i dotyczy struktury słów – liczby liter/głosek i sylab, a także sąsiedztwa liter, na przykład zbiegów spółgłosek czy liczby samogłosek w wyrazie, na przykład TATA i SAMOLOTY, SKRÓT czy KOT.

Planując pracę z dzieckiem, zwłaszcza ryzyka zaburzeń czytania i pisania, należy koniecznie pamiętać o powyższych niuansach polskiej ortografii, a na wczesnym etapie edukacyjnym bazować głównie na materiale wyrazowym, w którym te problemy nie występują, czyli takich wyrazach, w których wymowa jest idealnie zgodna z zapisem, a nowe wyrazy wprowadzać ostrożnie, po utrwaleniu wcześniejszych.

Przykładowe ćwiczenie: Tęczowy alfabet

Ćwiczenie to doskonali **gruntowne opanowanie alfabetu**. Kluczowe jest tu zastosowanie „przestrzennych” liter, na przykład magnetycznych, plastikowych, drewnianych lub z innego tworzywa, ale kolorowych. Ważne by były one trójwymiarowe. Fizyczne, dotykowe manipulowanie tymi literami pozwala lepiej przyswoić cechy ich kształtu i utrwalić bardziej precyzyjne i wielozmysłowe ich reprezentacje w umyśle dziecka. Ułatwi to ich lepsze rozpoznawanie w czytaniu i odpowiednie formowanie w pisaniu. Dbamy o to, by dziecko układało litery we właściwej pozycji, nie odwracało ich, choć u dzieci 5–6-letnich występuje naturalna tendencja do nadawania literom położenia lustrzanego.

Podejmowanie działania:

1. na początku stosujemy małe porcje liter (ich liczba dostosowana do możliwości dziecka),
2. po opanowaniu formalnych nazw liter zwracamy uwagę na to, że odpowiednie litery reprezentują głoski, a zatem litera CE odpowiada głosce „C” (wymawiamy krótko bez komponentu samogłoskowego E),
3. rozrzucaamy litery alfabetu (lub jego części) i prosimy dziecko o odpowiednie uporządkowanie liter wraz z przedstawieniem ich dźwiękowych reprezentacji – dziecko nazywa litery, którymi się posługuje,
4. prosimy dziecko o ułożenie serii liter (fragmentu alfabetu) w porządku zgodnym z konwencją, stopniowo rozszerzając liczbę liter, kończąc na całym alfabecie; pamiętamy o wypowiedzianiu nazw liter przez dziecko.

Bibliografia

Bogdanowicz, K.M., Krasowicz-Kupis, G. Kwiatkowska, D., Wiejak, K., Weremiuk, A. (2014). *Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?* Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Bogdanowicz, M., Adryjanek, A., Rożyńska, M. (2007). *Uczeń z dysleksją w domu*. Gdynia: Wydawnictwo Pedagogiczne Operon.

Krasowicz-Kupis, G. (2019). *Nowa psychologia dysleksji*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Krasowicz-Kupis, G., Kochańska, M., Bogdanowicz, K.M., Wiejak, K., Campfield, D., Łuniewska, M., Haman, E. (2015). *Jak nauczyciel może wspomagać rozwój dzieci z zaburzeniami językowymi i ryzykiem zaburzenia uczenia się? Wybrane zagadnienia*. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Literatura dla rodziców

Barańska, M. (2010). *Ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne dla dzieci 6–9-letnich*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Bogdanowicz M., Rożyńska M. (2010). *Ortografitti. Od dysgrafii do kaligrafii*. Gdynia: Wydawnictwo Pedagogiczne Operon.

Bogdanowicz, K.M., Krasowicz-Kupis, G., Kwiatkowska, D., Wiejak, K., Weremiuk, A. (2014). *Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?* Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

http://www.dysleksja.sli.ibe.edu.pl/images/download/Dysleksja_broszura.pdf

Chwastniewska, D. (2007). *Poczytam ci, mamo! Elementarz*. Gdynia: WYSPA. Wydawnictwo i Ośrodek Innowacji Edukacyjnych.

Chwastniewska, D. (2008). *Napiszę ci, mamo! Kaligrafia*. Gdynia: WYSPA. Wydawnictwo i Ośrodek Innowacji Edukacyjnych.

Handzel, Z. (2014). *Loteryjki sylabowe*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Handzel, Z. (2012). *Loteryjki obrazkowo-sylabowe*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Krasowicz-Kupis, G. (2006). *Trudne litery c-s, cz-sz*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Krasowicz-Kupis, G., Kochańska, M., Bogdanowicz K.M., Wiejak, K., Campfield, D., Łuniewska, M., Haman, E. (2015). *Jak nauczyciel może wspomagać rozwój dzieci z zaburzeniami językowymi i ryzykiem zaburzenia uczenia się? Wybrane zagadnienia*. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

<http://eduentuzjasci.pl/publikacje-ee-lista/152-inne-publikacje.html>

Mańkowska, I., Rożyńska, M. (2018). *Ortografitti z Bratkiem. Zestaw dla uczniów klas pierwszych*. Gdynia: Wydawnictwo Pedagogiczne Operon.

Szczepańska, A. (2011). *Elementarz obrazkowy do ćwiczeń słuchowo-językowych*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Zakrzewska, B. (2008). *3, 2, 1, 0... START – Czytanie treningowe*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.

Zakrzewska, B. (2008) *Chcę dobrze czytać*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.