

## Élet a diszlexia árnyékában (1. rész)

Az új tanév idén szeptemberben is több ezer lelkes, mosolygó tanuló számára tárja ki az iskolák kapuit. A tanévnyitón sok boldog gyereket láthatunk, hisz örülnek az osztálytársaknak, a tanító néninek, a következő osztály kihívásainak. Vannak tanulók, akik már tudják, hogy gond nélkül teljesítenek majd az iskolában, és ezeket a gyerekeket cseppet sem zavarja, hogy meg kell felelniük a szülő, a tanító és a tanterv által felállított „elvárásoknak”, hisz tudják: képesek rá. Csakúgy, mint tavaly. Vagy mint azelőtt. Sőt abban is biztosak, hogy nagyon jó minősítéssel fogják zárni ezt a tanévet is. Csakúgy, mint az előzőt. Ezek a tanulók nagy önbizalommal, pozitív és reális önértékeléssel rendelkeznek. Hisz ők a „nagyon jók”. Ők azok, akik minden nap ugyanolyan lendülettel képesek dolgozni, játszani és nevetni, mint az első iskolai napon.

Aztán ott van a másik tábor, akik a tanévnyitón még nagyokat nevetnek, de a lelkük mélyén szorongnak. Kérdésekre keresnek válaszokat: Vajon a következő tanévzárón rám is büszke lehet anyu? Megtanulok végre olvasni és számolni? Engem is megdicsér a tanci? Több, hasonló kérdés fogalmazódhat meg bennük, és úgy tűnhet számukra, hogy a saját és környezetük elvárásai túlzóak. Szorongnak, és az elérhetetlennek tűnő célok miatt pedig folyamatos kudarcélményben lehet részük. Ez végül a negatív énkép és a negatív önértékelés kialakulását eredményezheti.

Ezeknél a tanulóknál már az első tanítási hetekben megfigyelhetjük, hogy csökken a lelkesedésük, álmosak, fáradékonyak, nem szeretnének kimenni szünetre, a játék sem motiválja őket. Ezekre a tanulókra ajánlatos kiemelt figyelmet fordítani, ugyanis több tényező is befolyásolhatja állapotukat: egészségügyi problémák, szociális háttér, a szülővel vagy tanítóval vagy osztálytársakkal kialakított kapcsolat (kiközösítés, bullying stb.), személyiségtípus és tanulási zavar. Pszichológus vagy fejlesztő pedagógus hiányában a tanítóra hárul az a feledat, hogy feltérképezze a probléma okát. Beavatkozni viszont leghatékonyabban az osztálytársakkal kialakított kapcsolat ápolásában és a tanulási zavar kiküszöbölésében tud.

Jelen cikkben az egyik leggyakoribb tanulási zavart, a diszlexiát szeretnénk bemutatni.

A **diszlexia** olvasási rendellenesség, amely abban mutatkozik meg, hogy a tanuló vagy felnőtt olvasási képessége jelentősen elmarad az életkora és intelligenciája alapján elvárható szinttől. Fontos megjegyezni, hogy a diszlexia nem betegség, hanem a gondolkodás, az észlelés és tanulás egy más formája. Az információfeldolgozás mássága révén a diszlexiás gyermekek bizonyos tantárgyakban sokkal tehetségesebbek, kreatívabbak, mint társaik. Képzeletük, fantáziaviláguk gazdag, érdeklődően, intuitív módon fordulnak a világ érdekességei felé.

A diszlexia lehet organikus eredetű vagy szerzett. Az organikus eredetű diszlexiáért az örökeletes okok vagy a szülés során bekövetkezett apró károsodások következményei a felelősek. A szerzett diszlexiát a lelki okok vagy a környezeti tényezők okozzák. Szerzett diszlexiát okozhat például az olvasástanítás során elkövetett módszertani hiba is.

### *A diszlexia felismerése*

A diszlexiás gyermek kevesebbnek érezheti magát osztálytársainál, ugyanis képtelen megérteni azokat az utasításokat, amelyek társainak egyszerűnek tűnnek. Betűtévesztést, betűkihagyást, betűcserét betoldást figyelhetünk meg az olvasás során, de gyakran fordítja meg a betűsorrendet is. A diszlexia jellemző kísérője a helytelen, csúnya vagy olvashatatlan írás. Gyakran kihagy vagy betold betűket. Az egybe- és különírással csak nehezen vagy egyáltalán nem tud megbirkózni. Gyakran észrevehető a beszédhiba és a szegényes szókincs. A ritmusérzék, a mozgáskoordináció általában fejletlen, jellemző a rossz tájékozódás, az irányok tévesztése.

Természetes nem feltétlenül minden tünet jelentkezik együttesen, illetve ezek súlyossága is változik gyermek és gyermek között.

### *Mit tehet a tanító?*

Segíthet. Segíthet türelemmel, dicsérettel, biztatással, játékkal (A következő lapszámban több játékot mutatunk be, fejlesztési részterületek szerint.). Segíthet azzal, hogy elfogadja tanulóját olyannak, amilyen. Segíthet felfedezni azokat a területeket, amelyekben

a diszlexiás tanuló jobban teljesít, mint társai. Itt emelje ki! Itt támogassa, hogy képességeit kibontakoztathassa!

Természetesen felmerül a kérdés, mondhatnánk jogosan, hát a tanítónak ki az aki segíthet. A logopédiai ellátásban még mindig vannak hiányosságok a legtöbb településen, intézményben s ugyanakkor ott a más szakirányú segítő szakemberek száma is korlátozott. Talán jó hír, hogy megyék többségében/értékelő most már „teljes felállásban” működik a szakertői felmérő szolgálat, így legalább a pontos diagnosztizálás érdekében van akihez fordulni. Az ott megszerezhető bizonylat melléklete egy egyénre szabott szolgáltatásokat összegző tervezet, amely kiindulási pontként szolgálhat a pedagógusnak, hogy a beazonosított szükségletek függvényében az illető tanulónak milyen támogatásra van szüksége ahhoz, hogy a maximális pontenciálja szerint fejlődhessen. Azaz, és ezt a továbbiakban még sokszor fogjuk hangsúlyozni a gyermekek többsége a tanító /pedagógus irányításával képes a „maximumot kihozni magából”, kialakíthatók a specifikus kompetenciák, ám a diszlexiás, diszgráfiás tanulók esetében mindehhez specifikus támogatás szükségeltetik. Erről fogunk írni a továbbiakban abban a reményben, hogy minden pedagógust sikerül meggyőznünk, hogy ezen tanulási zavar(ok) prevenciója, terápiája területén önállóan is sokat tehet megfelelő szakellátás hiányában is, szakemberrel konzultálva érdemes belevágni s siker koronázhatja az erőfeszítéseit.

Simon András magyar grafikusművész gondolatával kívánunk minden kedves kollégának megvalósításokban, vidám pillanatokban gazdag napokat és sok egészséget a 2017-2018-as tanévben:

*„Kérlek, fogadj el olyannak, amilyen vagyok, s akkor egyre jobb leszek!”*

*Szerző:*

*Bokor Attila*

*Forrás:*

Dudáné Driszkó Adrienn: *Útmutató a Varázsbetű Programcslád használatához*. Varázsbetű Programfejlesztő műhely, Balatonfüred

Bartók Erika, Kazal Kolos: *Diszlexia otthon*. Tradeorg Nyomda, Balatonfűző

## **Élet a diszlexia árnyékában (2.)**

Akár örökletes, akár szerzett diszlexiáról beszélünk, fontos tudni, hogy a diszlexiás gyermek számára minden tanítási nap küzdelmet jelent. Óriási energiát kell befektetniük annak érdekében, hogy lépést tartsanak az osztálytársaikkal. Ezért legtöbbször a nap végére fáradtak, kimerültek, szabadidejükben olyan tevékenységeket terveznek, amelyek minimális energiabefektetést igényelnek, pl. tévézés, pihenés, számítógépes játékok.

Ezért is fontos, hogy az iskolában a tanító olyan módszereket, technikákat, stratégiákat alkalmazzon a tanítási-tanulási folyamat során, amelyek megkönnyítik a diszlexiás tanuló életét, lehetővé teszik a felzárkóztatását, integrálását, a játékos tanulást. A tanórák megtervezésekor a pedagógus figyelembe veheti, sőt bátran támaszkodhat a diszlexiás tanulók átlagtól eltérő képességeire, mint például a jó problémamegoldó képesség, a vizuális, térbeli érzékelés képessége, a logikai kapcsolatok felismerése és a kimagasló kreativitás.

A tanulási zavarok kialakulásának oka, mint már említettük, legtöbbször az idegrendszer éretlensége, nem megfelelő szervezettsége vagy sérülése. Az idegrendszer fejlesztésére többféle mozgásterápia létezik, melyek nagyfokú javulást eredményezhetnek a tanulási nehézséggel küzdő gyermekek iskolai teljesítményében. Ezeknek a mozgásgyakorlatoknak például nem az izomzat fejlesztése a célja, hanem a kialakulatlan vagy nem megfelelően működő idegrendszeri kapcsolatok javítása, újak kialakítása. Ezek csak akkor jönnek létre, ha minden nap megerősítik őket.

Annak érdekében, hogy a lehető leghatékonyabb fejlesztési munkát végezhessük, ajánlatos már előkészítő osztályban, a betűtanítást megelőző időszakban megvizsgálni a különböző részképességek elmaradását, zavarát, ugyanis különféle helyzetekben végzett, célzott megfigyeléssel történő méréssel már a kezdetekben felfigyelhetünk a diszlexia-veszélyeztetettség gyanújára.

A következő feladatok elvégzésével átfogó képet kaphatunk a gyermekek fejlettségi szintjéről, és megtudhatjuk, hogy van-e az osztályban olyan tanuló, akinél megmutatkoznak a diszlexia tünetei.

Ugyanakkor az alábbiakban pár játékos feladatot is bemutatunk a felsorakoztatott részképességek fejlesztésére.

### *A testséma fejlettségét mérő feladatok*

- Mozgásutánzás (kar-, lábemelés, fej-, csukló-, lábfejkörzés, cicahát, törökülés).
- Felszólításra mutasson a gyermek a megnevezett testrészére (pl. könyök, hónalj, térd, boka is), nevezze meg az ujjait.
- Társán vagy játékállaton is nevezze meg a testrészeket.

### *Fejlesztés*

**1. Gryllus Vilmos Szúrós gombóc** című gyerekdalára lefekszünk a szőnyegre, és a dal ritmusára utánozzuk a sündisznó mozdulatait. Amikor a bokrok alatt lapul, hason fekve kúszunk, amikor „szusszan-pöffen”, akkor négykézlábra állunk, a hátunkat megemeljük, majd visszaengedjük. Ezt a játékot bármely dalra el lehet játszani, más-más mozdulatokkal. Lehetőleg a mozdulatok kövessék a dal ritmusát. Ezzel fejlődhet a gyermek ritmusérzéke is. Ha integrált tevékenységet szervezünk, az óra következő lépésében gyurmából megformázhatjuk a sündisznó testét, és utána foggpiszkálót szúrunk bele, ezek lesznek a sündisznó tüskéi. Ez a gyakorlat a tanulók finommozgását fejleszti.

### **2. Mondókázás**

Itt a fejem, itt van ni, *(közben mutatjuk)*

Tessék jól megfigyelni!

Van két szemem, fülem, szám,

Ez pedig az orrocskám!

Vállamból nő ki a karom,

Forgathatom ahogy akarom.

Így forgatom *(előre)*, úgy forgatom *(hátra)*,

A tenyerem össze csapom!

A fejem, a vállam, a térdem a bokám, *(közben mutatjuk)*

a térdem a bokám,

a térdem a bokám

A fejem a vállam, a térdem a bokám,

a szemem a fülem,

orrom, a szám.

Pancsi, pancsi, pancsikázz, *(Párban játsszuk, egymáson mutatjuk)*

csukd be szemed, csukd be szád,

most mosom az arcocskád!

Csukd be szemed, csukd be szád,

most mosom a hasacsikád!

### *A tájékozódási képesség vizsgálata*

- Mozogjon a gyerek a térben a tanító utasításai szerint (előre, hátra, balra, jobbra stb.)
- Mozogjon felszólításra a környezet tárgyaihoz képest különböző irányokba (valami elé, mögé).
- Tárgyakkal is valósítsa meg a különböző térbeli relációkat (tegye a ceruzáját a padja jobb felső sarkába).
- Használja megfelelően a relációs szókinccset (pl. a tábla az ablaktól balra van).

### *Fejlesztés*

#### **1. Merre mutat?**

Képeket helyezünk a gyermek elé, majd kérdéseket teszünk fel. Pl. „Merre indul az autó?“, „Merre néz a baba?“ stb.

Bár ez a feladat egyszerűnek tűnhet, és a segédeszközökben is találunk hasonlót, a diszlexiás tanuló fejlesztése során nagyon fontos a fokozatosság, a rendszerezettség. Ezért a tevékenységek megtervezésekor be kell tartanunk a következő lépéseket:

- a. Fel-le irányok gyakorlása első héten, minden páratlan nap, kb. 5 percig (hétfő, szerda, péntek, vasárnap - otthoni gyakorlás a szülővel)
- b. Jobbra-balra irányok gyakorlása a második, harmadik, negyedik héten, szintén a páratlan napokon, kb. 5 percig.
- c. Jobbra-balra, fel-le irányok gyakorlása az ötödik héttől minden páratlan nap, kb. 5 percig.

#### **2. Térképész**

Egy kisautót teszünk a szőnyegre. Legelőnyösebb, ha vásárolunk egy négyzetméter autós szőnyeget (mokettát), amelyen házak és utcák vannak. Így méginkább bele tudja képzelni magát a tanuló az adott helyzetbe. Pénzérmeiket teszünk ki az út jobb és bal oldalára (csak 5,10 vagy 50 banist, mert a többféle pénzérme zavarhatja a koncentrációt), és a tanító utasításai szerint a tanuló begyűjti az autóba a pénzérmeiket. Ahol végigmegy a kisautóval, az a hely felkerül a térképre.

### *A koncentrációs képesség és az emlékezet megfigyelése*

- Mennyi ideig tud fél lábon állni nyitott, majd csukott szemmel (egy percen belül).
- Egy bizonyos jelből, esetleg nagy nyomtatott betűből kell megkeresnie az összeset egy oldalon.

- Le tud-e rajzolni és ki tud-e színezni egy előzőleg, a tanító által bemutatott egyszerű rajzot (pl. labda, amelyiken 2 pötty van, piros színű virág, zöld ház stb.).

### *Fejlesztés*

#### **1. Érmejáték**

**A játékhoz szükség van** egy kupac kiválogatott aprópénzre (pl. 5, 10, 50 banis érmékre), egy papírlapra és egy időmérő eszközre. A tanítónak ki kell választania előbb 3, majd 5-6 érmét a kupacból, és ezeket egy bizonyos sorrendbe ki kell raknia. Hagyjunk elegendő időt a tanulónak, hogy megfigyelje a felállított sorrendet. Ezután takarjuk le az aprópénz-sort a papírral, indítsuk el az órát (a tanuló lehetőleg ne lássa, hogy a tanító méri az időt, mert ez befolyásolhatja a teljesítményét), és kérjük meg a gyereket, hogy rakjon ki annyi érmét és ugyanolyan sorban a kupacból, mint ahogy azt mi tettük. Ezután szerepcsere következik. Egy hétig minden nap játszunk el vele a játékot, és jegyezzük fel az időt. Nehezítésként használhatunk egyre több érmét vagy egyre bonyolultabb sorozatot. Minél többet játszottuk, annál ügyesebb lesz a gyerek!

#### **2. Dobókocka-játék**

Előre egy kockával dobunk. Elegendő időt hagyunk a gyermeknek, hogy megfigyelje a kockát. A kockát letakarjuk vagy levesszük a padról. A tanuló a nála levő dobókockán meg kell mutassa azt a pontozott részt, amelyiket a tanító dobta. Ha már többet gyakoroltunk, és a gyermek nem hibázik, használhatunk két vagy három dobókockát is. Fontos, hogy a tanulónál ugyanolyan dobókocka legyen, mint a tanítónál.

### *A finommozgások vizsgálata*

- Mennyi idő alatt tud tíz szem gyöngyöt felfűzni.
- Egyre szűkebb (3, 2, 1, fél centis) vonalközben húzza végig a ceruzáját.
- Rajzoljon egyszerű ábrákat (karika, négyzet, ember).

### *Fejlesztés*

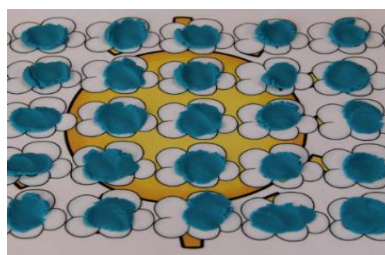
#### **1. Gyurmázás**

Ez a játék egyidőben fejleszti a finommotorikát és a memóriát, ugyanakkor remekül alkalmazható a matematika és környezetismeret integrálására.

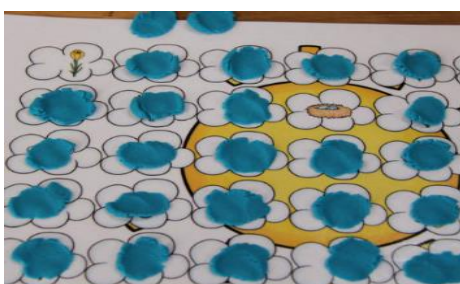
### Gyurmagolyók készítése



### Gyurmagolyók lapítása



### Párkeresés



### Kinek nagyobb a gyurmája?



## 2. Csipke Rózsika tornya

Minél több pókhálót kell tennünk Csipke Rózsika tornyába. Erre különböző színű számolópálcát használhatunk, toronynak pedig egy ceruzatartót vagy egy általunk készített (pl. konyhatörő tekercséből) tornyot.



### A ritmusérzék vizsgálata

- Ismételje meg az általunk tapsolt egyszerű ritmusokat.

### Fejlesztés

#### 1. Feleselős játék

Egy, a gyermekek által ismert mondókát vagy verset mondunk, feleselve. Két csoportra, sorra osztjuk az osztályt, a két sor egymással szemben áll. Az egyik verssort előrehajolva hangosan, ritmikusosan mondja az egyik sor, a második sort pedig a másik sor, szintén előrehajolva.



## **2. Ritmusok testtájakon**

Nem megszokott módon, tapsolva mutatunk be ritmust, hanem lábunkon, fejünkön, vállunkon, keresztbe tett kezünkkel stb. váltakozva. Ennek utánzása nagy odafigyelést igényel a gyermekektől, fejleszti a koncentrációt és megmozgatja a fantáziájukat.

## **3. Kezünknek tanítjuk a mondókát**

A kezünk csak tapsolva tud „beszélni”. Előbb segítenünk kell neki, hangosan mondjuk a mondóka szövegét a kezünk tapsolásával kísérve. Ezután mi csak suttogjuk a mondókát, míg kezünk hangosan tapsol, és végül mi legfeljebb a szájunkat mozgatjuk a mondóka szövegére, míg a kezünk egyedül hangoztatja a mondóka ritmusát. Dallal is lehet játszani, így a gyermekek a végén bele fogják hallani a tapsba az énekelt dallamot is.

*A beszédészlelés, beszédmegértés és az artikuláció vizsgálata*

- Ismételn meg hosszú, kevésbé ismert szavakat.

*Fejlesztés*

### **1. Szókeresés – kiegészítések, befejezések**

- Az utolsó hang hiányzik (ceruz.)
- Az első hang hiányzik (.adrág)
- Az utolsó szótag hiányzik (fogke..)
- Az első hangot adjuk meg s, a,..
- Hiányos szavakat mondunk, a gyerekek segítenek befejezni a szavakat (me.ve, pin.vin)
- Mássalhangzókat emelünk ki a szóból (i a – cica)
- Magánhangzókat emelünk ki a szóból (o o á – oroslán)
- Hangok egybeolvasztásával szavak kitalálása (m e s e – mese)
- Mondatba ágyazott szavak kiegészítése ( A róka tyú. Lopott.)

### **2. Szókincs bővítés**

- Képeskönyvek nézegetése közben: „Mutasd meg, hol van..! Mutasd és mondd!
- Szógyűjtés asszociációs kapcsolat alapján (pl: óvoda, család)
- Egy főfogalom alá tartozó szavak gyűjtése (pl: gyümölcs, virág)

### **3. Mondat és szövegértés**

- Rövid mese, történet visszamondása
- Mese, történet elmondása után, a feltett kérdésekre próbáljanak válaszolni a gyermekek, ill. kérdezzenek ők is.

### *A szerialitás vizsgálata*

- Ismételjen meg mozgássort.
- Ismételjen meg számsort vagy szósort.
- Jegyezzen meg képsorozatot.

### **Fejlesztés**

#### **1. Robotok vagyunk.**

A pedagógus a tanult hangokat ejti egymás után. A gyerekek annyit lépnek, ahány hangot hallanak, majd megismétlik a hangsort.

#### **2. Rakj rendet!**

Mindenki hall a pedagógustól egy szót. Összekeveredett hangokból kell értelmes szót alkotniuk, pl. alam (alma). Fokozat: először két hangot keverjük össze, vagy olyan szó hangjait, ahol valamelyik hang duplán szerepel, pl. mama.

#### **3. Osztály-ritmus**

1. mozdulat. mindenki a térdére üt
2. mozdulat: mindenki tapsol
3. mozdulat: mindenki megfogja a jobb fülét
4. mozdulat: mindenki megfogja a bal fülét
5. mozdulat: mindenki dobbant a jobb lábával
6. mozdulat: a felnőtt kimondja a nevét
7. mozdulat: mindenki a térdére üt
8. mozdulat: mindenki tapsol
9. mozdulat: mindenki megfogja a jobb fülét
10. mozdulat. mindenki megfogja a bal fülét
11. mozdulat: mindenki dobbant a jobb lábával
12. mozdulat: a felnőtt mellett ülő gyerek kimondja a saját nevét
13. mozdulat:...

Nyilvánvaló, hogy ezt a gyakorlatot, gyakorlatsort fokozatosan, lépésről-lépésre kell bevezetnünk, az első héten csak a 4. mozdulatig gyakoroljuk. Fokozatosan haladjunk a következő hetekben.

A fent említett feladatok elvégzésével átfogó képet kaptunk a gyermekek fejlettségi szintjéről s ugyanakkor megtudhattuk, hogy van-e az osztályban olyan tanuló, akinél megmutatkoznak a diszlexia tünetei. Felmerülhet a kérdés, hogy mi akkor a szakember (logopédus, fejlesztő pedagógus stb.) feladata. Amennyiben a felzárkóztatás, a felsorolt

részkéességek fejlesztése sikeresnek bizonyult, úgy nagy valószínűséggel nem lesz szükség szakemberre, a fejlesztési időszak elején, esetlegesen lemaradásokat tanusító gyermekeink is sikeresek lesznek az írás-olvasás elsajátítása, betűtanulás során. Természetesen nem árt, ha menetközben szakemberekkel konzultálunk, főleg ha az egyes tanulók esetében lassú az egyéni felzárkózás ritmusa vagy pedig éppenséggel elakad ez a folyamat.

Így a terápiát a jelen cikkünkben felsorolt játékokkal (is) kiegészítve, az említett szakemberek sikeres együttműködése esetén minimálisra csökkenthető annak az esélye, hogy a gyermekeket kudarc érje az iskolában.

A fent leírtakat előkészítő, első osztálynak ajánljuk, mint olyan technikákat, módszereket, stratégiákat amelyeket véleményünk szerint hatékonyan lehet használni a diszlexiás tanulók fejlesztése során.

*Szerző*

*Bokor Attila*

*Forrás:*

Dudáné Driszkó Adrienn: *Útmutató a Varázsbetű Programcsalád használatához*. Varázsbetű Programfejlesztő műhely, Balatonfüred

Bartók Erika, Kazal Kolos: *Diszlexia otthon*. Tradeorg Nyomda, Balatonfüzö

Tóth Beatrix (2003): *Diszlexiások, diszgráfiások az iskolában*. In.:*Hátrányok és stratégiák*. Trezor Kiadó, Budapest, 2003.

<https://gyereketeto.hu/finommotorika-fejlesztese-komplex-program/>