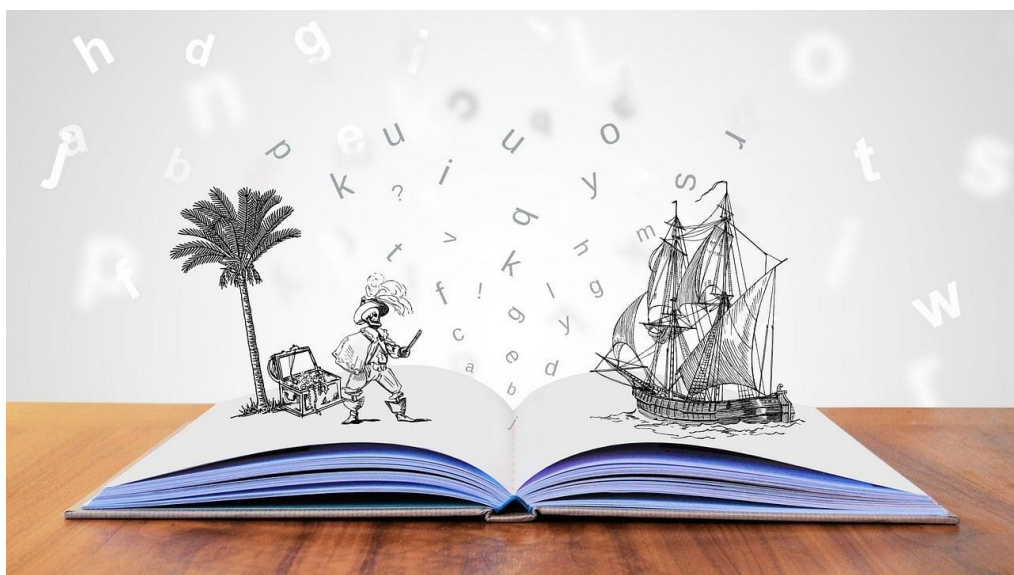


Mājmācības vecāku
skola | Nr. 1
Datums 16.09.2024

Pilnīgs disleksijas ceļvedis

Disleksija ir valodas fonemātiskās apstrādes grūtības

Bērni mācās lasīt dažādos tempos, un tas ir normāli, ka viņiem kādā brīdī ir grūtības. Bet, ja jūsu bērnam īpaši nepatīk un ir grūtības ar lasīšanu un rakstīšanu ilgākā laika periodā, pastāv iespēja, ka viņam var būt mācīšanās traucējumi, ko sauc par disleksiju. Disleksija ir valodas apstrādes traucējumi, kas ietekmē fonoloģisko un fonēmisko izpratni, pareizrakstību un vārdu atpazīšanu. Aptuveni 90% no visām lasīšanas grūtībām sakņojas disleksijā, kas skar aptuveni vienu no pieciem skolēniem.



Cik izplatīta ir disleksija?

Pētnieki min, ka 80 līdz 90 procentiem bērnu, kuri cīnās ar mācīšanās traucējumiem, ir disleksija - pat vienam no pieciem bērniem. Viņi apgalvo, ka daudzi bērni ar disleksiju paliek nediagnosticēti, un mācīšanās grūtības, bieži vien ir nediagnosticēta disleksija. Eksperti mēdza agrāk uzkatīt, ka

disleksija zēniem ir biežāka nekā meitenēm, taču pašreizējie pētījumi liecina, ka tā vienādi ietekmē meitenes un zēnus.

Disleksijas pazīmes

Mazam bērnam ar disleksiju var būt:

- Grūtības iemācīties vienkāršas vārdu ritmus (piem., manna – vanna)
- Būt runas aizkavēšanās
- Grūtības sekot norādījumiem
- Grūtības ar īsiem vārdiem – var atkārtot vai izlaist tādos vārdus kā “un”, “bet” utt.
- Grūtības atšķirt kreiso no labās puses
- Ievērojamas grūtības iemācīties lasīt, tostarp grūtības iemācīties lasīt jaunus vārdus un noteikt zilbju skaitu vārdos
- Mainīt burtus un ciparus vietām (lasa, piemēram, “*pamale*” kā “*bamale*”, “*palet*” kā “*apiet*” utt.), kad lielākā daļa bērnu pārtrauc to darīt ap 8 gadu vecumu
- Grūtības veikt piezīmes un norakstīt vārdus no tāfeles
- Grūtības noteikt atskaņu vārdus (piem., grūti izdomāt vārdam “*kanna*” citu vārdu ar līdzīgu atskaņu); saistīt skaņas ar burtiem; kā arī atkārtot skaņu secību vārdā un sakārtot skaņas pareizā secībā
- Grūtības pareizi uzrakstīt pat pazīstamus vārdus – bieži tos raksta fonētiski (piemēram, “*cmc*” nevis “*cimds*”)
- Trūkt raitas lasītprasmes, turpinot lasīt lēni, kad citi bērni jau lasa krietni raitāk
- Izvairās no skaļas lasīšanas (klasē)
- Parādās noguruma pazīmes no lasīšanas, jo tā sagādā lielu piepūli.

Disleksijas ietekme neapstājas, kad beidzas lasīšanas nodarbība. Bērniem ar disleksiju var arī būt:

- Grūtības saprast logotipus un zīmes
- Grūtības iemācīties spēles noteikumus (rakstītus)
- Grūti atcerēties vairāku soļu norādes
- Grūtības iemācīties nolasīt pulksteņa laiku un pateikt laiku
- Īpaši grūti iemācīties jaunu valodu
- Emocionāli uzliesmojumi neizdošanās rezultātā.

*Ieviesiet sensoro
lasīšanu!*

Veidi, kā atbalstīt bērnu ar disleksiju

- **Izmēģiniet multisensorās lasīšanas metodes** - multisensorā mācīšanās ir viena no labākajām disleksijas stratēģijām, ko izglītības pētnieki līdz šim ir atklājuši. Tas nozīmē, ka, mācot skolēnam ar disleksiju lasīt, var būt noderīgi iesaistīt citas maņas. Jūs varētu, piemēram, iemācīt savam bērnam alfabēta dziesmu vai mācīt pēc Montessori lasīšanas metodikas ar taktīliem burtiem. Jebkura darbība, kas iesaista dzirdes, taustes, vizuālās vai pat garšas sajūtas, var radīt lielas pārmaiņas.
- **Vārdu veidošana ar magnētiem** – daudzi bērni ar disleksiju gūst labumu no taustes aktivitātēm, tāpēc, mācoties lasīt, viņiem ir labi dot iespēju ne tikai lasīt vārdus uz lapas. Jūs varat iedot bērnam alfabēta magnētus, kā arī magnētisko tāfeli un likt viņam veidot vienkāršus vārdus, lai bērns gūtu vizuālu un taustes pieredzi par dažādiem burtiem.
- **Vārdu atskaņas** - ritmizēšana ir viena no labākajām fonoloģiskās izpratnes aktivitātēm, jo tā palīdz bērnam ar disleksiju apgūt burtu un skaņu savienojumus. Mēģiniet lasīt bilžu grāmatu ar daudzām atskaņām. Pēc katra atskaņu pāra izdomājiet citus vārdus, kas atskan, lai veicinātu bērnus pašus praktizēt fonoloģisko izpratni.
- **Burtu māksla** - mācoties lasīt un atpazīt burtus, bērniem ar disleksiju bieži palīdz vizuālie palīg līdzekļi. Uzdodiet savam bērnam gleznot vai zīmēt burtu — varbūt kādu burtu, kuru viņam ir bijušas grūtības uzrakstīt, vai burtus, kurus bieži jauc vienu ar otru. Aiciniet viņu uzzīmēt to tik krāsainu un radošu, cik vien vēlas. Kad bērns būs pabeidzis, lai izveido burtu mākslas darbu galeriju uz sienas (kuru vēlāk var izmantot lasīšanai). Vecākiem bērniem, kuri jau prot lasīt, aiciniet uzzīmēt vārdu krājuma grūtākos vārdus kopā ar ilustrācijām, lai izietu cauri grūtākajiem vārdiem.
- **Izmantojiet burtu / skaņas zibatmiņas kartes** – “flashcards” ir īpaši efektīvs veids, kā mācīt bērniem fonēmas.
- **Vienkāršojiet rakstiskās instrukcijas** - lai gan bērni ar disleksiju bieži pietiekami labi saprot verbālos norādījumus, dažreiz sarežģītas rakstiskas instrukcijas var viņiem radīt grūtības. Centieties pēc iespējas vienkāršot norādījumus, ko rakstiet uzdevumā. Ja bērnam joprojām ir grūtības saprast uzdevumu, mēģiniet to izrunāt, īpaši izrunājot visu, kas viņus mulsina.
- **Audiogrāmatas** – tā kā bērni ar disleksiju bieži vien ir lēnāki lasītāji, dodot viņiem tikai drukātas grāmatas, tas viņus var nomākt. Tā vietā mēģiniet nodrošināt arī audiogrāmatas. Būtu labi, ja drukātais stāsts būtu kopā ar audio ierakstu, kuru jūs varat ierakstīt paši. Tādā veidā jūsu bērns var lasīt kopā ar stāstītāju, neuzķeroties uz izaicinošiem vārdiem vai burtiem.
- **Izpratnes stratēģijas mācīšana** – ja bērnam ir grūtības uztrvert lasīto, palīdziet viņam veidot stratēģiju, kā labāk atcerēties lasīto.

- **Vecmodīgie lineāli** var palīdzēt bērnam lasīt taisnā līnijā, kas varētu, savukārt, palīdzēt viņam koncentrēties uz lasāmo (varbūt esat ievērojuši, ka bērniem nereti patīk vilkt ar pirkstu zem vārdiem)
- **Papildu laiks** pārbaudes darbiem
- **Iespēja klausīties** teoriju ierakstās audio/video lekcijās
- **Iespēja sniegt mutiskas**, nevis rakstiskas atbildes (ja nepieciešams)
- **Atbrīvojums** no svešvalodu apguves.

Dr. Krūgere raksta, ka svarīga daļa, atbalstot bērnus ar disleksiju, ir atrast veidus, kā samazināt viņu diskomfortu par lasīšanu un padarīt mācīšanos lasīt patīkamu, nevis pazemojošu. Tas nozīmē:

- samazināt bērna kļūdu norādīšanu lasot
- samazināt lasāmā apjomu vai pielāgot tekstu lasītprasmei (es ieteiktu aicināt izlasīt pavisam nelielu, piem., enciklopēdijas tekstu, ja zināt, ka bērns to sapratīs; paralēli garākiem tekstiem dot vienkāršākus tekstus, lasītprasmes veicināšanai
- maksimāli iedrošināt pat nelielus uzlabojumus.

Disleksija nav vienkārša nepatika lasīt, ar to vajag palīdzēt bērnam.

Mīti par disleksiju

"Disleksija nav reāla. Bērni, kuriem tā ir, ir vienkārši slinki vai nezinoši."

Lai gan pētnieki vēl nav precīzi noteikuši precīzu disleksijas cēloni, viņi tagad zina, ka to izraisa ģenētiski un neiroloģiski faktori. Šie bērni parasti mācās tikpat smagi vai pat grūtāk nekā viņu vienaudži, kas var padarīt viņu lasīšanas grūtības vēl nepatīkamākas. Daudzi skolēni ar disleksiju visu mūžu paliek nediagnosticēti, un pedagogi dažreiz domā, ka viņu skolēni ir tikai negribīgi lasītāji, kamēr viņiem ir reāli mācīšanās traucējumi.

"Ar laiku disleksija pati mazināsies vai pilnībā izzudīs."

Disleksija ir hroniska, kas nozīmē, ka tā ne vienmēr izzūd ar ārstēšanu. Bet, lai gan daži simptomi var palikt bērnam visu mūžu, pareizās aktivitātes vai mācīšanās stratēģijas var iemācīt viņam lasīt un rakstīt tādā veidā, kas vislabāk viņam darbojas.

Turklāt disleksijai ir arī kognitīvi ieguvumi. Izglītības pētnieki ir atklājuši, ka skolēni ar disleksiju ir ļoti radoši domātāji un, visticamāk, nāks klajā ar inovatīviem risinājumiem saviem uzdevumiem. Skolēni ar disleksiju var domāt un mācīties atšķirīgi no klasesbiedriem, taču tas nepadara viņu stiprās puses mazāk vērtīgas.

"Bērni ar disleksiju nekad nevar cerēt labi lasīt vai gūt panākumus mācībās."

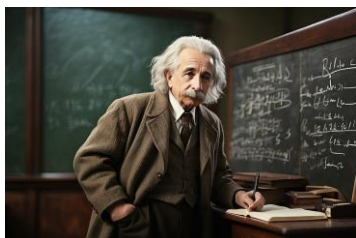
Kad bērnam tiek diagnosticēta disleksija, daži skolotāji uzskata, ka viņi nekad neiemācīsies lasīt tik labi kā citi skolēni. Bet bērni ar disleksiju var iemācīties lasīt un rakstīt tikpat labi kā jebkurš cits, ja viņš saņem daudz apmācības un laika.

*Jūsu bērns nav vienīgais,
kuram ir lasīšanas
grūtības. Tādas bija arī
slaveniem rakstniekiem
un zinātniekiem.*

Disleksija un slavenības

Patiesībā, diezgan daudziem slaveniem rakstniekiem ir diagnosticēta disleksija, tostarp:

1. F. Skots Ficdžeralds (*Lielais Gatsbijs*)
2. Agata Kristi (*Slepkavība Orient Express*)
3. Hanss Kristians Andersens (*Mazā nāriņa* un *Sniega karaliene*)
4. Avi (*Šarlotes Doilas patiesās atziņas*)
5. Lūiss Kerols (*Alises piedzīvojumi Brīnumzemē*)



Vēl viens vārds, kuru jūs varētu atpazīt!

Albertam Einšteinam, kuru daudzi cilvēki uzskata par gudrāko cilvēku, kāds jebkad dzīvojis, arī tika diagnosticētas lasīšanas grūtības. Neatkarīgi no tā, ko bērns ar disleksiju nolemj mācīties dzīvē, viņu vienīgie ierobežojumi ir viņu aizraušanās un motivācija gūt panākumus.

Sagatavoja: Mg.ped. Sandra Armaneva pēc šādiem avotiem:

- International Dyslexia Association. *Dyslexia in the Classroom: What Every Teacher Needs to Know*. Retrieved from dyslexiaida.org: <https://dyslexiaida.org/wp-content/uploads/2015/01/DITC-Handbook.pdf>.
 - The Understood Team. *Dyslexia Symptoms in Children*. No: <https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/signs-symptoms/could-your-child-have/checklist-signs-of-dyslexia-at-different-ages>.
 - Learning Ally. *Hidden in Plain Sight: Seven Common Signs of Dyslexia in the Classroom*. No: https://www.learningally.org/Portals/6/Docs/white-papers/HiddeninPlainSight_WP_o.
 - Yale Center for Dyslexia & Creativity. *Signs of Dyslexia*.
 - Howard-Jones, P.A. *Neuroscience and education: myths and messages*. Nature Reviews Neuroscience, October 2014.
-

• Mērķauditorija: “Mājmācības vecāku skola”