Marta Bogdanowicz
Anna Adryjanek
Małgorzata Rożyńska

# Uczeń z dysleksją w domu

**poradnik
nie tylko dla rodziców**

OPERON

Marta Bogdanowicz
Anna Adryjanek
Małgorzata Rożyńska

# Uczeń z dysleksją w domu

Poradnik nie tylko dla rodziców

OPERON

Gdynia 2010

Recenzja merytoryczna: *dr hab. Grażyna Krasowicz-Kupis*, *prof. UMCS*
Redaktor prowadzący: *Aleksandra Gibała*
Redakcja językowa: *Elżbieta Pałasz*
Korekta: *Magdalena Borek*

Projekt okładki: *Krzysztof Godlewski*
Redakcja graficzna i skład: *Michał Ciechorski, Adam Potrykus*
Ilustracje: *Kornel Kowalski, Anna Wojtek-Tarasiewicz*
zdjęcia: *Leszek Żurek*

Publikacja zalecana przez Polskie Towarzystwo Dysleksji

Autorki serdecznie dziękują: Renacie Czabaj za konsultacje dotyczące dostosowania wymagań, Danielowi Rożyńskiemu za tłumaczenie fragmentów książki z języka angielskiego i pomysły do abecadła ucznia z dysleksją, Bogumile Drewek za przekazanie doświadczeń w pracy z uczniami z dysleksją w programie szkolnym „Dzieci czytają dzieciom" oraz uczennicom: Agnieszce Spretke, Małgosi Plichta, Teresce Plichta i Klaudii Sellin za wykonanie rysunków do niniejszej publikacji, a także Hani Drewek i Szymonowi Litewskiemu za udział w sesji zdjęciowej.

© Copyright by Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON Sp. z o.o.
& Marta Bogdanowicz, Anna Adryjanek, Małgorzata Rożyńska
Gdynia 2007
Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w całości lub we fragmentach bez zgody wydawcy zabronione.
9-10/N972 /IX

Wydawca:
Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON Sp. z o.o.
81-212 Gdynia, ul. Hutnicza 3
tel. 58 679 00 00
e-mail: info@operon.pl
http://www.operon.pl

**ISBN 978-83-7461-617-1**

# Spis treści

Od Autorek ..... 6
Zamiast wstępu, czyli historia pewnej rodziny..... 8

CZĘŚĆ I. Zapobieganie trudnościom w nauce naszych dzieci 11

1. Co rodzice powinni wiedzieć na temat wspomagania rozwoju dziecka .....12

2. Rodzice pierwszymi nauczycielami dziecka ..... 19
2.1. Nasze dziecko lubi czytać, ponieważ ..... 19
2.2. Nasze dziecko lubi rysować, malować i wykonywać prace ręczne, ponieważ ..... 22
2.3. Nasze dziecko lubi pisać, ponieważ ..... 26
2.4. Nasze dziecko poprawnie wymawia głoski i z łatwością porozumiewa się z innymi, ponieważ ..... 28
2.5. Nasze dziecko jest stabilne emocjonalnie, ponieważ ..... 32

3. Księga porad, jak mądrze się bawić z własnym dzieckiem .... 35
3.1. Jak za pomocą zabawy wspomagać rozwój dziecka ..... 35
3.2. Zabawy i działania uczące dziecko przestrzegania reguł, obowiązkowości, motywacji do wysiłku, pozytywnej postawy wobec pracy i wykonywanych zadań ..... 38
3.3. Zabawy i działania uczące pokonywania trudności i wyrabiające odporność na stres oraz pomagające odreagować nieprzyjemne emocje ..... 42
3.4. Zabawy wzmacniające samoocenę dziecka, budujące jego poczucie własnej wartości ..... 52
3.5. Codzienne sytuacje i zabawy przygotowujące dziecko do szkoły .. 56
3.6. Zabawy usprawniające wymowę ..... 66

Część II. Rozpoznanie dysleksji rozwojowej ..... 71

1. Objawy dysleksji. Reakcje dzieci i rodziców ..... 72
1.1. Pytania, wątpliwości i poszukiwanie wiadomości, czyli pierwszy krok do wdrożenia „zasady przeciwdziałania wyuczonej bezradności” ..... 72
1.2. Czym się martwią rodzice dzieci z dysleksją? ..... 80
1.3. Uważna obserwacja postępów w nauce, czyli rodzice w roli detektywa ..... 81
1.4. Jest nas wielu – rodziców uczniów z dysleksją ..... 83

2. Co należy wiedzieć o dysleksji rozwojowej? ..... 87
2.1. Najważniejsze pytania ..... 87
2.2. W jaki sposób powstaje opinia poradni psychologiczno-pedagogicznej? Symptomy ryzyka dysleksji i dysleksji ..... 96

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją? ..... 105

1. Kiedy i jak wspomagamy rozwój dziecka? ..... 106
1.1. Na czym polega „zasada rozwijania skrzydeł"? ..... 106
1.2. Jak się uczą dzieci z dysleksją? Style uczenia się ..... 108

2. Księga porad, jak pomagać młodszemu dziecku ..... 116
2.1. Co pomaga dziecku w nauce? ..... 116
2.2. Jeden dzień z życia naszego dziecka ..... 120
2.3. Jak pomóc w odrabianiu lekcji? ..... 125
2.4. Recepty na dobre czytanie ..... 126
2.5. Recepty na dobre pisanie ..... 134
2.6. Ćwiczenia sprzyjające skutecznemu uczeniu się ..... 141
2.7. Jakie specjalistyczne ćwiczenia można wykonywać w domu? ..... 151
2.8. Jak pomóc dziecku leworęcznemu odnosić sukcesy w praworęcznej cywilizacji? ..... 160
2.9. Przede wszystkim zdrowie psychiczne! Porady psychologa, jak wspomagać rozwój osobowości dziecka ryzyka dysleksji i z dysleksją ..... 162

Część IV. Jak pomagać starszemu dziecku z dysleksją? ..... 169

1. Dobra organizacja to podstawa ..... 170
1.1. Planowanie nauki i pracy. „Kalendarz wydarzeń" ..... 170
1.2. Organizacja czasu wolnego – jak się powinno bawić starsze dziecko z dysleksją? ..... 172
1.3. Jak powinien wyglądać pokój dziecka z dysleksją do pracy, odpoczynku i zabawy? ..... 173

2. Młody człowiek w społeczeństwie informacyjnym ..... 176
2.1. Dlaczego nasze dziecko czuje się zagubione w bibliotece? O trudnościach w korzystaniu z różnych źródeł informacji ..... 176
2.2. Jak skutecznie i bezpiecznie korzystać z Internetu? ..... 183

3. Jak pomagać starszemu dziecku z dysleksją w zakresie umiejętności kształconych w szkole? ..... 185
3.1. Czytamy! I to ze zrozumieniem ..... 185
3.2. Jak tworzyć notatki i dłuższe prace pisemne? Jak ćwiczyć ortografię? 189

3.3. Jak wykorzystać to, że nasze dziecko jest lepsze w wypowiedziach ustnych i dyskusji? ..... 202

4. Uczymy się uczyć ..... 205
4.1. Jak wykorzystywać podręcznik? ..... 205
4.2. Jak pomagać odrabiać lekcje? ..... 207
4.3. Jak pomagać w matematyce? ..... 210
4.4. Jak nadrobić zaległości szkolne? ..... 212
4.5. Jak przygotować dziecko do egzaminów? ..... 213
4.6. Czym się kierować w wyborze szkoły średniej, kierunku studiów? 218

Część V. Rodzice kontra szkoła. Wzajemne relacje ..... 221

1. Zasady budowania programu pomocy ..... 222
1.1. Jak nawiązać współpracę ze szkołą i specjalistami? ..... 222
1.2. Zawarcie „Kontraktu o współpracy" pomiędzy rodzicami, uczniem i szkołą ..... 225

2. Realizacja programu pomocy w szkole i w domu ..... 231
2.1. Jak uczeń z dysleksją jest oceniany? Dostosowanie wymagań na poszczególnych przedmiotach ..... 231
2.2. Jakie prawa mają uczniowie z dysleksją rozwojową? Dostosowanie warunków egzaminacyjnych ..... 238
2.3. Dawać korepetycje czy nie dawać? ..... 241
2.4. Prawdziwa historia ..... 242

Część VI. Zamiast wniosków ..... 245

Wykaz literatury dla rodziców ..... 248

Polskie Towarzystwo Dysleksji ..... 250

Bibliografia ..... 259

# Od Autorek

Drodzy Rodzice!

Pierwsze symptomy zapowiadające dysleksję zaczynają się objawiać **już we wczesnym dzieciństwie**. Jeśli z końcem pierwszego roku życia dziecko raczkuje niechętnie lub wcale, słabo chwyta przedmioty, ma problemy z utrzymaniem równowagi, to może być – lecz nie musi – zapowiedź wystąpienia w przyszłości trudności dyslektycznych. Dzieci z ryzykiem dysleksji później zaczynają chodzić i biegać, nie radzą sobie z układaniem klocków i samodzielnym ubieraniem, nie próbują rysować. Jeśli dziecko późno zaczęło mówić, a mając trzy lata, porozumiewa się za pomocą pojedynczych wyrazów i bardzo prostych zdań, może to być już istotny symptom ryzyka dysleksji. Niestety, często lekceważony przez rodziców. Tymczasem właśnie wtedy mogliby zrobić bardzo wiele dla rozwoju swojego dziecka.

Niezwykle ważny jest również okres przedszkolny. Na tym etapie dzieci z ryzykiem dysleksji nie lubią zabaw manipulacyjnych, mają kłopot z układaniem puzzli, nie lubią rysować. Nie słyszą rymów i nie potrafią ich tworzyć, nie pamiętają wierszyków i nazw. Zadziwiają wszystkich myleniem nazw pór dnia, posiłków, poszczególnych dni tygodnia. Nadal mają problemy z utrzymaniem równowagi: trudność z jazdą na rowerku, chodzeniem po linii, skakaniem i staniem na jednej nodze itp. Sześciolatki w klasie 0 wykazują skłonność do rysowania oraz pisania liter i cyfr w pozycji zwierciadlanej, częściej są oburęczne. Dzieci ryzyka dysleksji pomimo ćwiczeń nie umieją, klaszcząc, podzielić słowa na sylaby, wymienić słów zaczynających się na wskazaną głoskę i mają wyraźne trudności w uczeniu się czytania. Dzieci te, zamiast uczyć się angielskiego, powinny intensywnie przygotowywać się do nauki języka macierzystego. Wskazane jest, by na tym etapie pracę rodziców wspierali specjaliści – zgodnie z rozporządzeniem ministerstwa oświaty w przedszkolu mogą się odbywać ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne. W tym okresie można uczynić bardzo wiele, by w przyszłości nie dopuścić do pojawienia się trudności szkolnych. **Nie każde dziecko ryzyka dysleksji musi stać się uczniem z dysleksją**.

Niedostrzeżenie opisanych wyżej wczesnych symptomów może spowodować, że na początku nauki szkolnej pojawią się nasilone trudności nie tylko w czytaniu, ale i w pisaniu. Dziecko zauważy, że jest gorsze od swoich rówieśników, przeżyje więc pierwsze niepowodzenia szkolne. Już w klasie I spotykamy dzieci, które nie chcą chodzić do szkoły. Pojawiają się zaburzenia emocjonalne i motywacyjne – lęk przed szkołą, utrata wiary w siebie i chęci do nauki. Jeśli szybko nie pomożemy dziecku, objawy będą się rozszerzać, a niepowodzenia pogłębiać. Od klasy IV pojawią się kłopoty ze wszystkimi przedmiotami. Z naszych doświadczeń wynika, że dzieci, którym odpowiednio wcześnie nie udzieli się pomocy, nie chcą czytać książek, uczyć się, rzadko zdobywają wykształcenie średnie, mimo że intelektualnie nie odbiegają od normy, a często ją przewyższają. Jeśli do poradni psychologiczno-pedagogicznej przychodzi rodzic z uczniem kla-

sy VI czy gimnazjalistą, który ma już ogromne zaległości, skuteczność terapii będzie nieproporcjonalnie mniejsza, niż mogłaby być w przypadku wcześniejszej interwencji.

**Jeśli chcecie, by wasze dziecko było świadome własnej wartości, wykorzystało swoje potencjalne możliwości, dobrze czuło się w szkole i odnosiło w niej sukcesy, warto zacząć nad tym pracować i to jak najwcześniej.** Najważniejsze są pierwsze trzy lata życia dla stworzenia dobrych podstaw biologicznych i psychologicznych rozwoju dziecka oraz dalsze trzy lata wszechstronnego wspomagania rozwoju psychoruchowego w wieku przedszkolnym. W przypadku ryzyka dysleksji istotne są przede wszystkim pierwsze cztery lata edukacji (od klasy 0 do IV), w których rodzice powinni zapewnić dziecku pomoc w formie kształcących zabaw, zajęć wspomagających rozwój oraz codziennej pomocy w pracy szkolnej, w porozumieniu z poradnią psychologiczno-pedagogiczną i zespołem pedagogicznym szkoły.

W naszej książce starałyśmy się podkreślić, jak ważne są mocne strony dziecka, jego uzdolnienia, które rodzice nie tylko powinni dostrzec, ale też stworzyć sytuacje sprzyjające ich wykorzystaniu i doskonaleniu. Przykładem utalentowanego licealisty – ucznia z dysleksją jest Kornel, który zilustrował bliźniacze książki „Uczeń z dysleksją w szkole" i „Uczeń z dysleksją w domu". Jego talent plastyczny zyskał uznanie, bowiem Kornel otrzymał za swój projekt pierwsze miejsce na międzynarodowym konkursie Cartoon Network, w którym wystartowali uczniowie kilkunastu tysięcy szkół z wielu krajów.

Opisane wyżej objawy ryzyka dysleksji nie muszą oznaczać, że dalszy rozwój dziecka będzie nieharmonijny. Autorki nie miały na celu wywoływać niepokoju rodziców i straszyć ich na przyszłość domniemanymi kłopotami szkolnymi. Ich intencją było uświadomienie rodzicom znaczenia pewnych opóźnień rozwojowych i apelowanie, by jak najwcześniej zaczęli wspierać rozwój dziecka odpowiednio ukierunkowaną zabawą. Poradnik zawiera ogromne bogactwo pomysłów na mądre zajęcia z dzieckiem: zabawy i ćwiczenia, których celem jest usprawnianie wolniej rozwijających się funkcji poznawczych. Rodzic dowie się, jak – często bardzo prostymi sposobami – pomóc swojemu dziecku w radzeniu sobie z różnorodnymi problemami.

Nasze doświadczenie profesjonalne utwierdza nas w przekonaniu, że rodzice mogą wpłynąć na pełną sukcesów przyszłość dziecka. Ale i my, rodzice, też rozwijamy się przy naszym dziecku, zdobywając fachową wiedzę, ćwicząc cierpliwość i systematyczność, rozwijając twórcze myślenie. Niejeden z rodziców dyslektycznego dziecka zrobił kursy lub podyplomowe studium terapii pedagogicznej, stając się nauczycielem terapeutą. Znamy i takich, którzy zdobyli tytuł doktora, a nawet profesora. Dzięki swoim dzieciom nauczyli się pomagać innym. Ten poradnik pokaże, jak rodzice mogą pomagać swoim dzieciom od najwcześniejszych lat ich życia do wieku młodzieńczego.

Życzymy wiele radości i twórczych pomysłów podczas mądrych zabaw i zajęć z własnym dzieckiem.

# Zamiast wstępu, czyli historia pewnej rodziny

Oto historia jakich wiele. W mieście, miasteczku albo na wsi mieszkają rodzice pewnego gimnazjalisty. Chłopiec, nazwijmy go Kuba, ma ogromne problemy w nauce, których powodów nie da się wytłumaczyć. Jest przecież normalnym, bystrym i wesołym dzieckiem. Podobnie jak większość jego rówieśników nie chce rano wstawać do szkoły i twierdzi, że nie znosi codziennych obowiązków. Dosyć często miewa bóle brzucha przed klasówką z języka polskiego. Jest roztrzepany, niepunktualny, stale o czymś zapomina, no i przede wszystkim – nie lubi czytać i pisać. Z wywiadówek rodzice Kuby wracają zdruzgotani.

Problemy w nauce narastają i rodzice powoli tracą nadzieję, że będzie lepiej. Martwią się także o przyszłość siostry Kuby, drugoklasistki Zosi, która ma podobne kłopoty w czytaniu i pisaniu. A jeśli również ją spotkają niepowodzenia w szkole? Ponieważ ma się narodzić kolejne dziecko, rodzice zastanawiają się, czy czeka je taki sam los. Zanim wyobraźnia podsunie czarny scenariusz, pomyślmy inaczej...

Historia wcale nie musi skończyć się źle. Gdy w gimnazjum spiętrzyły się niepowodzenia Kuby, z pomocą przyszedł jego wychowawca. Nie tylko wraz z pedagogiem szkolnym zorganizował spotkanie rodziców ze specjalistą, ale także namówił ich na konsultacje w poradni psychologiczno-pedagogicznej. Rodzice poszli z synem na dwa kilkugodzinne badania, prowadzone przez psychologa, pedagoga i logopedę. Podczas trzeciego spotkania pani psycholog wręczyła im opinię, w której opisano przyczyny i objawy trudności w nauce ich dziecka.

Pani psycholog poświęciła rodzicom Kuby sporo czasu, objaśniając, co znajduje się w opinii. Najważniejsze, czego się dowiedzieli, to że ich dziecko ma dysleksję rozwojową, która objawia się trudnościami w czytaniu. Na dodatek jest też dysortografia, ponieważ Kuba nie potrafi poprawnie pisać: opuszcza litery i je myli, a także popełnia mnóstwo błędów, mimo iż zna zasady ortografii. Zatem syn nie jest leniem, o co go posądzali. A kto zawinił? Kto jest odpowiedzialny za problemy szkolne Kuby? Czy tylko niewiedza rodziców?

Przecież już lekarza pediatrę pytali, dlaczego ich synek tak długo nie mówi. Lekarz stwierdził, że jest to normalne, i nie podtrzymał rodziców w postanowieniu, by pójść z dzieckiem do logopedy. Nauczycielka w przedszkolu nie zauważyła u Kuby nic niepokojącego przez cztery lata. Według nauczycielki w zerówce dziecko świetnie czytało, dopóki sami rodzice nie odkryli, że Kuba nie czyta, lecz uczy się tekstu na pamięć. Uspokoili się ponownie, gdy nauczycielka klasy pierwszej powiedziała im, że z tego się wyrasta. Niestety, Kuba nie wyrósł. Wysoka inteligencja chłopca pomogła mu zdobyć miano bardzo dobrego ucznia, ale tylko w pierwszej klasie. W drugiej, gdy nie wystarczała dobra pamięć, wyniki w nauce znacznie się pogorszyły.

Rodzice odkrywali u syna coraz więcej paradoksów: mądry, a nie potrafi czytać i pisać, wydaje się, że czyta, a nie rozumie, zna litery, a je myli. Dlatego zaczęli pomagać Kubusiowi: robili dyktanda, czytali na głos lektury, doglądali odrabiania lekcji. Trochę to pomagało, ale kłopoty ciągnęły się przez całą

podstawówkę. Aż do wspomnianego spotkania z wychowawcą Kuby w gimnazjum. Dzięki niemu rodzice chłopca uwierzyli, że ich syn może osiągnąć sukces w nauce, jeżeli będzie pracował, a oni pomogą mu w pokonywaniu trudności.

Kuba, z siedmioletnim opóźnieniem, zaczął uczęszczać na ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne. Od tego momentu rodzice pracują z nim także w domu, wiedząc, że udział syna w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych jeden raz w tygodniu to za mało. Zgodnie z sugestią psychologa z poradni powielili opinię i wręczyli ją wszystkim nauczycielom przedmiotów, z których Kuba ma kłopoty. Rozmowy z nauczycielami nie były łatwe, ale dały obraz trudności i informacje o konkretnych zaległościach. Okazało się przy tym, że niektórzy nauczyciele potrafili wiele dobrego powiedzieć o ich dziecku. To był przysłowiowy „plaster miodu" na zbolałe serca rodziców. Tak się zaczęła współpraca ze szkołą, która trwa do dzisiaj. Obecnie Kuba kończy z powodzeniem gimnazjum, myśli o liceum i marzy o studiach aktorskich...

Rodzice szczególnie cenią sobie obecność na zajęciach podczas ćwiczeń w poradni. Mogą nie tylko poznać metody pracy, ale i lepiej zrozumieć własnego syna, obserwując, z czym ma problemy, jak reaguje na trudności itp. Pozostają też w stałym kontakcie z oddziałem Polskiego Towarzystwa Dysleksji. Często uczestniczą w spotkaniach i zaopatrują się w publikacje o problematyce dysleksji.

Dzięki tym doświadczeniom sytuacja Zosi jest już inna. Dziewczynka, która już zaczęła mieć trudności w czytaniu, teraz z dumą nosi szkolny plecak i wytrwale pracuje w domu. Malutki Michaś od urodzenia będzie pod baczną obserwacją rodziców. Zamierzają oni, w formie zabawy, wspomagać rozwój syna od najmłodszych lat z myślą o jego lepszym starcie w szkole. Te mądre zabawy ułatwiają na czas nadrobić opóźnienia rozwojowe, by dziecko „ryzyka dysleksji" nie stało się dyslektycznym uczniem.

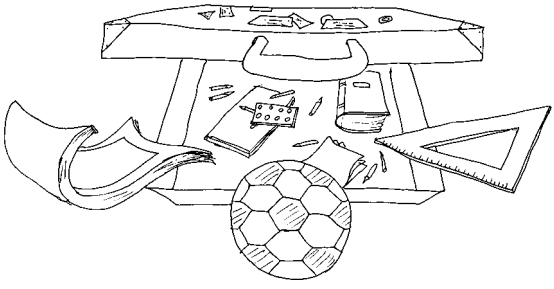
# CZĘŚĆ I.

# Zapobieganie trudnościom w nauce naszych dzieci

# 1. Co rodzice powinni wiedzieć na temat wspomagania rozwoju dziecka

Rodzice powinni zdawać sobie sprawę, że w wychowaniu i edukacji dzieci obowiązuje **zasada walizki: „Ile włożymy, tyle wyjmiemy"**. To my, rodzice, „wkładamy" w nasze dziecko jak do walizki nowe wiadomości, doświadczenia, przeżycia i to od pierwszych chwil jego życia. Wzbogacamy w ten sposób zasób zdolności, które nasza pociecha posiada z racji dziedziczenia. Wiadomo bowiem, że na rozwój dziecka wpływa nie tylko biologiczne wyposażenie (czyli geny rodziców, które sterują rozwojem układu nerwowego) i niezamierzone oddziaływanie środowiska, ale w znacznej mierze świadome wychowanie. Od nas zależy, czy dziecko będzie ciekawe świata, aktywne, samodzielne i polubi uczenie się, a jest to jedyny sposób na postępy w rozwoju.

Wspomaganie rozwoju dziecka przez rodziców nabiera znaczenia w przypadkach nietypowego lub nieprawidłowego rozwoju. Szczególnie ważna jest stymulacja rozwoju dziecka w pierwszych latach jego życia, a więc w wieku niemowlęcym (od narodzin do ukończenia 1. roku życia), poniemowlęcym (od ukończenia 1. do ukończenia 3. roku życia) i przedszkolnym (od ukończenia 3. do ukończenia 7. roku życia), kiedy dziecko najbardziej dynamicznie się rozwija. Także pierwsze lata pobytu w szkole są niezwykle istotne dla dziecka, bo właśnie wtedy się rozstrzyga, czy dziecko polubi tę instytucję i samo uczenie się. Zaniedbania z tego okresu decydują niekiedy o całej karierze szkolnej i zawodowej.



## Okres prenatalny

W rozwoju prenatalnym, czyli przed urodzeniem się dziecka, ważne są następujące czynniki[1]: odpowiednia dieta oraz równowaga emocjonalna i fizyczna matki.

**Odpowiednia dieta matki** zawiera różne źródła białka, witaminy i pierwiastki. Aby zapewnić prawidłowy rozwój mózgu dziecka, kobieta w ciąży powinna spożywać dużo ryb, warzyw liściastych, owoców, orzechów, olejów roślinnych, a także bananów (jednego dziennie – zawiera potas i kwas foliowy) oraz pokarmów bogatych w cynk i żelazo. Zdaniem naukowców dieta pomaga również zahamować genetycznie uwarunkowaną podatność do nieprawidłowego

[1] Przedstawione twierdzenia i zdania badaczy, naukowców i lekarzy za: G. Dryden., J. Vos (2000) oraz D. Lewis (1988).

rozwoju struktur nerwowych, zaangażowanych w procesie czytania i pisania. Mama spodziewająca się dziecka powinna zatem włączyć do jadłospisu ryby, owoce morza i tran. Obecne w nich wielonienasycone kwasy tłuszczowe sprzyjają wzrostowi i rozwojowi mózgu oraz odgrywają rolę w rozwoju systemu immunologicznego (odpornościowego), są też potrzebne do budowy i regeneracji włókien nerwowych koniecznych do budowy komórek, szczególne układu nerwowego. Opisane wzbogacanie diety jest wskazane, jeśli w rodzinie występuje dysleksja, także w poprzednich pokoleniach: rodziców, dziadków, oraz w wypadku zagrożonej ciąży.

**Równowaga emocjonalna i fizyczna matki** oznacza zachowywanie spokoju, unikanie stresu i szkodliwych używek. Palenie papierosów, picie alkoholu oraz zażywanie narkotyków przez kobietę ciężarną może zakłócić rozwój mózgu dziecka i w następstwie spowodować u niego trwające całe życie trudności z nauką. Warto wiedzieć, że dziecko w łonie matki czuje bicie jej serca, słyszy i zapamiętuje jej głos, a po urodzeniu go rozpoznaje. Dlatego jeszcze przed urodzeniem się dziecka śpiewajmy mu piosenki i kołysanki[2], słuchajmy relaksującej muzyki.

**Czas narodzin dziecka** – prawdopodobnie najkorzystniejsze dla dziecka są narodziny na początku lata, co gwarantuje mu dostęp do dużej liczby bodźców z otoczenia.

## Pierwsze lata życia dziecka

**Odpowiednia dieta.** Dziecko, co oczywiste, również po przyjściu na świat musi być odpowiednio odżywiane. Nikogo już nie trzeba przekonywać, że najwłaściwsze w wypadku niemowląt jest karmienie piersią, ponieważ sprzyja dostarczaniu niezbędnej „osłonki" komórkom mózgowym. Matki, które nie mogą karmić naturalnie, powinny zasięgnąć porady lekarskiej, jakiego rodzaju pokarm jest najbardziej odpowiedni dla dziecka. Później również starajmy się o zapewnienie swoim pociechom odpowiedniej diety. Naukowcy dowiedli, że problemy w uczeniu się mogą narastać na skutek nieprawidłowego rozwoju i funkcjonowania układu nerwowego wskutek stosowania niewłaściwych diet. Zbyt mała ilość nienasyconych kwasów tłuszczowych zakłóca czynność procesu krążenia, osłabia układ odpornościowy i hamuje rozwój psychiczny. Zdaniem tych badaczy z klinicznymi objawami znacznego ich niedoboru związana jest dysleksja. Dlatego też, aby zmniejszyć te niedobory i pomóc w nauce czytania osobom z dysleksją, należy wzbogacić ich dietę w ryby, owoce morza i tran. Są również dostępne w Polsce odpowiednie produkty farmaceutyczne. Warto taką dietę stosować profilaktycznie.

[2] M. Bogdanowicz (2003a).

Tyle o biologicznym wspomaganiu rozwoju, które przydaje się wszystkim maluchom, a niezbędne jest w wypadku dzieci z zagrożonej ciąży i nieprawidłowego porodu, z problemami zdrowotnymi w pierwszych dniach życia, i dzieci, w których rodzinie są przypadki dysleksji rozwojowej.

Jeszcze ważniejsze jest psychologiczne i pedagogiczne wspomaganie rozwoju dziecka. Głównym czynnikiem stymulującym są wzajemne relacje dziecka z rodzicami, umożliwiające zaspokojenie jego **potrzeb psychicznych**. Należy do nich **potrzeba bezpieczeństwa**. Możemy ją zaspokoić przez dostarczanie dziecku kontaktu dotykowego, gdy przytulamy je, kołyszemy w ramionach. Rozpoczynamy tuż po porodzie przez położenie dziecka na skórze matki. Zabawy paluszkowe typu „Tu sroczka kaszkę warzyła" i „dziecięce masażyki": („Idzie rak, nieborak" i inne), przekazywane przez pokolenia w każdym narodzie, dają małym dzieciom możliwość bliskiego kontaktu fizycznego, dotykowego z rodzicem, a przez to poczucie bezpieczeństwa[3]. **Potrzebę wzrostu i rozwoju** zaspokajamy, dostrzegając i chwaląc drobne osiągnięcia dziecka, na przykład pierwsze rysunki, samodzielnie zapięty guzik, posprzątane zabawki itp. Dziecko powinno też mieć świadomość, że może **zaufać** innym osobom i powierzyć im swoje sekrety, że będzie zrozumiane, a składane mu obietnice zostaną wypełnione. Musi mieć przekonanie, iż poradzi sobie w trudnej sytuacji, takiej jak wygłoszenie wiersza na akademii, start w zawodach sportowych czy wykonanie zadań na klasówce. Jeśli dziecko ma zdrowo rosnąć i rozwijać się, przede wszystkim musimy zadbać o zaspokojenie jego **potrzeby miłości**, okazując mu codziennie czułość i przywiązanie. Mówiąc słowami Izabeli Bielickiej, nie może zabraknąć „witaminy M", tak niezbędnej do życia jak pokarm i powietrze.

**Oddziaływanie wychowawcze oraz edukacyjne w pierwszych pięciu latach życia.** Badania dowiodły, jak ważne jest tak zwane **wczesne uczenie się**: około 50% naszej zdolności uczenia się rozwija się do czwartego roku życia, a 30% przed ukończeniem ósmego (według innych danych 33% umiejętności szkolnych osiemnastolatka osiąganych jest do szóstego roku życia, kolejnych 42% – do trzynastego roku życia, pozostałych 25% zaś – do osiemnastego roku życia). Dlatego istnieją szkoły uczenia języka obcego już w pierwszym roku życia (np. Helen Doron) lub umuzykalniania „na kolanach matki" (np. szkoły Yamacha). Znany jest termin „efekt Mozarta", odnoszący się do wzrostu inteligencji na skutek słuchania muzyki klasycznej. Węgierski twórca współczesnego systemu edukacji muzycznej Kodaly udowodnił, że u uczniów, którzy na lekcjach muzyki w szkole grali na instrumentach, zanotowano wzrost wyników w testach na inteligencję.

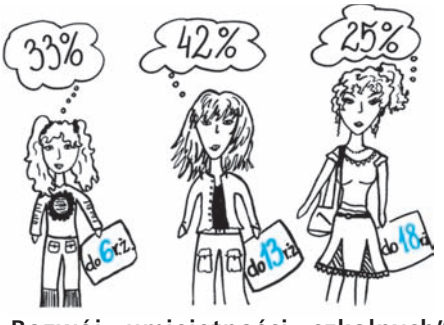
[3] M. Bogdanowicz (2003b).

Rodzice mogą wspomóc harmonijny rozwój dziecka, a nawet zapobiec specyficznym trudnościom w uczeniu się, jeśli będą wykonywać podane niżej proste działania.

**Rozwijanie i zaspokajanie potrzeb poznawczych dziecka.** Rodzice powinni pokazywać dziecku otaczający świat i go objaśniać, rozwijać zainteresowanie tym, co się dokoła dzieje, stwarzać możliwości doświadczania nowych wrażeń, wykonywania nowych zadań, samodzielnego formułowania przez dziecko pytań – problemów. Już do niemowlęcia należy stale mówić, nazywając to, co robimy, widzimy, czujemy. Powinniśmy oglądać z dzieckiem specjalne książeczki dla niemowląt i uczyć nazywania obrazków. W ten sposób rozbudzamy ciekawość poznawczą dziecka, co będzie procentować przez całe życie.

**„Rozwój zdolności uczenia się do 8. roku życia" – rysunek uczennicy klasy IV**

**Kołysanie niemowlęcia i śpiewanie mu.** Zdaniem naukowców i lekarzy regularne kołysanie niemowlęcia i śpiewanie mu stymuluje układ przedsionkowy, co wspomaga wzrost mózgu. Wpływa to korzystnie na przyrost wagi niemowlęcia, wcześniejsze widzenie i słyszenie oraz wytworzenie się regularnego cyklu snu. Służą temu zabawy ruchowe zwane „baraszkowaniem", które instynktownie podejmują rodzice wobec swych małych dzieci, gdy je podrzucają, huśtają i ciągną na kocu lub noszą „na barana". Dzieci z kolei uwielbiają takie zabawy i same je inicjują, wdrapując się na rodziców czy wchodząc im na ramiona, by znaleźć się w pozycji jeźdźca na koniu. Zabawy te stały się podstawą opracowanej przez angielską autorkę Weronikę Sherborne[4] Metody Ruchu Rozwijającego. Zawiera ona mnóstwo pomysłów na wspólne zabawy rodziców z dziećmi bez konieczności




**„Rozwój umiejętności szkolnych" – rysunek uczennicy klasy IV**

[4] W. Sherborne (2002); M. Bogdanowicz, D. Okrzesik (2005).

sięgania do zabawek. Tu wystarcza osoba rodziców i dziecka, ich ciało i twórcza pomysłowość. Dziecku potrzebny jest „dobry dotyk".

**Doświadczanie świata przez dziecko za pomocą zmysłów.** Badania dowodzą, że dzieci najszybciej uczą się, jeśli czegoś doświadczają zmysłami (dotykiem, smakiem, węchem, wzrokiem, słuchem) lub praktycznie: wykonując daną czynność. Skutecznie działa śpiewanie dziecku i z dzieckiem. Wiele zabaw ruchowych z piosenką pozwala mu uświadomić sobie i zapamiętać części ciała i ich nazwy, na przykład dzięki piosence „Głowa, ramiona, kolana, pięty…"[5], lub kierunki w przestrzeni i ich nazwy (lewa–prawa, góra–dół, przód–tył, na przykład za pomocą piosenki „Do przodu prawą rękę daj, do tyłu prawą rękę daj…")[6].

Osobą, która propagowała uczenie się dzieci w wieku przedszkolnym i dzieci niepełnosprawnych umysłowo przy zaangażowaniu wielu zmysłów (tzw. uczenie się polisensoryczne), była Maria Montessori. Obecnie wiadomo, że metoda ta jest dobra dla wszystkich, a dla uczniów dyslektycznych w każdym wieku – najlepsza (zob. schemat ze s. 109).

**Wspólna zabawa rodziców z dzieckiem.** Rodzice intuicyjnie bawią się z dzieckiem, zazwyczaj odwołując się przy tym do własnych doświadczeń z dzieciństwa. Warto wzbogacić ten repertuar, podążając za dzieckiem i jego pomysłami. Pamiętajmy też, że obecność dorosłego jest inspirująca (daje nowe propozycje) i wspomaga zabawę (przez udzielanie pochwał, wyrażanie zachwytu inicjatywą dziecka), dlatego w obecności dorosłego dziecko bawi się „na wyższym poziomie" niż w samotności. Ważne jest, aby rodzice uświadamiali sobie sens i cel konkretnej zabawy. Zbiór różnorodnych zabaw dla dzieci od urodzenia do 6 roku życia, stymulujących ich wszechstronny rozwój, znajduje się w publikacji „Zabawy fundamentalne" (wraz z opisem i objaśnieniami)[7].

**Aktywność ruchowa.** Ruch wspomaga zdolności umysłowe dziecka. Niemowlęciu należy zapewnić tyle ruchu, ile pragnie. Dziecko od urodzenia powinno mieć okazję do pełzania, a w kolejnej fazie rozwoju – do raczkowania. Podczas wykonywania tych czynności aktywizuje cztery kończyny, doskonali zatem koordynację ruchową, stymuluje aktywność obu półkul mózgowych i ich współdziałanie. Rodzice powinni więc dbać, by niemowlę miało jak najwięcej okazji do ruchu i samodzielnego poruszania się, co stwarza możliwość wielozmysłowego poznawania świata oraz penetrowania otoczenia. Dzieciom w wieku przedszkolnym zaleca się codzienne ćwiczenia ruchowe,

[5] Tekst piosenki do melodii piosenki: „Siekiera, motyka…":
Głowa, ramiona, kolana, pięty, kolana pięty, brzuch wypięty.
Głowa, ramiona, kolana, pięty, oczy, uszy, usta, nos.

[6] M. Bogdanowicz (2000).

[7] C. Rose, G. Dryden (2004).

pobudzające aktywność mózgu, co wpływa na poprawę zmysłu wzroku, słuchu, dotyku, równowagi ciała oraz zdolność przyswajania wiedzy. Do ćwiczeń takich należą: kręcenie się wokół własnej osi, balansowanie podczas stania na jednej nodze, gra w klasy, chodzenie po krawężniku lub linii, po równoważni, robienie przewrotów, skakanie na skakance, gra „w gumę", turlanie się). Na placu zabaw pojawiają się inne możliwości: huśtanie się na huśtawkach, wspinanie się na drabinki, jazda na łyżwach, wrotkach, łyżworolkach, hulajnodze, deskorolce.

Proste ćwiczenia fizyczne mogą znacząco wspomóc umiejętność uczenia się. Badania potwierdzają skuteczność ćwiczeń ruchowych w pracy z dziećmi z trudnościami w nauce. Zdaniem naukowców, na przykład A. Fawcett i R. Nicolsona, większość problemów w nauce u dzieci związana jest z zaburzeniami rozwoju funkcji językowych i automatyzacji czynności, będących podstawą umiejętności szkolnych takich jak pisanie. Wynika to z zaburzeń zmysłu równowagi i niewłaściwych odruchów, co podlega usprawnianiu podczas zajęć ruchowych. Ruch aktywizuje korę mózgową, sprzyja wytwarzaniu się nowych połączeń w mózgu, a więc uczeniu się. Przypomniane zabawy ruchowe mają wiele wspólnego z ćwiczeniami integracji sensorycznej autorstwa J. Ayres[8], które pobudzają aktywność tak zwanego pnia mózgu i móżdżka. Z myślą o dzieciach ze specyficznymi trudnościami w nauce (w tym dysleksją rozwojową) opracowano ćwiczenia ruchowe kinezjologii edukacyjnej P. Dennisona[9], zwane gimnastyką mózgu, które uaktywniają i pobudzają do harmonijnej współpracy obie półkule mózgu. Rezultatem aktywności ruchowej jest rozwój wielu kompetencji, takich jak zdolność koncentracji uwagi i zapamiętywania, a tym samym zdolność uczenia się, a także lepsza kontrola nad emocjami i własnym zachowaniem. Dodatkową korzyścią stąd płynącą jest większa pewność siebie dzieci z dysleksją[10].

Pamiętajmy jednak, że w zdobywaniu przez dziecko wiedzy i umiejętności konieczne są wzorce zachowań rodziców, na przykład właściwa dieta, wspólne spędzanie czasu, niedzielne spacery, wycieczki w ciekawe miejsca, uprawianie sportu lub choćby cotygodniowe chodzenie na basen. Nie wystarczy czytanie dziecku, powinno ono widzieć rodziców czytających książkę. Bardzo ważne jest, aby nasze dziecko częściej słyszało zachętę i pochwałę niż negatywny komentarz.

[8] V. F. Maas (1998).
[9] P. E. Dennison, G. Dennison (2003); C. Hannaford (1995).
[10] C. Grzywniak (2005).

Przemyśl i zapamiętaj:

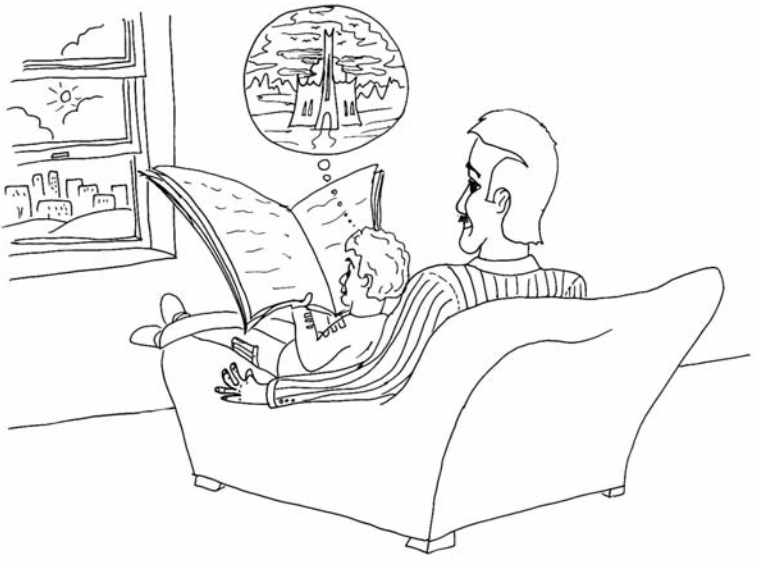
1. Przyszła zdolność uczenia się dziecka ma swo - je podstawy w drogach nerwowych tworzą - cych się przed narodzeniem i w pierwszych la - tach życia.
2. Najlepszymi nauczycielami są rodzice, którzy zachęcają dziecko do działania, pokazują przykłady właściwych zachowań i tym samym stymulują jego rozwój.
3. Efektem aktywności ruchowej dziecka jest wzrost kompetencji niezbędnych w procesie uczenia się.
4. Niemowlęta i małe dzieci najskuteczniej uczą się w atmosferze miłości, akceptacji, bezpieczeństwa i wsparcia.
5. Najbardziej skuteczne metody nauki to: metoda polisensorycznego uczenia się, uczenie się w działaniu i przez zabawę.

# 2. Rodzice pierwszymi nauczycielami dziecka

## 2.1. Nasze dziecko lubi czytać, ponieważ…

– sami czytamy i nawet gdy jesteśmy zmęczeni, staramy się przeczytać codziennie choćby mały fragment książki (2–3 strony);
– w naszym domu są książki dla dzieci;
– ma kontakt z książkami od najmłodszych lat; niemowlakom dajemy książeczki wykonane z ceratki, folii, materiałów tekstylnych;
– w wieku niemowlęcym (do 1. roku życia) pomagamy dziecku rozumieć rysunki w książeczce: wymawiamy ich nazwy (w uproszczonej formie, np. „kot" zamiast „koteczek", lub w formie symbolicznej: „ko-ko" zamiast „kura"), zachęcamy do powtarzania, prosimy o wskazanie rysunku odpowiadającego podanej nazwie;
– w wieku poniemowlęcym (od 1. do 3. roku życia) czytamy mu książeczki z kartonowymi kartkami, które dziecko łatwo może przewracać; prosimy je, aby na wskazanych obrazkach nazywało najpierw przedmioty, potem czynności, a pod koniec tego okresu mówiło, co widzi na obrazkach;
– w wieku przedszkolnym zachęcamy je, aby opowiedziało obrazek i usłyszany tekst oraz podało swoją interpretację;
– już w wieku poniemowlęcym oglądamy z dzieckiem figury, znaki, litery, które znajdują się w książkach, na zabawkach, klockach, pudełkach, etykietkach itp., podajemy ich znaczenie; w ten sposób wprowadzamy dziecko w „świat symboli" i uczymy ich rozumienia;
– pomagamy dziecku zrozumieć, że wyrazy zapisane na kartkach książki odpowiadają wypowiadanym słowom;
– pomagamy dziecku zrozumieć, na czym polega czytanie, przez to że uczy się otwierać książkę, przewracać kartki, wraz z nami „czyta", patrząc na obrazki, obserwując i pokazując paluszkiem czytane przez nas na przykład podpisy do obrazków, w zerówce zaś może wskazywać linijki tekstu, odczytywać pojedyncze wyrazy i zdania;
– codziennie czytamy naszemu dziecku książkę, od kilku minut w wieku niemowlęcym, gdy oglądamy z nim obrazki w książeczce, do 20–30 minut, gdy chcemy je przygotować do uważnego uczestniczenia w zajęciach w klasie 0 i lekcjach w I klasie;
– w trakcie czytania rozmawiamy z dzieckiem o przeczytanym fragmencie książki – sprawdzamy, czy dobrze zrozumiało treść i słownictwo, zachęcamy do zadawania pytań na temat treści, wyjaśniamy niezrozumiałe słowa, pojęcia i w ten sposób rozwijamy jego myślenie;

– zachęcamy je, aby wyrażało swoje emocje, interpretując treść, ilustrując rysunkami przeczytany tekst;
– odgrywamy wspólnie treść przeczytanego fragmentu książki; doskonale nadają się do tego pacynki odtwarzające role bohaterów; tego rodzaju zabawy mają też znaczenie psychoterapeutyczne, służą odreagowaniu przeżytych przykrych emocji;
– namawiamy je do opowiedzenia dalszego ciągu bajki, aby wzbudzić w nim chęć do dalszego czytania oraz do sprawdzenia, czy jego przewidywania się sprawdzą;
– podczas wspólnego czytania zachęcamy dziecko do uczenia się na pamięć wierszyków i rymowanek (początkowo krótkich), pomagamy mu je utrwalać i zapamiętać przez powtarzanie w różnych sytuacjach, na przykład na spacerze, jadąc samochodem itp., a także stwarzamy częste okazje, aby dziecko mogło swoje umiejętności zaprezentować przed innymi członkami rodziny;
– uczymy je szacunku do książki – wspólnie z nim sprawdzamy czystość rąk przed wzięciem książki, używamy ładnej zakładki do książki, odkładamy książkę na półkę itp.
– zapoznajemy je z miejscami, gdzie można książkę wypożyczyć bądź kupić; wyjaśniamy w ciekawy sposób, jak powstaje książka;
– od najmłodszych lat pokazujemy mu korzyści z czytania – poznawanie ciekawostek, poszukiwanie informacji, sposób na wspaniałe spędzenie wolnego czasu;



– zachęcamy je do czytania książek innym, na przykład młodszemu rodzeństwu, dziadkom, mamie, gdy zajmuje się prasowaniem lub pracą w kuchni itp.;
– wprowadzamy je w świat liter przez zabawę – dzieci lubią zabawy klockami, warto więc kupić klocki z literami, by miało okazję zaznajamiać się z nimi, a układając pociąg z klocków, może tworzyć proste wyrazy;
– pomagamy mu utrwalać litery przez zabawę, na przykład w tworzenie zbiorów wskazanych liter z klocków, zaznaczanie kredką wybranych liter w gazecie, wycinanie wskazanych liter z gazety, ugniatanie ich z plasteliny, a nawet z ciasta przy okazji pomagania w kuchni;
– zwracamy uwagę na to, czym interesuje się szczególnie, na przykład zwierzętami, sportem, fantastyką, aby dobrać odpowiednią literaturę;
– zwracamy jego uwagę na ilustracje, ich związek z treścią, i proponujemy, aby samodzielnie ilustrowało czytaną mu aktualnie książkę według swoich pomysłów i wyobraźni; zachęcamy je do założenia „Albumu o ulubionych książkach", w którym zilustruje wysłuchane bądź przeczytane opowiadania, bajki;
– zachęcamy je do tworzenia własnych opowiadań, wierszyków i ilustracji, oferujemy pomoc w zapisywaniu wymyślonej treści; wielu rodziców przechowuje takie dzieła jako skarby rodzinne, ku uciesze ich autorów i całej rodziny;
– zapoznajemy je z książką odpowiednią do jego wieku przez używanie właściwego słownictwa (wprowadzamy takie słowa jak: tytuł, autor, spis treści, numer strony, ilustrator, rozdział, bohater);
– ukazujemy mu potrzebę czytania w codziennych sytuacjach, czytając: przepis na zrobienie budyniu lub kisielu, rozkład jazdy tramwaju na przystanku, nazwiska i numery telefonu do znajomych w książce telefonicznej, przepis prania z metki na bluzce, datę i imiona z kalendarza itp.;
– własnym przykładem pokazujemy mu, że czytanie to dla nas przyjemność i ważny moment w codziennym życiu; dziecko powinno widzieć, że czytamy systematycznie, a książkę traktujemy jak naszego „dobrego przyjaciela";
– w miarę jego dorastania pokazujemy mu różne formy publikacji: czasopisma, słowniki, leksykony, encyklopedie, mówiąc o ich przeznaczeniu i sposobie korzystania – z niektórych wyszukujemy tylko potrzebne informacje, niektóre czytamy „od deski do deski";
– zaznajamiamy je, w jaki sposób i gdzie poszukiwać potrzebnych informacji w publikacjach książkowych oraz w Internecie.

Przemyśl, w jaki sposób twoje dziecko jest wdrażane do obcowania z książką i czytania.

## 2.2. Nasze dziecko lubi rysować, malować i wykonywać prace ręczne, ponieważ…

– od kiedy się urodziło, **obserwujemy, jak się rozwija ruchowo**, a także wspomagamy jego ogólny rozwój ruchowy (tzw. motorykę dużą) i usprawniamy je manualnie (czyli wspomagamy tzw. motorykę małą);
– zaznajamiamy je z różnymi technikami rysowania, malowania i prac ręcznych (np. malowanie farbami, pędzlem i palcem; wyklejanie wnętrza konturów plasteliną, kawałeczkami papieru i watą; rysowanie: kredkami ołówkowymi i świecowymi, ołówkiem, pisakami, kredą, patyczkiem umoczonym w tuszu; wycinanie, przedzieranie papieru wzdłuż linii, darcie na kawałki; robienie kolaży, wyginanie figur z drutu; rzeźbienie w mydle; wyrabianie masy solnej i jej modelowanie; lepienie z plasteliny, ciastoliny i modeliny; stemplowanie);
– zachęcamy je, aby w naszej obecności wycinało nożyczkami z czasopism różne interesujące je ilustracje i naklejało je na kartkę, tworząc kolaże;
– zwracamy mu uwagę na obrazki w książkach i czasopismach dziecięcych oraz na ich związek z treścią i proponujemy, by samodzielnie wykonywało ilustracje do poznanych książek oraz by rysowało własne przygody i przeżycia z dnia codziennego;
– dostarczamy mu różnorodnych materiałów przyrodniczych, takich jak kasztany, żołędzie, jarzębina, oraz plasteliny, wykałaczek i pokazujemy, jak z nich korzystać, aby stworzyć jeża, śmiesznego ludzika lub bałwanka;
– od najwcześniejszych lat zaznajamiamy je z nazwami kolorów i pomagamy dostrzegać barwy w otoczeniu;
– uczymy organizowania działalności plastycznej (rysowania, malowania, konstruowania itp.): wydzielenie miejsca na stole czy biurku, zapewnienie odpowiedniego oświetlenia, dostosowanie siedzenia; pokazujemy (już dwu-, trzylatkom) sposób trzymania przyborów takich jak kredka, ołówek, pędzel (zob. *Ćwiczenia ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania ołówka,* s. 155) oraz posługiwania się różnymi

innymi narzędziami i materiałami plastycznymi: nożyczkami, temperówką, plasteliną, klejem, taśmą klejącą, farbami, ciastoliną itp.;
– wykonane prace eksponujemy na „wystawce", na przykład przyklejając przezroczystą taśmą do drzwi, przypinając klamerkami do bielizny do sznurka wiszącego w poprzek pokoju, przytwierdzając magnesem na lodówce, na „tablicy ogłoszeń" nad stolikiem lub łóżeczkiem dziecka, i przy każdej okazji chwalimy je w obecności domowników i gości;
– stosujemy ćwiczenia usprawniające technikę rysowania i pisania (zob. *Ćwiczenia usprawniające staw nadgarstkowy i palce rąk*, s. 152 oraz *Ćwiczenie zdolności do kontrolowania siły nacisku ręki dziecka w trakcie pisania*, s. 155);
– kierujemy jego spostrzeżeniami, zachęcamy do obserwacji otoczenia, zwracamy uwagę na ważne szczegóły: elementy natury, barwy, zmiany w przyrodzie;
– stosując zasadę małych kroków, pokazujemy sposób rysowania różnych wzorów, figur, przedmiotów, postaci (zob. *Wytwarzanie nawyków ruchowych związanych z kierunkiem pisania*, s. 156);
– pokazujemy dziecku korzyści z rysowania, malowania i lepienia jako sposobu wyrażania siebie, prezentowania własnych pomysłów, zrobienia komuś prezentu, sposobu na zagospodarowanie wolnego czasu, dlatego zachęcamy dziecko do rysowania laurek, rysunków w celu ich podarowania innym osobom z różnych okazji (np. na urodziny babci, dzień taty);
– dostarczamy mu przykładów, jak rysować różne wzory i szlaczki, jak kolorować, wypełniać powierzchnię, jak planować rysunek na kartce (zob. *Ćwiczenia usprawniające ruchy rąk i koordynację wzrokowo-ruchową*, s. 152);
– zwracamy uwagę na precyzję i dokładność wykonania prac, zawsze zachęcamy do ich dokończenia;
– uczymy wykonywać ćwiczenia relaksacyjne rąk – w przerwach pomiędzy ćwiczeniami graficznymi (zob. *Ćwiczenia relaksacyjne*, s. 155);
– nigdy nie krytykujemy ani nie wyśmiewamy jego rysunków (nawet tych nieudanych), lecz zawsze chwalimy choćby za wkład pracy i wysiłek;
– własnym przykładem pokazujemy, że rysowanie i inne formy działalności plastycznej są przyjemne i ważne w życiu (np. mogą ozdobić pokój);
– w miarę dorastania dziecka pokazujemy mu różne książki, albumy o sztuce (malarstwo, architektura, rzeźba), mówiąc o ich znaczeniu;
– zabieramy je do galerii, muzeów i na wystawy, aby rozbudzić w nim wrażliwość estetyczną i motywację do poznawania sztuki oraz by potrafiło czerpać satysfakcję z obcowania ze sztuką.

Spróbujmy sobie przypomnieć, czy w rozwoju naszego dziecka w odpowiednim czasie wystąpiły kolejne etapy rozwoju[11]:

| Wiek | Umiejętności ruchowe |
|---|---|
| 1 miesiąc | dziecko podnosi głowę w pozycji leżącej |
| 2 miesiąc | przewraca się z boku na plecy |
| 3 miesiąc | przewraca się z pleców na bok; wyciąga ręce do widzianych przedmiotów |
| 4 miesiąc | podciąga się do siedzenia, gdy trzymamy je za ręce, przewraca się z pleców na brzuch; sięga po przedmiot i próbuje go uchwycić |
| 5 miesiąc | siedzi z oparciem; chwyta i trzyma przedmioty „całą garścią" (tzw. chwyt dłoniowy) |
| 6 miesiąc | przewraca się z pleców na brzuch i z powrotem, wykonując pełny obrót |
| 7 miesiąc | pełza, czyli posuwa się po podłodze, podciągając za pomocą rąk; trzyma przedmioty tak zwanym chwytem nożycowym, czyli pomiędzy kciukiem i resztą palców |
| 8 miesiąc | stoi z oparciem, trzyma butelkę podczas jedzenia |
| 9 miesiąc | raczkuje na dłoniach i kolanach, siedzi bez oparcia; trzyma małe przedmioty tak zwanym chwytem pęsetkowym, czyli pomiędzy kciukiem i palcem wskazującym |
| 10 miesiąc | porusza się na czworakach (na rękach i stopach); manipuluje przedmiotami bez związku z ich przeznaczeniem (tzw. manipulacja niespecyficzna) |
| 11 miesiąc | chodzi z podtrzymaniem, stoi bez oparcia; zaczyna manipulować przedmiotami z uwzględnieniem ich przeznaczenia (tzw. manipulacja specyficzna), na przykład wkłada łyżeczkę do ust, miesza łyżeczką w kubku |
| 12–14 miesiąc | samodzielnie chodzi; samo trzyma kubek i pije z niego, próbuje jeść łyżką |
| od 12 miesiąca | coraz sprawniej chodzi; jest zainteresowane zabawami manipulacyjnymi: wkłada mniejsze przedmioty do większych i figury w otwory, nakłada kółka na patyk (wieża z krążków), rzuca przedmioty i patrzy, jak spadają |

[11] Dane o rozwoju ruchowym opracowano według E. B. Hurlock (1985).

| Wiek | Umiejętności ruchowe |
|---|---|
| około 18 miesiąca | doskonali chodzenie, wspina się na przeszkody; zestawia układanki z dużych elementów, nawleka duże korale na sznurek, ustawia wieżę z klocków, wykonuje pierwsze rysunki (tzw. bazgroty); je na „dwie łyżki", czyli jest karmione, ale jednocześnie je samo, sprawnie współdziała podczas ubierania i rozbierania |
| około 2 roku | osiągnęło umiejętność sprawnego, „zautomatyzowanego" chodzenia, biega; podejmuje zabawy piłką: toczenie, próby rzucania; rysuje (naśladuje rysowanie linii pionowych i poziomych), maluje dłonią i palcami, rysuje po śladzie paluszkiem, na przykład po wyrazistych dużych wzorach, posługuje się łyżką i widelcem |
| około 3 roku | chodzi na długie spacery, potrafi stanąć na jednej nodze, stąpa na palcach, jeździ na rowerku trójkołowym; układa puzzle, rysuje z użyciem szablonów, ustawia konstrukcje z klocków, na przykład most, tunel, rysuje figury: kłębuszek i kółko |
| 4 rok | jest sprawne ruchowo, biega, skacze, jeździ na rowerku; bawi się piłką (ćwiczy podania i chwyty), bawi się klockami z literami, dobierając takie same, rysuje figury geometryczne (krzyż, kwadrat), bawi się w wystukiwanie rytmu ręką i nogą podczas słuchania i śpiewania piosenek |
| 5–6 rok | utrzymuje równowagę, krocząc po linii wyznaczonej na podłodze lub wąskiej desce; sprawnie rzuca i chwyta piłkę; rysuje ukośny krzyż, trójkąt, kwadrat oparty na kącie |
| 7 rok | jeździ na hulajnodze, rowerku dwukołowym; rysuje ze wzoru romb oparty na kącie |

Pomyśl, w jaki sposób wdrażasz swoje dziecko do rysowania, malowania i wykonywania prac ręcznych.

## 2.3. Nasze dziecko lubi pisać, ponieważ…

– od narodzin obserwujemy, a także stymulujemy jego rozwój ruchowy i usprawniamy je manualnie (jak opisano wcześniej);
– od 3. roku życia systematycznie rozwijamy jego ogólną sprawność ruchową (koordynację ruchową, równowagę) przez jazdę na rowerze, zabawy z piłką, ćwiczenia gimnastyczne, jazdę na łyżworolkach, pływanie, zabawy ze skakanką, chodzenie po linii, grę w klasy, wirowanie: obracanie się, turlanie;
– od 3. roku życia stale doskonalimy jego sprawność manualną przez usprawnianie ruchów palców, wyczulenie dotyku opuszkami palców, ćwiczenie właściwego sposobu chwytania (np. ćwiczenie chwytu pęsetkowego, czyli kciukiem, palcem wskazującym i środkowym), zabawy paluszkowe oraz szycie lalkom ubranek, majsterkowanie, ugniatanie ciasta, robienie pierożków, przypinanie wypranych ubranek klamerkami, nawlekanie koralików i przedziurawionych kasztanów, robienie zabawek na choinkę, malowanie jajek wielkanocnych (i za pomocą wielu innych zabaw jak opisano wcześniej);
– uczymy je dostrzegania, zapamiętywania, rozpoznawania i odtwarzania różnych kształtów, figur geometrycznych (jak o tym wcześniej pisano);
– pomagamy przyswoić dziecku pojęcia: pion i poziom, góra i dół, lewa strona i prawa strona – w kontekście otaczającej przestrzeni i w odniesieniu do kartki papieru usytuowanej na blacie biurka (pamiętajmy, że dziecko przepisuje tekst z pionowo ustawionej tablicy na poziomą płaszczyznę zeszytu);
– uczymy je pojęć: w środku, wewnątrz, poza, na zewnątrz, które pomagają w poruszaniu się po ograniczonej przestrzeni kartki;
– pomagamy mu zrozumieć pojęcia: „przed” i „po”, by kontrolowało kolejność występowania elementów, na przykład kolejność liter w wyrazie i wyrazów w zdaniu;
– zachęcamy do utrwalania nawyków ruchowych związanych z kierunkiem pisania i kontrolujemy automatyzację ruchów pisarskich:
  • kreślenie linii z zachowaniem kierunku ruchu: linie pionowe – od góry ku dołowi, linie poziome – od lewej do prawej;
  • rysowanie kół przeciwnie do ruchu wskazówek zegara (podobnie jak zapisujemy literę „C”);
  • zachowanie kierunku ruchu od lewej do prawej strony podczas rysowania szlaczków, pisania wyrazów;

– uczymy je prawidłowego **ułożenia w palcach narzędzia do pisania** (zob. s. 167–168);
– już w okresie przedszkolnym podczas rysowania (przede wszystkim szlaczków i ornamentów) dbamy o właściwe ułożenie ręki i kartki papieru, kontrolujemy i korygujemy od początku nauki pisania kierunek zapisu od strony lewej do prawej;
– kontrolujemy poprawność pisania liter i ich połączeń: miejsce rozpoczynania pisania litery i zachowanie właściwego kierunku kreślenia litery oraz łączeń zgodnie z podanymi wzorami;
– dbamy, aby dziecko było w dobrym nastroju i wypoczęte, kiedy przystępuje do pisania;
– uczymy kontrolowania napięcia mięśniowego, by zapobiegać przemęczeniu ręki piszącej;
– uczymy je ćwiczeń relaksacyjnych;
– równolegle z przygotowaniem dłoni dziecka do pisania wzbudzamy jego odpowiednią motywację do posługiwania się pismem (np. przez podpisywanie obrazków), pokazujemy, jak poprawnie pisać, i pomagamy mu zapisywać wyrazy (obserwując ruchy dorosłego podczas pisania, dziecko zapamiętuje je i nabiera chęci do ich naśladowania, a więc do samodzielnego pisania);
– zachęcamy je do wykonywania praktycznych form pisemnych: podpisywania wszystkich wykonanych przez siebie obrazków, pisania życzeń na kartkach świątecznych czy imieninowych, pisania wierszy na laurkach, listy zakupów, listów do domowników, pamiętnika itp.;
– zwracamy mu uwagę, aby pismo było czytelne dla niego i dla innych;
– uświadamiamy mu potrzebę pisania ładnie, czytelnie i estetycznie;
– zachęcamy je do systematycznych ćwiczeń w kaligrafii do momentu, aż osiągnie satysfakcjonujący poziom graficzny pisma oraz nabierze odpowiedniego tempa i pewności pisania;
– dbamy, by dziecko utrwaliło prawidłową pozycję ciała podczas pisania (zob. s. 148–149).

Pomyśl, w jaki sposób zachęcasz swoje dziecko do pisania.

## 2.4. Nasze dziecko poprawnie wymawia głoski i z łatwością porozumiewa się z innymi, ponieważ…

– mamy świadomość, że rodzice powinni być najlepszymi nauczycielami prawidłowej mowy swojego dziecka;
– od urodzenia mówimy do dziecka poprawnie, wyraziście, nie używamy w nadmiarze zdrobnień i spieszczeń, oczywiście poza sytuacjami, gdy zwracając się do dziecka w ten sposób, wyrażamy naszą miłość i zachwyt;
– nie naśladujemy mowy dziecka, bo to z nas dziecko bierze wzór;
– troszczymy się o to, by dziecko rozumiało słowa i właściwie je kojarzyło z przedmiotami, osobami, elementami natury;
– przestrzegamy zaleceń wczesnej opieki logopedycznej (zob. informacji poniżej);

Zalecenia wczesnej opieki logopedycznej[12]:
– karmienie piersią – sprzyja rozwojowi i sprawności języka dziecka, a także oddychaniu przez nos;
– zapobieganie oddychaniu przez usta (łatwo dostrzec ten problem, ponieważ poduszka po śnie jest mokra od śliny), domykając usta dziecka (wiążemy pod brodą czapeczki lub podkładamy pod brodę pieluszkę), ważne też jest, aby nie nakładać zbyt obciskających i krępujących oddychanie ubranek, a także systematycznie oczyszczać nos dziecka;

*Uwaga!* ***Oddychanie przez usta*** *sprzyja przeziębieniom, powoduje zmniejszenie głębokości oddechu, a w konsekwencji konieczność częstszych oddechów i skurczów serca oraz słabe dotlenienie mózgu; dziecko niespokojnie śpi, jest narażone na kształtowanie się nieprawidłowego zgryzu. Jeżeli oddychanie przez usta trwa ponad rok, powoduje nieprawidłowości w rozwoju klatki piersiowej, systemu krążenia i oddychania oraz narządu żucia (szczęk) i głowy (twarzoczaszki). Jest to sygnał do konsultacji u laryngologa.*

– nieprzyzwyczajanie dziecka do pustych smoczków, które uniemożliwiają wytworzenie się odruchowego zamykania ust oraz powodują ułożenie języka na dnie jamy ustnej (nie ma wówczas możliwości pionizacji języka i tym samym usprawniania jego ruchów); smoczka używamy tylko w konieczności (silny płacz),

[12] Dane przytoczono za B. Mackiewicz (1993) *Zapobieganie oddychaniu przez usta u noworodków i niemowląt* oraz za F. Łabiszewska Jaruzelska (1993) *Etiologia zaburzeń w obrębie narządu żucia.*

nigdy na spacerze, w wózeczku, podczas codziennych zabaw i we śnie (jeśli dziecko przyzwyczaiło się zasypiać ze smoczkiem, wyjmujemy go z buzi natychmiast po zaśnięciu) i staramy się na przełomie 1. i 2. roku życia w ogóle go wyeliminować;

– dbanie o skuteczne leczenie infekcji nosa, gdyż przewlekłe katary przyczyniają się do niedrożności nosa i powodują nawykowe oddychanie przez usta;
– doskonalenie sprawności narządów artykulacyjnych: języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego, żuchwy, przez zabawy i ćwiczenia (przykłady poniżej);
– prowadzenie z dzieckiem ćwiczenia oddechowego: puszczanie baniek, dmuchanie na piórko, watkę, wiatraczek itp.;
– zapobieganie ssaniu palców i innych przedmiotów, a także ogryzaniu paznokci, gdyż jest to przyczyną zniekształcenia narządu żucia i utrwalania wad zgryzu;
– dbanie o odpowiednie ułożenie głowy i tułowia podczas snu (głowa na lekkim podwyższeniu, kręgosłup poziomo);
– obserwowanie sposobu połykania śliny i płynów (lub ocenianie przy pomocy specjalisty);

***Niemowlęcy sposób połykania*** *polega na tym, że język podczas połykania wsuwa się między wałki dziąsłowe. Ten nawyk powinien zanikać w miarę wyrastania zębów mlecznych (opóźnienie wywołuje: karmienie butelką, ssanie smoczka, zbyt długie karmienie papkowatym pożywieniem). Długotrwałe niemowlęce połykanie powoduje nieprawidłowy zgryz.*

***Dorosły sposób połykania*** *(poniemowlęcy) charakteryzuje się ułożeniem języka pionowo, czubek języka podczas połykania spoczywa na wałku dziąsłowym.*

– dokonywanie oceny słyszenia[13] – prawidłowy słuch stwierdza się u dziecka, które poszukuje wzrokiem źródła dźwięku, zwraca głowę i tułów w jego kierunku (niemowlę między 6. a 12. miesiącem życia powinno zareagować na lekkie potrząsanie grzechotką 2–3 razy w odległości około 30 cm od lewego i prawego ucha lub głos matki o średniej głośności, noworodek zaś powinien obudzić się na głośny dźwięk, jeśli się pojawi na 15–30 minut przed godziną karmienia).

[13] Dane przytoczono za D. Borkowska Gaertig (i inni) (1993) *Badanie słuchu*.

– konsultujemy ze specjalistami (stomatolog, ortodonta, laryngolog, logopeda, ortopeda) następujące objawy zaobserwowane u dziecka:
  • wady zgryzu;
  • niedrożność nosa (całkowita lub częściowa) – powoduje nawykowe oddychanie przez usta;
  • wady postawy;
  • kręcz szyi nieleczony – powoduje nieprawidłowy rozwój głowy (twarzoczaszki), narządu żucia i wady zgryzu;
  • język wsuwa się pomiędzy przednie zęby w czasie spoczynku i mówienia;
  • próchnica zębów;
  • dziecko nie mówi lub mówi bardzo mało (np. pod koniec 1. roku życia nie pojawiły się pierwsze słowa wypowiadane ze zrozumieniem: mama, baba, pa-pa, hau hau), dziecko nie rozumie kierowanych do niego poleceń (np. zrób „pa-pa", „kosi kosi", popatrz, gdzie jest mama);
  • późno zaczyna łączyć wyrazy w wypowiedzi (mając 2 lata lub później), budować zdania proste (mając ponad 2 lata) i złożone (po 3. roku życia);
  • znacznie zniekształca słowa, tak że jego mowa nie jest zrozumiała (ok. 3. roku życia);
  • dziecko nie mówi zgodnie ze swoimi potrzebami, to znaczy nie podejmuje prób słownego porozumiewania się, stosuje zastępcze środki mowy, na przykład krzyk i gesty;
  • dziecko ma trudności z artykulacją głosek – występuje wada wymowy: nie wymawia wszystkich głosek, zastępuje je innymi (ok. 5. roku życia dziecko powinno artykułować poprawnie już wszystkie głoski); zniekształca lub opuszcza głoski;

Wszelkie odstępstwa od normy mogą być spowodowane wadami budowy narządów artykulacyjnych, wadami słuchu, przewlekłą chorobą, izolacją dziecka od osób posługujących się mową, opóźnionym rozwojem mowy.

– gdy dziecko ma wadę wymowy, staramy się, by w miarę możliwości zrozumiało ono, na czym polegają nieprawidłowości w wymowie, oraz aby odczuło potrzebę korekcji i systematycznie (codziennie) uczestniczyło w ćwiczeniach korekcyjnych, które prowadzimy w domu, we współpracy z logopedą;
– nie śmiejemy się z wadliwej wymowy dziecka, choć może wywoływać komiczny efekt; chwalimy dziecko za wysiłek i wkład pracy, zauważamy każdy sukces;

– pamiętamy o tym, że im młodsze dziecko, tym czas ćwiczeń jest krótszy, a zajęcia bardziej przypominają zabawę;
– codziennie czytamy książkę naszemu dziecku; podczas czytania i po zakończeniu rozmawiamy z nim o przeczytanym fragmencie książki: sprawdzamy, czy dobrze zrozumiało treść i trudniejsze wyrazy, oraz zachęcamy do zadawania pytań na temat treści, przez co rozwijamy nie tylko słownictwo, ale i myślenie; zachęcamy dziecko do opowiadania, na przykład dalszego ciągu bajki, wyrażania swoich emocji, przez co rozwijamy umiejętność wypowiadania się;
– podczas codziennego wspólnego czytania zachęcamy do uczenia się na pamięć wierszyków i rymowanek, a także do zabaw artykulacyjnych, na przykład wypowiadania wyrazów dźwiękonaśladowczych: las szumi (sz…sz…sz…), wiatr wieje (wiuuuu…), żaba rechocze (re, re, re), wąż syczy (ssss...);
– po przeczytaniu książki lub jej rozdziału urządzamy wraz z dzieckiem (rodzeństwem, domownikami) inscenizacje niektórych bajek (przebieranie się za aktorów, pacynki na paluszki lub teatr cieni), tak by miało ono okazję w sposób ekspresywny wypowiadać wyuczone lub wymyślone teksty.

Pewnego dnia mama Kuby i Zosi spotkała sąsiadkę i chwilę z nią porozmawiała. Sąsiadka z radością opowiadała jej, jak mądry jest jej synek. Mama stwierdziła, że jest to naprawdę uroczy trzylatek, ale porozumiewa się z innymi niezrozumiałym językiem. Sąsiadka wyjaśniła: „Nie mówi, bo chce, żebyśmy zgadywali". Po dłuższej rozmowie, którą mama przeprowadziła na osobności, sąsiadka postanowiła skonsultować się z logopedą. To był jej sukces w stawaniu się świadomym rodzicem.

Pomyśl, w jaki sposób pomagasz swojemu dziecku sprawnie się porozumiewać.

## 2.5. Nasze dziecko jest stabilne emocjonalnie, ponieważ…

– rozumiemy jego potrzeby psychiczne i staramy się je realizować;
– okazujemy mu miłość i bezwzględną akceptację;
– budujemy jego zaufanie, dziecko musi wiedzieć, że zawsze może na nas polegać (realizujemy obietnice, nie zdradzamy sekretów);
– budujemy więź emocjonalną przez kontakt fizyczny (przytulanie, pieszczoty), uważne słuchanie dziecka, okazywanie mu zrozumienia i empatii, poświęcanie dziecku czasu na bycie razem (codziennie mamy czas na rozmowę i zabawę z dzieckiem);
– rozwijamy wiedzę dziecka o nim samym oraz szacunek do siebie i innych;
– wzmacniamy samoocenę dziecka, budujemy jego poczucie własnej wartości;
– wzbudzamy w dziecku marzenia i dążenie do ich realizacji;
– okazujemy radość z osiągania kolejnych umiejętności i samodzielności, cieszymy się z jego dorastania;
– kształtujemy w nim pozytywne postawy wobec siebie, innych i świata, optymizm i zaufanie;
– uczymy je przestrzegania reguł, obowiązkowości;
– wdrażamy do wysiłku, odpowiednio je motywujemy;
– kształtujemy w nim pozytywne postawy;
– uczymy je radzenia sobie z emocjami;
– pokazujemy, jak pokonywać trudności;
– pracujemy nad wyrabianiem odporności psychicznej, aby skutecznie przezwyciężać stres;
– pomagamy w osiąganiu sukcesu;
– stosujemy zasadę: najpierw pomyśl, potem działaj;
– uczymy je empatii;
– uczymy je porozumiewania się i współdziałania z innymi;
– wspieramy je w pielęgnowaniu więzi rodzinnych i koleżeńskich;
– dbamy o zdrowe, dobre stosunki rodzinne, które sprzyjają prawidłowemu rozwojowi osobowości i zdrowiu psychicznemu dziecka;
– stosujemy wobec niego pozytywną zachętę w zdobywaniu umiejętności i wiedzy, a także unikamy komentarzy: „kiepsko ci to idzie”, „słabo się starasz” itp.;
– bawimy się z nim, ponieważ zabawa to dla dziecka sposób na zdobycie wiedzy i doświadczeń;
– z dużym umiarem pozwalamy dziecku korzystać z telewizji, która powoduje szkodliwe przeciążenia psychiczne i fizyczne, uczy biernej postawy.

Tak zwana choroba telewizyjna sprzyja utrwalaniu wad postawy, takich jak zaokrąglenie pleców, zwiotczenie mięśni, zapadnięcie klatki piersiowej, a w konsekwencji pojawieniu się wad zgryzu i nawykowemu oddychaniu przez usta, a także wad wzroku oraz takim zaburzeniom zachowania, jak stany lękowe, zmęczenie, znużenie, agresja, pobudzenie emocjonalne.

Przykład współdziałania Kuby (2 lata, 6 miesięcy) i mamy:
Kubuś próbował narysować koła samochodu, lecz nie udawało mu się zamknąć okręgu. Był z tego powodu wyraźnie niezadowolony. Mama stwierdziła: „Bardzo dobrze ci wychodzi! Ale co zrobimy z tym?". I pokazała otwór w kole. Kubuś po chwili dorysował plamę łączącą niezamknięte linie okręgu, mówiąc: „To są drzwi do koła". W ten sposób rozwiązał problem, który wynikał z faktu, że jego koordynacja wzrokowo-ruchowa (współpraca oka i ręki, która pozwala na kierowanie ruchami ręki pod kontrolą wzroku) była znacznie słabsza niż spostrzeganie wzrokowe (widział, że rysunek nie był zgodny z zamiarem). Mama dodała mu otuchy i zmobilizowała do działania.

Pomyśl, w jaki sposób starasz się utrzymać równowagę emocjonalną swojego dziecka i jak można kontrolować dostęp dziecka do telewizji.

# CZĘŚĆ II.

# Rozpoznanie dysleksji rozwojowej

# 1. Objawy dysleksji. Reakcje dzieci i rodziców

## 1.1. Pytania, wątpliwości i poszukiwanie wiadomości, czyli pierwszy krok do wdrożenia „zasady przeciwdziałania wyuczonej bezradności"

Samopoczucie niejednego z rodziców dzieci z problemem dysleksji najlepiej oddaje określenie: „od załamywania rąk do hurraoptymizmu". Od utraty wiary w zmianę na lepsze („Nic się nie da zrobić, tyle się napracowaliśmy, a nie widać poprawy") do pojawiającego się co jakiś czas przypływu nieuzasadnionej nadziei, że nagle wszystko samo się odmieni na lepsze („Przecież on taki zdolny i twórczy, jak nikt inny w rodzinie potrafi grać na wszystkich instrumentach"). Obie te krańcowo różne postawy są fałszywe i niebezpieczne, ponieważ blokują realistyczną ocenę sytuacji i uniemożliwiają budowanie na tej podstawie skutecznej strategii udzielania pomocy. Najbardziej przykry i destrukcyjny jest stan tak zwanej wyuczonej bezradności, czyli poczucie bezsilności wynikające ze stwierdzenia, że nic nie możemy zrobić, choć powinniśmy. Najczęściej stan ten pojawia się u rodziców, którzy od dawna próbują bezskutecznie pomagać dziecku z problemami szkolnymi. Przyczyną jest **brak wiedzy na temat objawów**, co powoduje późne ich rozpoznanie, a w konsekwencji nasilenie i pojawienie się dodatkowych, wtórnych zaburzeń. Bezsilność rodziców pogłębia **brak znajomości przyczyn tych specyficznych trudności** w uczeniu się czytania i pisania oraz **brak umiejętności pracy z dzieckiem**, która – aby była skuteczna – musi mieć charakter **specjalistycznych zajęć terapeutycznych (korekcyjno-kompensacyjnych)**.

Zacznijmy od omówienia objawów. Niezwykle ważne jest ich wczesne dostrzeżenie i rozpoznanie dysleksji, by szybko udzielić pomocy. U dziecka ryzyka dysleksji i ucznia z dysleksją występują **uporczywe trudności** w jednym bądź wielu wymienionych poniżej obszarach.

**Język mówiony – słuchanie i mówienie:**

- trudności z dostrzeganiem rymów, na przykład dziecko nie potrafi wśród trzech wyrazów wyróżnić tych, które się rymują; nie umie wymyślić rymujących się wyrazów do podanego słowa;
- trudności z dostrzeganiem aliteracji, na przykład dziecko nie potrafi wskazać, które słowa brzmią podobnie ze względu na tę samą początkową głoskę, sylabę lub cząstkę;

– trudności z rozpoznawaniem dźwięków mowy (głosek) w słowach, na przykład dziecko nie umie odpowiedzieć, czy „koza" i „kosa" (głoski z–s) to są dwa takie same, czy różne wyrazy;
– trudności z wydzielaniem dźwięków (głosek) w słowach, na przykład dziecko nie potrafi wydzielić w wyrazie pierwszej lub ostatniej głoski, podzielić wyrazu na głoski (np. „las": l–as) nie umie połączyć głosek w słowo, gdy usłyszy je wymówione osobno (np. o–k–o łączy w „okno");
– trudności z dzieleniem słów na sylaby i łączeniem sylab w słowa;
– trudności ze słuchaniem i z zapamiętywaniem instrukcji, poleceń, na przykład dziecko nie umie zapamiętać polecenia dłuższego lub bardziej złożonego, myli jego sens;
– trudności z poprawnym używaniem słów, na przykład dziecko dość często popełnia niewielkie błędy gramatyczne;
– trudności z szybkim przypominaniem sobie nazw, nazwisk, z właściwym używaniem wyrazów w odpowiednim znaczeniu, na przykład pomimo bogatego słownictwa dziecko ma trudność z przypominaniem znanych sobie nazw, wykazuje niepewność (wahanie, niezdecydowanie) w stosowaniu odpowiedniego wyrazu.

**Czytanie:**

– opóźnione tempo opanowania czytania w stosunku do rówieśników i dzieci o tym samym poziomie inteligencji (nasilone trudności już w klasie 0);
– czytanie wolne, niedokładne i niepłynne;
– czytanie poprawne pod względem „technicznym", ale bez zrozumienia;
– czytanie na głos bardzo nieporadne (powolne, liczne błędy, brak poprawnej intonacji, słabe rozumienie tekstu), wywołuje silny lęk;
– mylne odczytywanie wyrazów o podobnej budowie w języku ojczystym i obcym (np.: owoce – owce, *parents* – *partners*);
– odczytywanie wyrazów od tyłu (zwłaszcza krótkich wyrazów: od – do).

**Pisanie – poprawność ortograficzna (w języku ojczystym i obcym):**

– zapisywanie wyrazu w różny sposób w tej samej pracy pisemnej;
– opuszczanie, dodawanie i przestawianie liter w wyrazach;
– opuszczanie, podwajanie sylab lub wyrazów;
– mylenie liter podobnych, na przykład: b–d–p–g, w–m–n–u, l–t–ł.

**Pisanie – tworzenie tekstu:**

– trudności z pisaniem wypracowań, bardzo wolne tempo planowania, tworzenia zdań i tekstu, który zazwyczaj liczy od kilku do kilkunastu zdań;

– trudności w poprawnym stosowaniu wyrazów;
– dość liczne błędy gramatyczne;
– trudności z pisaniem w języku obcym, pomimo że język mówiony może nie sprawiać żadnych problemów;
– trudności ze zmianą stylu pisania (sporządzania notatek), aby dostosować się do wymagań różnych nauczycieli.

**Pisanie – kaligrafia:**
– odręczne pismo jest nierówne, niestaranne, mało czytelne;
– pisanie może być dla ucznia czynnością żmudną, mozolną, wymagającą wielkiego wkładu wysiłku i pracowitości;
– wolne tempo pisania;
– szybkie męczenie się ręki;
– zbyt wolne przepisywanie z tablicy – dziecko nie nadąża z przepisywaniem, stąd braki w notatkach z lekcji (brakujące wyrazy lub całe linijki tekstu);
– trudności w szybkim sporządzaniu notatek podczas wykładu, gdyż dziecko nie potrafi słuchać i pisać jednocześnie.

**Matematyka (trudności czasem współwystępujące z dysleksją):**
– mylenie znaków i symboli matematycznych takich jak „+” i „x”, znaki mniejszości i większości;
– problemy z figurami geometrycznymi (np. z dostrzeganiem figur w układach przestrzennych);
– trudności z interpretacją symboli i odczytywaniem tabel;
– mylenie kierunków lewo–prawo, góra–dół;
– trudności w starannym i prawidłowym zapisywaniu cyfr w odpowiednich kolumnach;
– trudności w pamięciowym opanowaniu tabliczki mnożenia.

**Pamięć i orientacja w czasie:**
– ograniczona pamięć krótkoterminowa, co sprawia, że uczenie się na lekcji jest trudne;
– trudności w zapamiętywaniu definicji, słownictwa i list, wykazów, spisów (np. kolejność cyfr w numerze telefonicznym, lista zakupów), a także wierszy;
– trudności w formułowaniu następstwa myśli w mowie, planowaniu i pisaniu wypracowań;
– trudności w zapamiętywaniu w kolejności nazw pór roku, miesięcy, dni tygodnia i w określaniu czasu – nazw pór dnia (rano, w południe,

przed południem, po południu, wieczorem), określaniu nazw posiłków związanych z porami dnia (śniadanie, kolacja);
– przy udzielaniu odpowiedzi lub w swobodnych wypowiedziach pojawiają się trudności z odnalezieniem właściwego słowa;
– trudności w natychmiastowym odpowiadaniu na pytania, przypominaniu danych;
– wolniejsze automatyzowanie procesu uczenia się: nabywania umiejętności, sprawności;
– trudności w pamięciowym opanowaniu tabliczki mnożenia, alfabetu;
– trudności w zapamiętywaniu kolejności wykonywania czynności, na przykład układu gimnastycznego.

**Uwaga:**
– trudności ze skupieniem uwagi przez dłuższy czas;
– w sytuacji stresu liczne błędy podczas pisania, które dziecko potrafi dostrzec dopiero po pewnym czasie, gdy skupi uwagę;
– trudności w robieniu więcej niż jednej rzeczy w danym czasie;
– nienadążanie w sytuacjach takich jak egzamin, test, klasówka.

**Problemy organizacyjne (wynikające ze słabej pamięci i koncentracji uwagi, nieprawidłowego spostrzegania wzrokowego i słuchowego):**
– słabe umiejętności organizacyjne mimo starań dziecka;
– mylenie miejsc i dat w terminarzu;
– trudności z organizowaniem życia opartym na planie, rozkładzie zajęć;
– bardzo długi czas potrzebny do odrabiania prac domowych;
– zapominanie przyborów, podręczników, wymaganych pomocy niezbędnych do zajęć lekcyjnych;
– częste opóźnienia w odrabianiu pracy domowej, przygotowaniu się do klasówki;
– trudności ze starannością i schludnością wykonywanej pracy: prace mogą być niechlujne, niewłaściwie zestawione (skompletowane), zrobione niekonsekwentnie.

**Niska samoocena**

Osoby z dysleksją prawie zawsze cierpią z powodu braku pewności siebie, niskiej samooceny i przeżywanych frustracji. W szkole może się to przejawiać w następujący sposób:
– odgrywanie roli „klasowego błazna” lub prowokacyjne zachowanie, co sprawia, że uczeń znajduje się w centrum uwagi kolegów i nauczyciela;

– negowanie konieczności zdobywania dobrych ocen, bycia dobrym uczniem, utrzymywania porządku – w celu zamaskowania niepowodzeń;
– unikanie zajęć (wagary), co powoduje dodatkowe problemy, między innymi porzucenie szkoły.

Uczniowie z dysleksją często są przez grupę odrzucani i izolowani, na przykład siedzą z tyłu klasy, nie uczestniczą czynnie w zajęciach lekcyjnych. W miarę pogłębiania się ich marginalizacji uczniowie ci są coraz bardziej narażeni na dogadywanie, dokuczanie, a nawet znęcanie się nad nimi (przemoc szkolna).

Dysleksja na ogół może ujawniać się pod postacią zespołu wymienionych symptomów, ale każde dziecko przejawia dodatkowo indywidualny obraz objawów zaburzeń i związanych z tym trudności szkolnych. Dysleksję stwierdza się wówczas, gdy specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu (czyli niewynikające z niskiej inteligencji) występują w jednym z obszarów w postaci nasilonych objawów (np. tylko błędy w pisaniu), uporczywie się utrzymujących, lub gdy występują w kilku różnych obszarach, nawet gdy trudności te przejawiają się w mniejszym natężeniu. Nic dziwnego, że dysleksji często towarzyszy szybko obniżająca się motywacja i samoocena, jeśli dziecko z dysleksją musi włożyć kilka razy więcej wysiłku w wykonanie zadania niż dziecko bez dysleksji, żeby uzyskać taki sam rezultat.

Uczniowie z dysleksją mają też swoje mocne strony, które jednak często nie są właściwie doceniane. Dzieje się tak ze względu na duże rozbieżności w dokonaniach tych uczniów, na przykład pomiędzy słabą pracą pisemną a doskonałymi odpowiedziami ustnymi, nieudolnym tekstem a pięknym rysunkiem, znakomitą treścią wypracowania a licznymi błędami ortograficznymi.

Dziecko z dysleksją bywa bardzo różnie oceniane, zależnie od sytuacji, w której uczestniczy. Gdy komunikuje się za pomocą mowy, może się wydawać ożywione, ciekawe i bystre, gdy zaś używa komunikacji za pomocą pisma, pojawiają się jego specyficzne problemy językowe, które dają o sobie znać podczas czytania i pisania. Dzieci te są często twórcze i uzdolnione artystycznie, odznaczają się znakomitymi umiejętnościami w dramie i dyskusji, jednocześnie mogą też doskonałe sobie radzić w naukach ścisłych, przyrodniczych, informatyce czy sporcie.

Nieporozumienia w ocenie dziecka dyslektycznego wynikają stąd, że rodzice i nauczyciele dostrzegają odmienne strony jego aktywności. Dzielenie się tymi informacjami może być korzystne i dawać obu stronom ogólny obraz trudności i mocnych stron dziecka (uczeń z niepowodzeniami w nauce języka ojczystego może być sprawnym internautą lub utalentowanym grafikiem komputerowym). Rodzice muszą wierzyć w swoje dziecko, ale i oni potrzebują

wsparcia i poczucia zwycięstwa w pokonywaniu dysleksji. Zdarza się jednak, że przestraszeni komplikacjami pojawiającymi się w wyniku niepowodzeń w nauce dziecka przyjmują pozycję obronną, która utrudnia komunikację. Czasami trudne dla rodziców bywa powstrzymanie się od oskarżania nauczycieli o zbyt wysokie ich zdaniem wymagania. W tej sytuacji nauczyciele powinni skierować energię raczej na niwelowanie i rozładowywanie powstałych napięć niż na obronę własnego stanowiska. Systematyczna, otwarta komunikacja pomiędzy domem i szkołą jest potrzebna, aby rodzice i nauczyciele mogli wspólnie pracować na korzyść dziecka. Nauczyciele powinni też pomóc rodzicom zrozumieć, że wymagania programowe w stosunku do dzieci z dysleksją są takie same jak wobec ich rówieśników, różnica polega jedynie na stosowaniu innych metod pracy, sprawdzania wiedzy i umiejętności. Im szybciej też rodzice zrozumieją, że dysleksja nie przekreśla możliwości bycia dobrym uczniem, tym łatwiej będzie się porozumieć i ustalić wspólną linię postępowania.

Wytworzenie gotowości do pomocy dziecku to pierwszy krok w kierunku przeciwdziałania naszej bezradności. Nie wolno zatem myśleć i mówić: „Nic się nie da zrobić. To się nie powiedzie. To za trudne dla nas". W naszej sytuacji, gdy okazało się, że Kuba jest dzieckiem dyslektycznym, przeżyliśmy prawdziwy dramat. Spowodowany był narastaniem poczucia bezradności i frustracji, ponieważ nie wiedzieliśmy, dlaczego tak bystry chłopak nie może sobie poradzić w szkole z podstawowymi zadaniami. Gdy dowiedzieliśmy się, że przyczyną jest dysleksja, nastąpiła chwilowa ulga, ale tuż po niej dalsze niepokoje i pytania: Jak z tym żyć? Jak ma sobie radzić Kuba? Jak mamy sobie radzić my sami? Rozmowy z pedagogiem szkolnym i spotkania z rodzicami innych dzieci, odbywające się w szkole, uświadomiły nam, że rodzice przyjmują kilka postaw.

**1. Postawa roszczeniowa** – polega na tym, że tak naprawdę rodzice nie rozumieją, czym jest dysleksja, i że kluczem do udzielenia pomocy jest dodatkowa, systematyczna, specjalistyczna praca z dzieckiem, ukierunkowana przez nauczyciela terapeutę. W zasadzie oczekują jak najniższych wymagań ze strony nauczycieli, co pociąga za sobą obniżenie poziomu nauczania wobec ich dziecka, ale jednocześnie domagają się dobrych ocen, stosowanych w takiej samej skali i według takich samych kryteriów jak wobec innych dzieci. Nie deklarują chęci poświęcenia kilku lat na terapię dziecka i pracę z nim.

**2. Postawa negacji** – rodzice ci nie wierzą w istnienie dysleksji, twierdząc, że kiedyś niczego takiego nie było. Ich zdaniem: „Dzieciaka trzeba trzymać krótko", a najlepszym lekarstwem na wszystko są kary. Tacy rodzice również nie angażują się w udzielanie pomocy, ale kontrolują naukę dziecka w szkole.

**3. Postawa wyuczonej bezradności** – gdy rodzice przyjmują do wiadomości, że ich dziecko ma dysleksję, ale nie próbują nic z tym zrobić. Dzieje się tak, po-

nieważ wątpią, by cokolwiek mogło zmienić ten stan, a odpowiedzialność i pracę z dzieckiem przenoszą na szkołę: nauczycieli i psychologów. Ci rodzice również nie współpracują.

**4. Postawa „zaszczutych jeleni"** – gdy rodzice traktowani lekceważąco przez dyrekcję i nauczycieli przyjęli do wiadomości, że mają niezdolne dziecko. Unikają kłopotów i próbują być wraz z dzieckiem jak najmniej zauważalni, byle tylko ukończyło szkołę i wyuczyło się zawodu. Ci rodzice także nie liczą na pomoc i nie próbują szukać możliwości współpracy.

**5. Postawa otwartości na współpracę** – cechuje rodziców, którzy znają problem lub pragną go poznać. Rozumieją oni konieczność długofalowej i systematycznej, a przy tym specjalistycznej pracy w szkole i w domu. Chcą się w nią włączyć dzięki nawiązaniu współpracy ze szkołą: z psychologiem lub pedagogiem, nauczycielami dziecka, nauczycielem terapeutą, poradnią psychologiczno-pedagogiczną.

Przy okazji wywiadówek i imprez szkolnych obserwowaliśmy innych rodziców i staraliśmy się wymyślić jakiś sposób na współpracę ze szkołą. Mieliśmy szczęście, gdyż wychowawca naszego dziecka okazał się osobą bardzo zainteresowaną tym problemem. Chętnie przystał na propozycję współpracy. Zaowocowało to powstaniem nieformalnego klubu rodziców z dyslektycznymi dziećmi. Od czasu pierwszego spotkania wiele się zmieniło, wiele negatywnych emocji zostało wyjawionych, wiele kwestii przedyskutowanych w naszym gronie, ale nadal pozostały pytania. Dlatego lubimy się spotykać, nawet jeśli mamy sobie przypominać, że sami nie byliśmy orłami w szkole. Teraz nasze dzieci przynajmniej egzaminy mogą zdawać w warunkach dostosowanych do ich możliwości, co umożliwi im uzyskanie wyników odpowiadających ich prawdziwym kompetencjom.

Z postaw, o których piszemy, najgorsze są te nacechowane biernością. W innych wypadkach łatwiej o przewartościowanie i korzystny zwrot w sposobie traktowania dziecka i jego problemu, tak jak się stało w naszym wypadku.

**Jak przeciwdziałać wyuczonej bezradności?**

1. Pamiętaj: nigdy nie jest za późno, aby rozpocząć udzielanie pomocy dziecku z dysleksją.
2. Nie „etykietuj" swojego dziecka, nie mów o nim: „dyslektyk", raczej: „Nasze dziecko ma problem dysleksji, a my razem z nim".
3. Zapewnij dziecku pomoc w domu i w szkole.
4. Nie traktuj dziecka z dysleksją jak chorego czy leniwego, nie mów o nim „zdolny leń".

5. Nie mobilizuj dziecka do nauki ani karą, ani groźbą otrzymania złej oceny. Nie motywuj go do pracy krytyką lub kpiną, obniżanie samooceny obniża też jego nadzieję na poprawę i chęć do pracy nad sobą.
6. Pamiętaj, że dziecko nie wyrośnie z dysleksji. Dysleksja jest problemem całego życia i całej rodziny.
7. Uwierz, że twoje dziecko może w szkole odnieść sukces i uniknąć niepowodzenia, jeśli będzie mu udzielona specjalistyczna pomoc.
8. Nie bój się kontaktu ze specjalistami w poradni psychologiczno-pedagogicznej, pedagogiem szkolnym i nauczycielem terapeutą w szkole dziecka.
9. Zachęcaj dziecko do udziału w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych, nagradzaj za pracę.
10. Współpracuj z nauczycielami i raz w tygodniu dowiaduj się u nauczyciela terapeuty, który prowadzi zajęcia korekcyjno-kompensacyjne, co robić w domu. Jeżeli dziecko uczęszcza na zajęcia indywidualne, bywaj na nich wraz z dzieckiem (po uzgodnieniu z prowadzącym) i tam wykonuj niektóre z ćwiczeń.
11. Pamiętaj, że dziecko musi pracować nie tylko w szkole pod kierunkiem nauczyciela terapeuty, ale i systematycznie w domu – do pracy w domu musisz włączyć się osobiście.
12. Wspomagaj rozwój dziecka. Razem z nim: rozmawiaj, rysuj, ucz się krótkich piosenek, rymowanek i wierszyków, układaj puzzle i klocki, czytaj książki.
13. Rozwijaj wrodzone talenty i zainteresowania swojego dziecka.
14. Dostrzegaj i chwal wszystkie, nawet najmniejsze, osiągnięcia dziecka.
15. Stwórz możliwość relaksu i wspólnego przeżywania radości, jeżdżąc z dzieckiem na rowerze, systematycznie chodząc na basen, łyżwy, spacery.

Ten ostatni punkt realizowaliśmy także w ramach naszego nieformalnego klubu rodziców z dyslektycznymi dziećmi. Przy okazji spotkań z innymi rodzicami zebraliśmy liczne doświadczenia, a także dowiedzieliśmy się, co martwi i niepokoi rodziców dzieci dyslektycznych.

## 1.2. Czym się martwią rodzice dzieci z dysleksją?

Rodzice dzieci z dysleksją często zadają sobie wiele pytań. Poniżej zamieszczamy kilka z nich wraz z odpowiedziami.

**Dlaczego tak późno dowiedzieliśmy się o kłopotach dziecka? Jakie są szkolne procedury, gdy u dziecka pojawiają się trudności w uczeniu się?** Rodzice nie zawsze dostrzegają w domu, że ich dziecko nie radzi sobie w szkole. Zachowanie dziecka może być bardzo odmienne w obydwu środowiskach, uczeń głośny, agresywny na lekcjach i na przerwach w szkole może nie ujawniać takich zachowań w domu. Dlatego też rodzice powinni utrzymywać stały kontakt ze szkołą, nie tylko w formie bywania na wywiadówkach. Nauczyciel może zaproponować potrzebę badania diagnostycznego, lecz rodzic musi wyrazić na to zgodę. Również sami rodzice mogą się zgłosić z dzieckiem do poradni, a starszy uczeń ma nawet prawo sam prosić w poradni o takie badanie. Nie jest potrzebne żadne skierowanie.

**Jak szkoła przekazuje informacje? W jaki sposób można się kontaktować z nauczycielami?** To sprawa do ustalenia pomiędzy nauczycielem i rodzicami. Mogą to być: doraźna pisemna korespondencja, z góry ustalone krótkie spotkania lub kontakt telefoniczny o ustalonej porze. Ważne jest, aby uwagi pisemne były przez rodziców podpisywane, komentowane.

**W jakich sprawach można i trzeba się kontaktować z nauczycielem?** Tę sprawę należy uzgodnić na początku roku szkolnego. Brak takiego uzgodnienia powstrzymuje przed kontaktami rodziców, którzy nie chcą zajmować nauczycielowi zbyt wiele czasu lub też boją się być postrzegani jako nadgorliwi czy nadopiekuńczy.

**Jakie wsparcie i dodatkową pomoc może zaproponować szkoła?** W niektórych szkołach organizuje się tylko zajęcia wyrównawcze, ale nie są one potrzebne uczniom z dysleksją, ponieważ ograniczają się tylko do powtórzenia lekcji i utrwalenia treści nauczania. Takie zajęcia są potrzebne dzieciom mniej zdolnym, o słabej pamięci, wolnym tempie uczenia się, zaniedbanym środowiskowo. Uczeń z dysleksją powinien uczęszczać na zajęcia korekcyjno kompensacyjne, często też na zajęcia logopedyczne. Bardzo wskazane są zajęcia sportowe, basen, taniec. Ruch pozwala dziecku odreagować napięcia, a nawet uzyskać sukces. Niektóre z zajęć ruchowych, jak ćwiczenia równoważne, mają dodatkowo charakter terapeutyczny. Zajęcia artystyczne (plastyka, muzyka, teatr, taniec) stwarzają możliwości rozwijania uzdolnień dziecka i odnoszenia sukcesów.

A oto kolejne pytania, które często zadają sobie rodzice dzieci z dysleksją:

– Jak współpracować z nauczycielem, aby najlepiej pomóc dziecku?

– W jaki sposób rodzice mogą pomagać swojemu dziecku?
– Gdzie poza szkołą można znaleźć skuteczną pomoc i jak koordynować ze szkołą te działania?
– Czy istnieje grupa wsparcia dla rodziców, stowarzyszenie rodziców dzieci z dysleksją, klub rodziców i jaką odgrywa rolę?
– Czy możliwy jest egzamin lub test w formie dostosowanej do możliwości dzieci z dysleksją i jakich to wymaga działań ze strony rodziców?

Wszystkie te pytania są ważne, a ich stawianie – w pełni uzasadnione. Rodzice mają prawo je zadawać, a także wyrażać swoje niepokoje. Mamy nadzieję, że niniejsza publikacja odpowie na część pytań i pomoże rozwiązać wiele problemów.

Jeśli masz refleksje i pytania, spróbuj je zapisać.

## 1.3. Uważna obserwacja postępów w nauce, czyli rodzice w roli detektywa

Dziecko z dysleksją wymaga od rodziców szczególnej uwagi i poświęcenia. Wszystkie jego działania, zachowania i nastroje mogą być odzwierciedleniem trudności w szkole i rodzących się kłopotów, które nagromadzone prowadzą często do porażki szkolnej.

Uważna obserwacja dziecka przez rodziców i ich pomoc w przezwyciężaniu trudności gwarantują jego dobre samopoczucie i budowanie pozytywnej samooceny. Jeśli jednak zostawimy je samo z jego problemami, możemy być odpowiedzialni nawet za chorobę dziecka.

Uczniowie z dysleksją bardzo często cierpią na fobie szkolne, nerwice, depresje, a także inne zaburzenia somatyczne, których źródłem są niepowodzenia szkolne. Zdarzają się też myśli samobójcze, a nawet próby ich realizacji.

Zachęcamy do uważnej obserwacji dziecka. Być może okaże się, że częste objawy, takie jak bóle głowy, brzucha, rozstrój żołądka, a nawet bardzo silna go-

rączka, wywołane są stresem, obawą przed szkołą, strachem przed klasówką. Gdy dziecko zostaje w domu, objawy mijają bardzo szybko. Utrzymujący się stres i strach mogą wywołać jeszcze poważniejsze kłopoty ze zdrowiem psychicznym. Konieczne jest wówczas leczenie psychiatryczne.

Można zapobiec takiemu scenariuszowi, kontaktując się z nauczycielami, by rozmawiać z nimi o kłopotach dziecka, ustalić pomoc i sposoby wyjścia z sytuacji kryzysowych. Czasem trzeba skierować dziecko na badania psychologiczno-pedagogiczne, a następnie na zajęcia terapii pedagogicznej, które prowadzone są w szkole. W innym wypadku pomogą lekcje prywatne. Jeśli dziecko czuje się źle w klasie, powinno się rozważyć decyzję zmiany klasy lub szkoły na bardziej przyjazną. Niekiedy zaś wystarczy tylko systematyczna i konsekwentna pomoc rodzica w odrabianiu lekcji i przygotowywaniu się do zajęć. Zawsze warto utrzymywać systematyczny kontakt z nauczycielami w szkole, wychowawcą ucznia, terapeutą lub pedagogiem szkolnym.

Namawiamy rodziców do zapoznania się z planem lekcji dziecka, wręcz nauczenie się go na pamięć. Wskazane jest przeglądanie plecaka dziecka: książek i zeszytów. Może wówczas dostrzeżemy, że książki są nietknięte, a zeszyty niezapisane? Być może zapisy są nieczytelne lub niemal w każdym wyrazie jest błąd, a pisemne prace często mają ocenę niedostateczną? Wiemy, że nasze dziecko jest błyskotliwe i zdolne, skąd zatem taka sytuacja? Poszukajmy przyczyn i znajdźmy receptę!

W wypadku naszego Kuby źródłem jego problemów była zbyt późna diagnoza, dopiero na początku gimnazjum przebadano go po raz pierwszy i stwierdzono dysleksję rozwojową. Sześć lat nauki na niby spowodowało, że chłopiec

nabawił się prawdziwego wstrętu do szkoły. Z początku wyglądało to niewinnie, z czasem trudności zaczęły lawinowo narastać i nie wystarczyła już duża wiedza ogólna, błyskotliwość i inteligencja, by utrzymać dobre oceny i ominąć niepowodzenia.

My, rodzice, nie zauważyliśmy niczego niepokojącego. Kuba wprawdzie brzydko pisał, w dodatku z błędami, ale od wczesnego dzieciństwa „bajał i bajał", jak określił to dziadek. Zapisywał stare kalendarze zmyślonymi historiami, a do tego pięknie je ilustrował. Wszyscy doszliśmy do wniosku: zdolne dziecko. Nikt nie zaglądał do tych jego powieści, zatem nie wpadło nam do głowy, że Kuba, „czytając" je płynnie na dobranoc malutkiej siostrze, z pewnością mówił z pamięci lub na nowo zmyślał. Naśladował przy tym czytających dorosłych, przyjmując odpowiednią pozę i wyraz twarzy. Nie martwiliśmy się też uwagami babci, że wnuk przesyła jej życzenia zapisane bazgrołami pełnymi błędów. Przecież był chłopcem, nie musiał być dokładny i staranny jak dziewczynka, poza tym byliśmy przekonani, jak to dorośli, że nasze pociechy ze wszystkiego „wyrosną". Tymczasem Kuba wyrósł, owszem, ale z ubrań i butów… nie z dysleksji.

Pomoc udzielana w domu przez nas, rodziców, była intuicyjna i nieusystematyzowana. Przyczyniła się do tego, że nie doszło do większej tragedii szkolnej, ale też nie ułatwiła Kubie dalszej nauki. Chłopiec nauczył się różnych sztuczek, opracował wiele dość skutecznych strategii unikania złych ocen i nieprzemęczania się pracą, ale to na pewno nie poprawiło poziomu poprawności i estetyki jego pisma. Niestety, drobne niepowodzenia szkolne Kuby przerodziły się w prawdziwe kłopoty, które w końcu przerosły jego i nas. Konieczna stała się interwencja z zewnątrz. Nasze obserwacje wyjaśniła diagnoza poradni. Sprawiła, że wreszcie sami dostrzegliśmy symptomy dysleksji. Od tej pory zaczęliśmy pracować nad pokonaniem problemu.

Jakie zachowania i trudności twojego dziecka mogą świadczyć o dysleksji?

## 1.4. Jest nas wielu – rodziców uczniów z dysleksją

Zanim usiądziemy i załamiemy ręce po usłyszeniu diagnozy: „dysleksja", musimy uświadomić sobie, że nasze dziecko nie jest wyjątkiem. Wielu uczniów ma dysleksję, a w każdej trzydziestoosobowej klasie znajduje się ich

kilku. Są to dzieci zdolne, bystre, zazwyczaj mające dobry poziom wiedzy ogólnej, a w wielu umiejętnościach nawet wybiegające poza średnią. Potrafią na przykład znakomicie dyskutować, biorą czynny udział w zajęciach grupowych. Mają talenty artystyczne lub nietypowe zainteresowania: wiedzą wszystko o pająkach, piszą programy komputerowe, rysują komiksy, robią filmy animowane itp. Takie uzdolnienia nie wykluczają trudności w uczeniu się, choć często kompensują problemy w nauce.

Nasze dziecko z dysleksją może być także nieśmiałe lub przeciętne i wtedy ginie w tłumie przebojowych i śmiałych kolegów z klasy. Nie znaczy to jednak, że jest mu pisany gorszy los w karierze szkolnej i zawodowej. Ono także może wybrać dobrą szkołę, ukończyć z powodzeniem studia i odnieść spektakularny sukces, lecz… potrzebuje do tego więcej czasu i o wiele więcej pracy.

**Dzieci z dysleksją po prostu muszą się inaczej i więcej uczyć**, więc zamiast pobiec do szkoły z opinią z poradni psychologiczno-pedagogicznej, aby „dali mojemu dziecku święty spokój", zapoznajmy się z metodami pracy, proponowanymi w niniejszej publikacji.

Rodzice nie muszą się czuć osamotnieni, pozostawieni ze swoim strachem o dziecko, nie muszą samodzielnie poszukiwać sposobów pomocy dziecku czy uczyć się na własnych błędach, jak pracować z dzieckiem. Co zatem zrobić?

Nawiążmy kontakt z rodzicami dzieci z dysleksją, których spotykamy na wywiadówce. Pomoże wymiana poglądów, wydawnictw o dysleksji czy zwyczajna herbatka, aby się wygadać i podzielić niepokojami.

Po raz kolejny namawiamy do spotkań z wychowawcą, pedagogiem i psychologiem szkolnym. Powinni oni poinformować, jaką specjalistyczną pomoc szkoła może zaoferować naszemu dziecku. Jeżeli w szkole odbywają się zajęcia korekcyjno-kompensacyjne, to kontaktujmy się również z prowadzącym je nauczycielem terapeutą. Fachowe porady udzielane na podstawie informacji i wskazań zawartych w opinii mogą pomóc w konkretnym przypadku bardziej niż ogólne informacje książkowe, zwłaszcza że zajęcia terapeutyczne należy projektować pod kątem indywidualnych potrzeb i możliwości danego dziecka.

Jeżeli w szkole nie odbywają się zajęcia terapii pedagogicznej, wówczas rodzice muszą się skontaktować z pedagogiem z poradni psychologiczno-pedagogicznej i ustalić możliwość udziału w zajęciach odbywających się na terenie poradni. Rodzice nie zawsze wiedzą, że w każdym rejonie szkolnym istnieje taka poradnia i można się do niej zgłosić nie tylko w wypadku badań dziecka, ale też w poszukiwaniu pomocy i porad. Spis poradni w województwie znajdziemy w każdej książce telefonicznej. Najczęściej oferują one zajęcia prowadzone indywidualnie, co stwarza możliwość udziału w nich rodzica. To pozwala obserwować kłopoty i sukcesy dziecka, a także docenić i nagrodzić jego wysiłek. Obecność na zajęciach to swoista szkoła terapii pedagogicznej: rodzice uczą się, jak pracować z dzieckiem, jakich używać pomocy, jak się odnosić do dziecka, gdy jest zniechęcone, odmawia współpracy lub znowu nie umie tego, czego się już nauczyło… Nauczyciel terapeuta jest modelem dla rodzica.

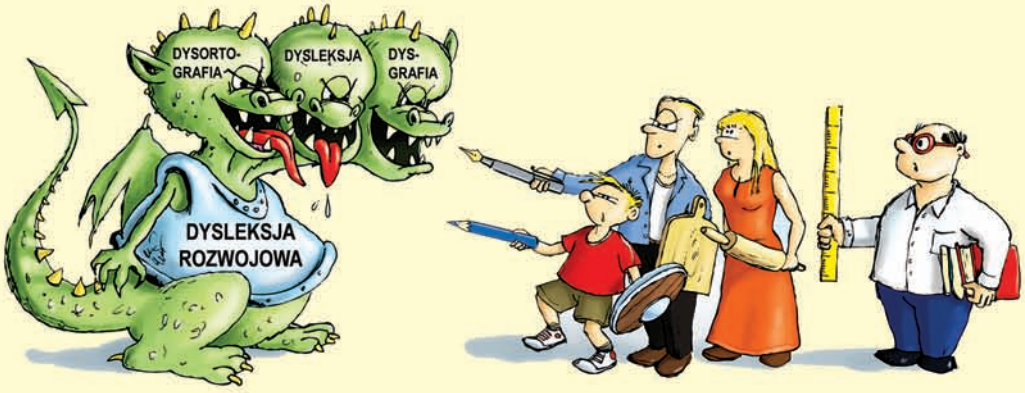
W niektórych wypadkach niezbędnym krokiem bywa skontaktowanie się z kuratorium oświaty w celu odnalezienia szkoły, w której pracuje się metodami odpowiednimi dla uczniów z dysleksją. Gdański Oddział Polskiego Towarzystwa Dysleksji dysponuje spisem szkół przyjaznych uczniom z dysleksją w województwie pomorskim (www.dysleksja.univ.gda.pl).

Zachęcamy do szukania pomocy w oddziałach Polskiego Towarzystwa Dysleksji, do którego należy duża rzesza rodziców uczniów z dysleksją. Każdy oddział PTD prowadzi również cotygodniowe dyżury, także telefoniczne, podczas których można zasięgnąć porad – w tym dotyczących stanu prawnego ucznia z dysleksją oraz wyboru właściwej szkoły, metod i sposobów pracy z dzieckiem. (Spis oddziałów PTD na końcu książki i na podanej stronie internetowej). Przy Zarządzie Głównym PTD i niektórych jego oddziałach działają poradnie diagnostyczno-terapeutyczne. Można tam zapisać dziecko na odpłatne zajęcia terapeutyczne. Rodzice mogą też na własną rękę zatrudnić prywatnego nauczyciela terapeutę, który zazwyczaj raz w tygodniu (1–1,5 godz.) prowadzi zajęcia z dzieckiem. Jednocześnie ustala z rodzicami

zadania dla dziecka na pozostałe dni (dlatego rodzice powinni być obecni na ćwiczeniach).

Wreszcie można szukać pomocy na rynku wydawniczym. Rośnie liczba publikacji proponujących rodzicom konkretne metody ćwiczeń z uczniem z dysleksją, chociażby seria *Ortograffiti*. Inne wartościowe publikacje znajdą Państwo w bibliografii.

# DYSLEKSJA, czyli trudności z czytaniem i pisaniem




**Drodzy Rodzice! Czy wiecie, że można skutecznie przeciwdziałać wystąpieniu objawów dysleksji lub z powodzeniem je łagodzić?**

---

**Oto sprawdzone sposoby:**

- mądra zabawa z własnym dzieckiem od najwcześniejszych lat życia
- zdobycie podstawowej wiedzy, umożliwiającej zrozumienie trudności i potrzeb dziecka
- świadoma współpraca ze szkołą i poradnią psychologiczno-pedagogiczną
- systematyczna praca, codzienne czytanie

---

**Mądrzy rodzice wychowują mądre dzieci – wyczerpujące omówienie problemu dysleksji rozwojowej w kontekście ogromnej roli rodziców w zapobieganiu trudnościom i ich nawarstwianiu się.**

Program rekomendowany przez

Polskie Towarzystwo Dysleksji

biblioteka ORTOGRAFFITI

ISBN 978-83-7461-617-1

OPERON WYDAWNICTWO PEDAGOGICZNE

Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON
tel. centrali 58 679 00 00
www.ortograffiti.pl, e-mail: ortograffiti@operon.pl