

Katarzyna M. Bogdanowicz
Grażyna Krasowicz-Kupis
Dorota Kwiatkowska
Katarzyna Wiejak
Alicja Weremiuk



Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?



*entuzjaści
edukacji*



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

IBE



*entuzjaści
edukacji*

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Redakcja stylistyczna:
Urszula Roman

Wydawca:
Instytut Badań Edukacyjnych
ul. Górczewska 8
01-180 Warszawa
tel. (22) 241 71 00; www.ibe.edu.pl


© Copyright by: Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa 2014

Skład i druk:
Business Point Sp. z o.o.
ul. Erazma Ciołka 11A/302
01-402 Warszawa

Publikacja została wydrukowana na papierze ekologicznym.

Publikacja opracowana w ramach projektu systemowego: *Badanie jakości i efektywności edukacji oraz instytucjonalizacja zaplecza badawczego*, współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, realizowanego przez Instytut Badań Edukacyjnych.

Egzemplarz bezpłatny



Katarzyna M. Bogdanowicz
Grażyna Krasowicz-Kupis
Dorota Kwiatkowska
Katarzyna Wiejak
Alicja Weremiuk

CZY MOJE DZIECKO JEST ZAGROŻONE DYSLEKSJĄ?

**Poradnik dla rodziców
dzieci przedszkolnych i wczesnoszkolnych
na temat rozpoznawania ryzyka dysleksji
i wspomagania dzieci z tym problemem**



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

IBE



*entuzjaści
edukacji*

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Spis treści

| | |
|--|----|
| Rozdział 1. Do kogo adresowany jest poradnik?..... | 5 |
| Rozdział 2. Test wiedzy o dysleksji | 7 |
| Rozdział 3. Co warto wiedzieć o dysleksji? | 8 |
| Rozdział 4. Czym jest ryzyko dysleksji i u kogo występuje?..... | 12 |
| 4.1 Czy można określić ryzyko genetyczne?..... | 13 |
| 4.2 Czy można określić ryzyko w rozwoju psychomotorycznym?..... | 13 |
| Rozdział 5. Jakie są objawy ryzyka dysleksji?..... | 14 |
| Rozdział 6. Co robić, jeśli dostrzeżemy oznaki ryzyka dysleksji?..... | 15 |
| Rozdział 7. Jak pomagać – czyli jak wspierać dzieci z ryzykiem dysleksji w domu i w przedszkolu/szkole?..... | 16 |
| 7.1. Wskazówki ogólne | 17 |
| 7.2. Co mogą zrobić rodzice dziecka z ryzykiem dysleksji/dysleksją? – wskazówki szczegółowe | 18 |

1. Do kogo adresowany jest poradnik?



Poradnik kierowany jest **do rodziców lub opiekunów dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym**.

Dysleksja objawia się przede wszystkim trudnościami w czytaniu (i zwykle w pisaniu), dlatego jej pierwsze oznaki możemy dostrzec dopiero, gdy dziecko zaczyna się uczyć tych umiejętności, ale wiele wczesnych symptomów można zaobserwować na długo przed rozpoczęciem nauki. O ryzyku dysleksji można mówić już nawet w najwcześniejszym okresie życia, jednak problem ten dotyczy w największym stopniu dzieci u progu szkoły. Dlatego warto uważnie obserwować dzieci uczęszczające do przedszkola, do oddziału rocznego przygotowania przedszkolnego oraz do szkoły na etapie wczesnej edukacji.

Niebagatelnym czynnikiem ryzyka dysleksji jest występowanie tego problemu w rodzinie dziecka. Chociaż nie można jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie, jakie dokładnie czynniki powodują wystąpienie dysleksji, to naukowcy są zgodni co do tego, że jest ona **zaburzeniem o podłożu neurobiologicznym**, uwarunkowanym pewnymi subtelnymi zmianami w zakresie struktury i funkcjonowania mózgu¹, powstającymi w okresie prenatalnym. Mają one tło genetyczne.

¹ Zmiany neurobiologiczne nie oznaczają ewidentnych uszkodzeń mózgu, a określenie używane we wcześniejszych publikacjach o dysleksji „mikrouszkodzenia czy minimalne uszkodzenia mózgu” mają dziś jedynie wartość historyczną.

Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?

Niepowodzenia szkolne dziecka mogą prowadzić do **wtórnych zaburzeń emocjonalnych**, dlatego tak ważna jest wczesna diagnoza i objęcie go odpowiednią opieką i wsparciem. Badania pokazują, że osoby z dysleksją korzystające z terapii rozwijają wiele bardzo korzystnych cech przydatnych w pokonywaniu trudności, takich jak: wytrwałość, wysokie kompetencje społeczne, motywacja itp.

Informacje zawarte w poradniku pomogą rozpoznać ewentualne ryzyko dysleksji, poznać objawy tego zaburzenia oraz zdobyć podstawową wiedzę na temat możliwości wspierania Twojego dziecka, jeśli należy do tej grupy.

Rodzicu – pamiętaj, że to Twoje dziecko jest najważniejsze i to TY znasz je najlepiej!

Możesz dużo zrobić w rozpoznaniu ryzyka dysleksji u Twojego dziecka i zapobiec wielu późniejszym trudnościom szkolnym. Im wcześniej zaczniemy wspomagać dziecko, tym ma ono większe szanse na sukces!

2. Test wiedzy o dysleksji

Drogi Rodzicu!

Ponieważ na pewno słyszałeś nie raz o dysleksji rozwojowej, proponujemy Ci na początek mały test wiedzy.

Poniżej zamieszczamy 12 stwierdzeń. Przeczytaj każde uważnie i zdecyduj, zaznaczając odpowiednią odpowiedź – czy jest prawdziwa, czy fałszywa.

Po wypełnieniu porównaj swoje odpowiedzi z kluczem na ostatniej stronie poradnika. Jeśli uzyskałeś mniej niż 12 odpowiedzi zgodnych z kluczem lub wahałeś się przy udzielaniu odpowiedzi – zachęcamy do lektury. Może to zwiększyć szanse Twojego dziecka!

| TEST WIEDZY O DYSLEKSJI | | | |
|-------------------------|---|--------|-------|
| Lp. | Stwierzenia | Prawda | Fałsz |
| 1 | Dysleksja rozwojowa jest jednym z wielu rodzajów specyficznych trudności w uczeniu się. | P | F |
| 2 | Z dysleksji się wyrasta. | P | F |
| 3 | Dysleksja jest zaburzeniem dziedzicznym. | P | F |
| 4 | Dziecko z zaburzeniami mowy to dziecko ryzyka dysleksji. | P | F |
| 5 | Inteligentne dziecko samo poradzi sobie z trudnościami w czytaniu i pisaniu, więc nie może mieć dysleksji. | P | F |
| 6 | Nie diagnozuje się dysleksji, gdy u dziecka występuje niepełnosprawność intelektualna. | P | F |
| 7 | Dziecko z dysleksją ma możliwość zdawania egzaminów państwowych na specjalnych zasadach. | P | F |
| 8 | Diagnozę dysleksji może przeprowadzić nauczyciel. | P | F |
| 9 | Rodzic może udać się z dzieckiem do poradni psychologiczno-pedagogicznej tylko na wniosek nauczyciela przedszkola/szkoły. | P | F |
| 10 | Objawy ryzyka dysleksji można zaobserwować już w okresie przedszkolnym, zanim dziecko rozpocznie naukę czytania. | P | F |
| 11 | Nauczyciele są zobowiązani do dostosowania wymagań do indywidualnych potrzeb dzieci z ryzykiem dysleksji. | P | F |
| 12 | Rodzic ma obowiązek przedstawić w szkole wyniki badań diagnostycznych prowadzonych w poradni. | P | F |

3. Co warto wiedzieć o dysleksji?

DYSLEKSJA to przede wszystkim trudności w czytaniu i pisaniu, ale NIE TYLKO

- 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

- jest to **problem całego życia**, występuje w każdym wieku, dotyczy też dorosłych;
- jej wczesne symptomy można zauważyć już w przedszkolu (mówimy wtedy o tzw. **RYZyku Dysleksji**)

DYSLEKSJA to trudności występujące zazwyczaj u dzieci INTELIGENTNYCH i PRACOWITYCH oraz ZMOTYWOWANYCH

- **nie jest prawdą, że dysleksja to wymówka dla leniwych** – zdecydowana większość dzieci, także tych, u których później zostanie zdiagnozowana dysleksja, przychodzi do szkoły z nadzieją i radością; jest to długo wyczekiwany moment w ich życiu – wszystkie dzieci CHCĄ się uczyć, CHCĄ czytać i pisać;
- **odrabianie pracy domowej** przez dzieci z dysleksją zajmuje zazwyczaj 2–3 razy więcej czasu niż przez rówieśników, a do tego często dochodzą zajęcia specjalistyczne i terapia – nic dziwnego, że pojawia się u nich zmęczenie, zniechęcenie czy nawet bunt;
- **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).

Dysleksja ma RÓŻNE OBLICZA

Obraz trudności dziecka z dysleksją nie jest jednolity, co wynika z:

- znacznych **różnic indywidualnych** między dziećmi w zakresie konfiguracji poszczególnych **zdolności, temperamentu i osobowości**;

3. Co warto wiedzieć o dysleksji?



- występowania **podtypów samej dysleksji** – np. są dzieci, które czytają głośno, powoli i nie płynnie, a także takie, które czytają szybko, ale robią mnóstwo błędów;
- **współwystępowania** zaburzeń neurorozwojowych – lubią one łączyć się w grupy, np. dysleksja i specyficzne zaburzenie językowe SLI, dysleksja z dysgrafią (trudności ruchowe utrudniające pisanie) i dyskalkulią (zaburzenia w uczeniu się matematyki) itp.

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 pisanie z wykorzystaniem **typowych metod dydaktycznych**;
- potrzebują one:
 - **specjalnie dostosowanych metod** – pozwalających lepiej sobie radzić z trudnościami, np. dla wielu z nich skuteczna w nauczaniu czytania jest metoda sylabowa;
 - specjalistycznych zajęć, które można nazwać **terapią**, choć u dzieci młodszych mają one raczej charakter **wspomagania rozwoju**; na etapie szkolnym oferuje się dzieciom tzw. **zajęcia korekcyjno-kompensacyjne** w szkole lub w poradni;
- rodzice mają wiele możliwości wspierania dziecka z dysleksją lub jej ryzykiem w domu, w czasie codziennych zajęć i odrabiania lekcji.

Najlepszy nauczyciel i świetnie prowadzone lekcje NIE WYSTARCZĄ dziecku z dysleksją

- 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.

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.

Podłożem DYSLEKSJI są najczęściej deficyty językowe

W praktyce oznacza to, że dzieci z dysleksją częściej niż ich rówieśnicy mają trudności z:

- dostrzeganiem różnic między podobnie brzmiącymi słowami, np. *noc–moc, rok–lok*,
- tworzeniem i rozpoznawaniem rymów,
- odnajdywaniem głoski lub sylaby w słowie,
- dzieleniem słowa na głoski lub na sylaby,
- łączeniem sylab lub głosek w słowa,
- powtarzaniem/wymawianiem trudnych słów, np. długich; z tego powodu znacznie częściej i dłużej niż rówieśnicy przekręcają słowa², np. *chirokopter*,
- zapamiętywaniem nowych słów, nazw własnych,
- nauką wierszyków i piosenek,
- zapamiętywaniem informacji w stałej kolejności, jak nazwy pór roku, dnia, posiłków, dni tygodnia.

Oprócz deficytu językowego naukowcy zwracają też uwagę na deficyt przetwarzania informacji, a zwłaszcza jego tempo.

² Wszystkie dzieci w wieku przedszkolnym przekręcają niektóre słowa i tworzą swoiste formy różniące się od form prawidłowych, ale jest to normalne zjawisko rozwojowe, przemijające w 6 roku życia.

3. Co warto wiedzieć o dysleksji?

DYSLEKSJA – OBJAWY – CZYTANIE

- Trudności można najłatwiej zauważyć w czytaniu głośnym; dziecko:
 - czyta niepewnie, w bardzo wolnym tempie, czyta sylabami lub głóskuje, a potem dopiero próbuje scalić wyraz,
 - popełnia błędy – opuszcza lub dodaje litery i sylaby, czasem zgaduje.
- Zdarza się, że u niektórych dzieci tempo czytania jest dość szybkie, ale za to pojawia się bardzo duża liczba błędów.
- U niektórych dzieci dyslektycznych problemy dotyczą tylko czytania głośnego, czytanie ciche bywa płynne, a rozumienie jest zachowane.
- Z wiekiem problemy z czytaniem maleją, ale pozostaje niechęć i szybkie męczenie się tą czynnością.

DYSLEKSJA – OBJAWY DODATKOWE– PISANIE

- Trudnościom w czytaniu zwykle towarzyszą **znaczące trudności w pisaniu**, ale aby zdiagnozować dysleksję, musi pierwotnie wystąpić problem z czytaniem.
- Trudności w pisaniu mogą oznaczać błędny zapis, niezgodny z zasadami polskiej ortografii – np. wyrazy zawierające Ó, RZ, H itp.
- Wbrew pozorom te trudności nie są największym problemem, częściej występuje:
 - pisanie zgodne z wymową, ale niezgodne z ortografią – np. *chlep, sufka, wzioł, robiół* itp.,
 - opuszczanie, dodawanie lub przestawianie liter i większych części wyrazów (np. *samlot, parsol*),
 - problemy z łączeniem i dzieleniem wyrazów np. *manowydach, wtorbie* i wiele innych.

4. Czym jest ryzyko dysleksji i u kogo występuje?



Termin **ryzyko dysleksji** można zdefiniować jako zagrożenie wystąpieniem dysleksji³, czyli podwyższone prawdopodobieństwo rozwinięcia się tego zaburzenia w przyszłości u konkretnego dziecka. Mówi się o nim przede wszystkim w okresie poprzedzającym rozpoczęcie formalnej nauki czytania i pisania, a więc przed pójściem dziecka do szkoły. Ze względu na to, że dzieci potrzebują czasu na biegłe opanowanie pisma, w Polsce o ryzyku dysleksji mówimy także w przypadku uczniów klas I i II szkoły podstawowej.

Ryzyko dysleksji może mieć dwa źródła:

- dziedziczne – większe prawdopodobieństwo zaburzeń u dzieci, których krewni I stopnia – rodzice lub rodzeństwo – również mieli lub mają dysleksję;
- powiązane z deficytami w rozwoju psychomotorycznym i poznawczym dziecka w okresie poprzedzającym naukę w szkole i na jej progu.

³ W Polsce problematykę ryzyka dysleksji upowszechniła profesor Marta Bogdanowicz i w jej publikacjach można znaleźć bardzo bogaty materiał dotyczący tego zjawiska.

4. Czym jest ryzyko dysleksji i u kogo występuje?

4.1. Czy można określić ryzyko genetyczne?

Odpowiedź na to pytanie wydaje się dość łatwa. Nie są potrzebne specjalistyczne badania materiału genetycznego. Wystarczy tylko, aby rodzic dziecka zadał sobie następujące pytania:

1. Czy mam dysleksję – posiadam opinię poradni specjalistycznej stwierdzającej to zaburzenie albo pamiętam, że z wielkim trudem uczyłem/uczyłam się czytania i do dzisiaj robię to bardzo niechętnie, a na dodatek piszę z błędami?
2. Czy drugi rodzic dziecka ma dysleksję?
3. Czy inne moje/nasze dzieci mają dysleksję?
4. Czy nasi rodzice, dziadkowie dziecka, mogli mieć dysleksję?

Im więcej udzielili Państwo odpowiedzi TAK, tym większe prawdopodobieństwo genetycznego „obciążenia”. Pamiętajmy jednak, że nie jest ono rozstrzygające, tzn. mimo 4 odpowiedzi TAK dziecko NIE MUSI mieć dysleksji. Może, choć rzadziej, zdarzyć się też odwrotna sytuacja. Dziecko ma dysleksję, mimo że to zaburzenie nie występuje i nie występowało w rodzinie. Badania europejskie pokazują, że fakt występowania dysleksji w rodzinie tłumaczy nie więcej niż 50% przypadków tego zaburzenia.

4.2. Czy można określić ryzyko w rozwoju psychomotorycznym?

Jak można odkryć, że dziecko, które jeszcze nie zaczęło czytać i pisać, jest zagrożone dysleksją, skoro podstawowe jej objawy to właśnie trudności w czytaniu? Nie jest to trudne, a może mieć ogromne znaczenie dla zmniejszenia problemów Waszego dziecka w szkole. Można określić ryzyko dysleksji na podstawie analizy rozwoju psychomotorycznego i poznawczego dziecka. Jednak sama analiza jest bardziej skomplikowana niż w przypadku określania ryzyka rodzinnego.

Zgodnie z aktualnymi przepisami MEN dysleksja jest zaburzeniem diagnozowanym najwcześniej po trzeciej klasie szkoły podstawowej. Natomiast jej ryzyko można i trzeba diagnozować wcześniej – w przedszkolu i szkole:

- **wstępną diagnozę ryzyka dysleksji** może przeprowadzić rodzic i nauczyciel,
- **pogłębioną, specjalistyczną diagnozę, która ma ukierunkować pracę wspomagającą dziecka**, przeprowadza specjalista (psycholog, pedagog i/lub logopeda).

Dla rodzica i nauczyciela pierwszym etapem jest obserwacja dziecka z wykorzystaniem odpowiednich kwestionariuszy. Odwołują się one do różnych czynności wykonywanych przez dziecko w codziennych sytuacjach, niekoniecznie związanych z czytaniem i pisanie⁴. Wstępną orientację dadzą Państwu kwestionariusze zawarte w następnym punkcie.

⁴ Por. Marta Bogdanowicz: *Ryzyko dysleksji, problem i diagnozowanie oraz Ryzyko dysleksji, dysortografii i dysgrafii*, obie pozycje wydane w Wydawnictwie Harmonia.

5. Jakie są objawy ryzyka dysleksji?

Mówiąc ogólnie, są to objawy nieharmonijnego rozwoju dziecka – opóźnienia rozwoju tych funkcji, które leżą u podstaw uczenia się czytania i pisania.

Zamieszczone poniżej listy objawów ryzyka dysleksji pozwolą Państwu na **wstępne oszacowanie zagrożenia tym zaburzeniem** u dzieci przedszkolnych i dzieci znajdujących się na progu edukacji wczesnoszkolnej.

Jeżeli po analizie poniższych stwierdzeń wskażecie kilka jako prawdziwych w odniesieniu do Waszego dziecka, warto skonsultować uzyskany wynik z nauczycielem, pedagogiem lub psychologiem.

WIEK PRZEDSZKOLNY

Proszę zaznaczyć te stwierdzenia, które są prawdziwe w odniesieniu do dziecka:

| Nr | Czy to stwierdzenie opisuje Twoje dziecko? | <input checked="" type="checkbox"/> |
|----|---|-------------------------------------|
| 1 | ma problemy z zapamiętaniem i zrozumieniem dłuższych poleceń słownych | <input type="checkbox"/> |
| 2 | ma problemy z nauczeniem się krótkich wierszyków i/lub piosenek | <input type="checkbox"/> |
| 3 | nie radzi sobie z tworzeniem i rozpoznawaniem rymów | <input type="checkbox"/> |
| 4 | ma problemy z odróżnianiem podobnie brzmiących słów, np. <i>lok-rok, pije-bije, pieje-pije</i> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | ma trudności z podziałem słowa na sylaby, np. <i>domy = do-my</i> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | nie potrafi wymienić pór roku w odpowiedniej kolejności | <input type="checkbox"/> |
| 7 | ma trudności z wyodrębnieniem pierwszej głoski w słowach, np. /d/ w <i>dym</i> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | ma trudności z podawaniem słów rozpoczynających się daną sylabą i/lub głoską, np. /ka/ – <i>kawa, kapa</i> ; /k/ – <i>kawa, kot</i> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | ma problemy z łączeniem sylab w słowo, np. <i>ta-lerz = talerz</i> | <input type="checkbox"/> |

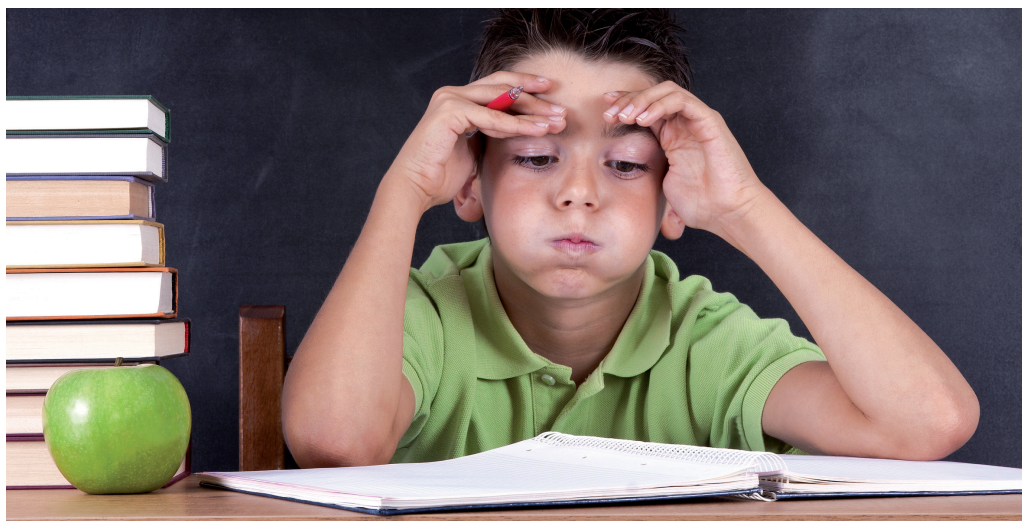
POCZĄTEK EDUKACJI WCZESNOSZKOLNEJ

Proszę zaznaczyć te stwierdzenia, które są prawdziwe w odniesieniu do dziecka:

| Nr | Czy to stwierdzenie opisuje Twoje dziecko? | <input checked="" type="checkbox"/> |
|----|--|-------------------------------------|
| 1 | nie potrafi wymienić nazw dni tygodnia we właściwej kolejności | <input type="checkbox"/> |
| 2 | nieprawidłowo nazywa stosunki przestrzenne (np. <i>nad, pod</i>) | <input type="checkbox"/> |
| 3 | często przekręca słowa, np. <i>mówi sosza (zamiast szosa), lora (zamiast rola)</i> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | ma trudności z dzieleniem słów na głoski | <input type="checkbox"/> |
| 5 | niechętnie podejmuje próby czytania | <input type="checkbox"/> |
| 6 | zazwyczaj czyta wolniej niż rówieśnicy | <input type="checkbox"/> |
| 7 | czytając wyrazy, opuszcza, dodaje, przestawia, zamienia litery | <input type="checkbox"/> |
| 8 | pisząc, zazwyczaj opuszcza i/lub dodaje litery, np. <i>grad – gad, górad</i> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | pisząc, zazwyczaj przestawia i/lub zamienia głoski np. <i>las – sal, los</i> | <input type="checkbox"/> |

Jeśli zaznaczyłeś kilka odpowiedzi w powyższej tabelce, poniższe informacje będą z pewnością przydatne.

6. Co robić, jeśli dostrzeżemy oznaki ryzyka dysleksji?



Jeżeli **rodzic** zaobserwował objawy ryzyka dysleksji, warto spotkać się z nauczycielem w celu skonsultowania dokonanych obserwacji.

W przypadku, gdy **nauczyciel** zgłosi rodzicowi lub potwierdzi występowanie zauważonych przez niego problemów, można umówić się na spotkanie z pedagogiem lub psychologiem szkolnym.

Niezależnie jednak od tego, rodzic ma prawo szukać pomocy w poradni psychologiczno-pedagogicznej w rejonie swego zamieszkania. **Psycholog i pedagog w poradni dokonają pogłębionej i specjalistycznej** diagnozy ryzyka dysleksji dostosowanej do wieku dziecka. W efekcie rodzic otrzyma szczegółową opinię wskazującą mocne i słabe strony dziecka oraz zalecenia dotyczące wspomagania rozwoju, terapii i edukacji.

Warto skorzystać z zajęć terapii pedagogicznej. Konieczne mogą się również okazać spotkania z logopedą.

Dziecko nie może zostać poddane takiemu badaniu bez zgody rodzica/opiekuna. Do diagnozy ryzyka dysleksji wykorzystuje się specjalistyczne testy psychologiczne i pedagogiczne, powiązane ze szczegółowym wywiadem i obserwacją dziecka. Wizyta w rejonowej poradni psychologiczno-pedagogicznej nie wymaga skierowania i jest bezpłatna. Rodzic może prosić o badanie na własną rękę i nie musi ujawniać w szkole jego rezultatów, choć zazwyczaj jest to bardzo pomocne.

Warto dodać, że mogą Państwo sami pogłębić wiedzę o zjawisku dysleksji. Na rynku i w internecie dostępnych jest wiele publikacji na ten temat, jak również gotowych materiałów do pracy z dzieckiem. Należy jednak mieć świadomość, że nie wszystkie one są godne polecenia. W przypadku wątpliwości najlepiej zasięgnąć informacji u specjalistów w szkołach, poradniach albo w Polskim Towarzystwie Dysleksji.⁵ Warto szukać materiałów, które posiadają rekomendację tego towarzystwa.

⁵ Strona internetowa Polskiego Towarzystwa Dysleksji: <http://www.ptd.edu.pl/>

7. Jak pomagać – czyli jak wspierać dzieci z ryzykiem dysleksji w domu i w przedszkolu/szkole?

Rodzice są najbliższą osobą swojego dziecka i spędzają z nim tyle czasu, że ich działania mogą być źródłem wielkiego wsparcia i znaczącej poprawy jego sytuacji. Wspomaganie dziecka w poznaniu siebie i zrozumieniu mocnych i słabszych stron jest istotnym elementem procesu pomocy. Warto podkreślić, że już w przedszkolu dzieci porównują siebie z rówieśnikami i stopniowo może to stawać się powodem frustracji i zaniżania samooceny. W szkole tego typu doświadczeń jest jeszcze więcej. W przypadku dzieci z dysleksją lub jej ryzykiem, w efekcie takich porównań oraz doświadczanych niepowodzeń, pojawić się może poczucie winy, wstyd, frustracja czy spadek motywacji - jako nieoczekiwane, ale niszczące skutki uboczne trudności w uczeniu.

Czy możemy temu zapobiec? Specjaliści sądzą, że gdy pomożemy dziecku zrozumieć naturę jego problemów, zwiększamy szansę, że będzie ono widziało swoje trudności w wąskiej dziedzinie, np. w czytaniu – na szerszym tle siebie jako całości: w obrazie własnej osoby deficyty i trudności będą tylko pojedynczymi elementami na tle mocnych stron i zdolności oraz pozytywnych cech charakteru.

Istnieje wielu przeciwników „etykietowania” dzieci, czyli nadawania nazw ich trudnościom, takich jak dysleksja czy dyskalkulia. Można jednak spojrzeć na to z innej strony i dostrzec pozytywne nazwania problemu:

- gdy problem dziecka ma nazwę, mogą być podejmowane działania naprawcze, a także wykorzystywane stosowne prawa przypisane do zaburzenia;
- używanie etykiety „dysleksja” czy „specyficzne zaburzenie uczenia się” jest zawsze korzystniejsze niż przypisywanie sobie przez dziecko lub jego rówieśników innych etykiet, z których najłagodniejsze to: „głupi”, „leniuch” czy „fajtłapa”; dziecko może myśleć o sobie w ten sposób, jeśli nie rozumie swoich problemów.

Pamiętajmy o tym, że:

- **profilaktyka jest zawsze tańsza i bardziej skuteczna od terapii**, dlatego należy dbać o wszechstronny rozwój każdego dziecka, zarówno w domu, w przedszkolu, jak i w szkole;
- stymulująco na rozwój umysłowy dziecka i jego postępy w nauce oddziałują również **zwyczaje czytelnicze rodziców oraz ich nastawienie** wobec edukacji i książek.



7.1. Wskazówki ogólne

Pracując z dzieckiem ryzyka dysleksji, należy pamiętać o tym, aby:

- dostosowywać wymagania wobec dziecka do jego możliwości w tych zadaniach, które sprawiają mu trudność (np. mniejsze porcje materiału do zapamiętania),
- starać się, by wprowadzane ćwiczenia bardziej przypominały zabawę niż naukę,
- nie karać za niepowodzenia, a podkreślać nawet najmniejsze postępy,
- nie przemęczać dziecka – w przeciwnym wypadku efekty pracy będą minimalne,
- dawać dziecku szansę na rozwijanie jego własnych zainteresowań, pasji, hobby,
- dawać więcej czasu na wykonywanie zadań, a jednocześnie okazji do ćwiczenia zaburzonych funkcji (np. powtórki, specjalne ćwiczenia – zabawy),
- eksperymentować z różnymi rodzajami ćwiczeń,
- stymulować wielozmysłowo – w czasie nauki i zabawy wykorzystywać jak najwięcej kanałów zmysłowych (patrz: ramka),
- używać przyjaznych materiałów (atrakcyjne pomoce dydaktyczne do nauki liter, wyrazów, wierszyków i piosenek),
- dawać odpowiednie polecenia i wyjaśnienia (krótkie, zwięzłe i jasne),
- podkreślać mocne strony dziecka i na nich przede wszystkim opierać się w pracy, koncentrować się na sukcesach, a nie na trudnościach, unikać sytuacji publicznego obnażania słabych stron dziecka i zadbać o to, aby miało

Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?

szansę rozwijać swoje zainteresowania i odnosić sukcesy na jakimś polu – takie działania będą wspomagać **budowanie pozytywnej samooceny**.

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 – podkreślania 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, biegając, jeżdżąc na rowerze, odbijając piłkę).

Uczniowie z ryzykiem dysleksji mogą skorzystać z następujących ustaleń prawnych:

- dostosowania wymagań edukacyjnych wynikających z programu nauczania do indywidualnych potrzeb edukacyjnych ucznia⁶;
- w przypadkach znacznych deficytów stwierdzonych u dziecka – odroczenia rozpoczęcia spełniania przez dziecko obowiązku szkolnego⁷;
- w klasie III uzyskania opinii o specyficznych zaburzeniach uczenia się⁸.

7.2. Co mogą zrobić rodzice dziecka z ryzykiem dysleksji/dysleksją? – wskazówki szczegółowe

Najważniejsze cele rodziców dziecka z dysleksją i jej ryzykiem to⁹:

- rozmawiać z dzieckiem na temat dysleksji i innych trudności w uczeniu się;
- być „rzecznikiem praw” swojego dziecka;
- znaleźć dodatkowego nauczyciela do pomocy albo/i terapeutę;
- budować i wspomagać samoocenę dziecka;
- pomagać w pracy domowej;

⁶ Rozporządzenie MEN z 30 kwietnia 2007 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania ... (Dz. U. Nr 83, poz. 562, z późn. zm.); rozporządzenie MEN z 1 lutego 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych... (Dz. U. poz. 199).

⁷ Ustawa z 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572, z późn. zm.); rozporządzenie MEN z dnia 1 lutego 2013 r. – jak w przypisie 6.

⁸ Rozporządzenie MEN z 30 kwietnia 2007 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania...; rozporządzenie MEN z 1 lutego 2013 r. – jak w przypisie 6.

⁹ Na podstawie: Rief, F. S. i Stern, M. J. (2010). The dyslexia checklist. A practical reference for parents and teachers. San Francisco: Wydawnictwo Jossey-Bass, A Wiley Imprint.

7. Jak pomagać – czyli jak wspierać dzieci z ryzykiem dysleksji w domu i w przedszkolu/szkole?



- wzmacniać umiejętności czytania w warunkach domowych;
- wspierać dziecko w organizacji życia i zarządzaniu czasem;
- doskonalić umiejętności uczenia się.

W dalszej części omówione zostaną bardziej szczegółowo zasady dotyczące wybranych zadań.

Rozmawiaj z dzieckiem o dysleksji i innych trudnościach w uczeniu się

Rozmawiając, pamiętaj o naturalnych możliwościach rozwojowych dziecka – zasobie słownictwa, problemach ze zrozumieniem abstrakcyjnych terminów, ograniczeniach uwagi. Należy unikać „wykładów” i posługiwać się krótkimi, prostymi komunikatami.

Bądź otwarty i szczerzy w rozmowach z dzieckiem dotyczących jego problemu.

Kiedy rozmawiać?

- Gdy dziecko zadaje pytania – np. *dlaczego muszę chodzić na dodatkowe zajęcia, dlaczego wszyscy w klasie czytają czytanke, a ja nie potrafię?*
- Gdy zaobserwujemy u dziecka frustrację lub złość wywołaną jego trudnościami.
- Gdy dziecko osiągnie nawet mały sukces w szkole, warto przeanalizować, co o tym zdecydowało, np. wydłużony czas, uczenie się w jakiś specjalny sposób.
- Gdy w mediach jest mowa o dysleksji i pojawiają się np. sławni ludzie z tym zaburzeniem.

Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?

- Gdy trzeba dziecku wytłumaczyć, jaką stosować technikę uczenia się/pracy, aby była w jego przypadku bardziej skuteczna.

O czym rozmawiać?

- Upewnij dziecko o dobrym poziomie jego inteligencji (jest to kryterium diagnozy).
- Poinformuj, że jest wiele dzieci, nastolatków i dorosłych z dysleksją w jego otoczeniu – podaj przykłady.
- Mów, że każdy ma jakieś mocne i słabe strony, podając siebie jako przykład.
- Wypunktuj mocne strony dziecka i pokaż ich wartość.
- Wskazuj, gdzie i jak szukać pomocy – gdy pojawia się problem, należy komunikować go (np. zgłaszać nauczycielowi), a nie ukrywać.

BĄDŹ „rzecznikiem praw” swojego dziecka

Ta rola wiąże się z koniecznością głębszego wejścia rodziców w środowisko edukacyjne.

Wymaga od rodzica poznania i zrozumienia procedur prawnych (przepisów i rozporządzeń MEN, ustaleń władz oświatowych w regionie, regulaminu i statutu szkoły). Najważniejsze wskazówki:

- Zdobądź jak najszerszą wiedzę o problemie Twojego dziecka, korzystając z wszelkich możliwych i wiarygodnych źródeł.
- Zbieraj dokumentację dotyczącą dziecka – opinie, wyniki badań, prace dziecka.
- Poznaj dokładnie cel programu wspomagającego Twoje dziecko w szkole.
- Dbaj o skuteczną i pozytywną komunikację ze szkołą. Doceniaj wysiłki szkoły! Komunikuj się z nauczycielami na początku roku szkolnego i utrzymuj kontakt przez cały rok.

BUDUJ i CHROŃ samoocenę Twojego dziecka i jego poczucie godności

Warto wiedzieć, że dzieci z dysleksją, tak jak i z innymi zaburzeniami, jak dyskalkulia czy ADHD mają „kruchą” samoocenę.

Doświadczenie niepowodzeń, często wstydu oraz negatywnych komunikatów na swój temat może zrujnować obraz samego siebie, zwłaszcza w sytuacji, gdy dziecko bardzo się stara. Przy dysleksji, jak i przy innych zaburzeniach uczenia się, występują znaczne obciążenia emocjonalne. Życie z trudnościami w uczeniu się jest bardzo stresujące, a szkoła może stać się dla dziecka miejscem prawdziwego cierpienia. Pojawia się poczucie nieadekwatności, niska samoocena, lęk, a nawet depresja, które mogą być różnie wyrażane.

Rodzice muszą zadbać o doświadczenie przez dziecko dawki sukcesu w innych obszarach budowania samooceny.

7. Jak pomagać – czyli jak wspierać dzieci z ryzykiem dysleksji w domu i w przedszkolu/szkole?

Aby uniknąć wstydu z powodu niepowodzeń w nauce szkolnej, dzieci mogą:

- pozorować chorobę, aby unikać stresujących dla nich sytuacji,
- ukrywać prace wykonywane w szkole lub gubić je,
- wynajdywać niezliczone wymówki, by nie wykonywać zadania, pracy domowej itp.
- wypracować zachowania stanowiące mechanizm radzenia sobie ze stresem, np. bycie „błaznem klasowym” albo uczniem niegrzecznym (w ich poczuciu lepsze to niż posądzenie, że się jest „głupim”).

Trudnościom w uczeniu się mogą towarzyszyć również problemy w relacjach społecznych. Dzieci z dodatkowo obniżonymi kompetencjami społecznymi mogą otrzymywać dużo negatywnych informacji o sobie ze strony dorosłych (reprimendy, krytyka). Odrzucenie przez inne dzieci, a także dorosłych, może wpływać na poczucie godności dziecka. Aby emocjonalnie sobie z tym radzić, dzieci mogą:

- bawić się chętniej z młodszymi dziećmi niż we własnej grupie wiekowej,
- przejawiać skłonność do „trzymania się” ze słabszymi uczniami,
- unikać aktywności, które wymagają interakcji z innymi dziećmi,
- udawać, że im „nie zależy” na dobrych ocenach czy uznaniu.

„Złe” zachowania dzieci z dysleksją, takie jak złość czy gniew, zwykle są wyrazem ich frustracji i cierpienia. Niska samoocena może powodować deprecjację własnej osoby, polegającą na nazywaniu siebie np. „głupim” oraz dostrzeganie tylko własnych wad.

Strategie budowania pozytywnej samooceny Twojego dziecka

- Pomóż dziecku rozpoznawać jego własne talenty, zdolności i pozytywne cechy.
- Pomóż dziecku rozwijać zainteresowania i wzmacniać obszary, w których jest dobre.
- Zachęcaj i wspieraj udział w dodatkowych zajęciach – w klubach sportowych, zajęciach w domach kultury, harcerstwie itp.
- Poproś nauczyciela, aby umożliwił dziecku zaprezentowanie jego zalet.
- Opowiadaj o ludziach, którym się powiodło mimo tego, że mieli dysleksję lub inne zaburzenia uczenia się. Używaj przykładów znanych osób z dysleksją.
- Daj dziecku dostosowane do wieku obowiązki, aby pomóc rozwijać pewność siebie.
- Pomóż dziecku osiągać realistyczne minicele jako kroki ku osiągnięciu większych celów (metoda małych kroków).
- Gdy poprawiasz dziecko – unikaj sarkazmu czy krytykowania jego charakteru lub inteligencji. Gdy zachowa się źle – zwróć uwagę, że zachowanie było złe, a nie ono samo.
- Postaraj się, aby dziecko wiedziało, że cenisz je za to, kim jest.
- Komunikuj bezwarunkową miłość i niezachwianą wiarę w swoje dziecko.

Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?

- Bądź najlepszym adwokatem swego dziecka i dawaj mu bezwarunkowe wsparcie.
- Zbieraj i przechowuj prace swojego dziecka, z których Ty i ono jesteście dumni.
- Zachęcaj dziecko do dzielenia się z Tobą doświadczeniami i uczuciami; zadawaj pytania i znajdź czas na prawdziwe słuchanie; wykazuj empatię, dawaj wsparcie i zachętę.
- Ucz radzenia sobie ze stresem i lękiem – np. branie głębokiego oddechu, liczenie do 10 przed odpowiedzią, wizualizacja czegoś pozytywnego itp. Specjaliści mogą tu pomóc w wypracowaniu różnych technik.
- Szukaj specjalistycznej pomocy, jeśli Twoje dziecko ma trudności emocjonalne, szczególnie gdy podejrzewasz depresję lub nadmierny lęk.

JAK POMAGAĆ DZIECKU W PRACY DOMOWEJ

Odrabianie lekcji jest często bardzo stresującą sytuacją dla dzieci z dysleksją i wszystkich domowników. Po długim i męczącym dniu w szkole znowu trzeba zmagać się z własnymi trudnościami w czytaniu i pisaniu.

Tworzenie środowiska do pracy

- Razem z dzieckiem wybierz miejsce dogodne do odrabiania lekcji; postaraj się, aby było to miejsce ciche i dobrze oświetlone.
- Ogranicz bodźce, które mogą rozpraszać dziecko, np. zbędne hałasy, występujące w Twoim domu w czasie odrabiania lekcji. Wyłącz telewizor.
- Upewnij się, czy dziecko ma wszystkie potrzebne przybory oraz dobrze zorganizowaną przestrzeń do pracy.

Rutyna i harmonogram odrabiania lekcji

Wspólnie z Twoim dzieckiem wypracuj harmonogram dnia i zaplanuj codzienny specjalny czas na odrabianie lekcji.

- Trzymaj się harmonogramu tak ściśle, jak to tylko możliwe, aby wytworzyć korzystny nawyk.
- Dopasuj go do zajęć dodatkowych i pozaszkolnych dziecka, czasu posiłku, innych zadań, a także oczywiście Twojej możliwości udziału.
- Staraj się, aby pora nie była zbyt późna – wieczorem dziecko jest zbyt zmęczone.
- Uwzględnij preferencje Twojego dziecka: pewne dzieci wolą odrabiać lekcje zaraz po przyjsciu ze szkoły, inne potrzebują najpierw zabawy i relaksu.
- Niektóre dzieci wolą najpierw odrobić to, co najłatwiejsze i to, co najbardziej lubią, inne odwrotnie – zaczynają od najtrudniejszych prac. Pozwól dziecku spróbować obu rozwiązań, a potem wspólnie wybierzcie to najlepsze dla niego.

7. Jak pomagać – czyli jak wspierać dzieci z ryzykiem dysleksji w domu i w przedszkolu/szkole?

- Zachęcaj dziecko, aby spakowało plecak (książki i wszystkie przybory szkolne na następną dzień) przed pójściem spać; umieść plecak dziecka w widocznym miejscu, tak by nie zapomniało o nim, wychodząc rano do szkoły.

Jeśli odrabianie lekcji w Twoim domu staje się „frontem wojennym” (źródłem konfliktu i frustracji) dla Ciebie i dziecka – szukaj pomocy. Spotkaj się z nauczycielem, przedstaw problem i spróbujcie wypracować inny pomysł na prace domowe. Poszukaj innej, wykwalifikowanej osoby do pomocy dziecku przy lekcjach.

Postaraj się, aby nauczyciele wiedzieli, ile czasu dziecko poświęca na odrabianie lekcji i jaki stres temu towarzyszy. Wyjaśnij, jakie wysiłki podejmujecie w domu, aby dobrze poradzić sobie z zadaniami domowymi, proś w szkole o pomoc, np. konsultacje indywidualne dla dziecka itp.

Jak doskonalić umiejętność czytania w domu



Rodzice mają wiele możliwości, by rozwijać umiejętność czytania dziecka w pozytywny i zabawny sposób. Im więcej okazji angażujących czytanie mają dzieci z dysleksją, tym bardziej doskonala się ich umiejętność.

Dzieci przedszkolne:

- czytajcie wspólnie i rozmawiajcie o przeczytanych książkach,
- zachęcaj dzieci do czytania znaków i nazw firm, marek, które znają,

Czy moje dziecko jest zagrożone dysleksją?

- dostarczaj okazji do odsłuchiwania opowiadań, książek (audiobooki dla dzieci, płyty) – rozwijaj zainteresowanie literaturą,
- wyjaśniaj nowe słowa, gdy pojawiają się w książkach, filmach, rozmowach czy w innych sytuacjach z udziałem Twojego dziecka,
- staraj się wprowadzać rymowanki (wierszyki, wyliczniki),
- wybieraj zabawy, które wymagają:
 - rozwijania sprawności fonologicznych, takich, w których trzeba dzielić na sylaby, wyróżniać sylaby, rozpoznawać pierwsze głoski słów, tworzyć i rozpoznawać rymy itp.,
 - wczesnych sprawności czytania i pisania – gry planszowe, ruchome alfabety, pieczątki,
 - sprawności sekwencyjnych – np. wkładanie elementów od lewej do prawej, od początku do końca, w porządku numerycznym lub alfabetycznym.

DZIECI w klasach I-III

- kontynuuj czytanie z dzieckiem i rozmowy o tym, co przeczytaliście:
 - omawiaj interesujące aspekty książki, którą przeczytaliście,
 - pytaj dziecko o opinię dotyczącą części książki,
 - omawiaj postacie oraz alternatywne rozwiązania problemów, które mogły się pojawić; porównuj postacie w różnych książkach, porównuj treści z doświadczeniem dziecka,
- zachęcaj dziecko do głośnego czytania – czytajcie naprzemiennie, a Ty okazjonalnie pomagaj przy nowych słowach,
- poszukaj odpowiednich dla Twojego dziecka książek, jeśli nie masz pewności – zapytaj bibliotekarkę lub nauczyciela w szkole,
- jeśli Twoje dziecko nie lubi czytać, zachęć je do czytania tego, co trafia w jego zainteresowania – stron np. o sporcie, zwierzętach, co może lepiej zmotywować je do czytania,
- wykorzystuj zabawy z układaniem wyrazów – z liter, sylab itp.,
- kontroluj czas, który Twoje dziecko spędza przed telewizorem lub komputerem,
- wprowadź czytanie jako stały element Waszego dziennego harmonogramu.

TEST WIEDZY O DYSLEKSJI – KLUCZ

| Stwierdzenie | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| Właściwa odpowiedź | P | F | P | P | F | P | P | F | F | P | P | F |

Institut Badań Edukacyjnych

Głównym zadaniem Instytutu jest prowadzenie badań, analiz i prac przydatnych w rozwoju polityki i praktyki edukacyjnej.

Instytut zatrudnia ponad 150 badaczy zajmujących się edukacją – pedagogów, socjologów, psychologów, ekonomistów, politologów i przedstawicieli innych dyscyplin naukowych – wybitnych specjalistów w swoich dziedzinach, o różnorodnych doświadczeniach zawodowych, które obejmują, oprócz badań naukowych, także pracę dydaktyczną, doświadczenie w administracji publicznej czy działalność w organizacjach pozarządowych.

Instytut w Polsce uczestniczy w realizacji międzynarodowych projektów badawczych, w tym PIAAC, PISA, TALIS, ESLC, SHARE, TIMSS i PIRLS, oraz projektów systemowych współfinansowanych przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

www.ibe.edu.pl

Institut Badań Edukacyjnych

ul. Górczewska 8, 01-180 Warszawa | tel. +48 22 241 71 00
ibe@ibe.edu.pl | www.ibe.edu.pl

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.