



prosto ✓
przystępnie ✓
praktycznie ✓

Jestem rodzicem dziecka z dysleksją

▶ najważniejsze informacje
i wskazówki do pracy

© Copyright by Marta Bogdanowicz, Renata Czabaj,
Polskie Towarzystwo Dysleksji & Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON Sp. z o.o.

Gdynia 2007

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w całości lub we fragmentach bez zgody wydawcy zabronione.

Polskie Towarzystwo Dysleksji dziękuje Centrum Metodycznemu Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej
za wsparcie naszej inicjatywy
oraz Wydawnictwu Pedagogicznemu OPERON, Instytutowi Promocji Edukacji,
Gdańskiemu Wydawnictwu Psychologicznemu i Specjalistycznemu Przedsiębiorstwu
Rolno-Przetwórczemu GAL za pomoc w wydaniu niniejszej publikacji.

Wstęp

Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej pragnie zarekomendować publikację **profesor Marty Bogdanowicz i Renaty Czabaj „Jestem rodzicem dziecka z dysleksją”**, która powstała z inicjatywy Polskiego Towarzystwa Dysleksji.

Poradnik przeznaczony dla rodziców dzieci z dysleksją rozwojową jest publikacją bardzo wartościową i potrzebną ze względu na coraz częściej wskazywany związek dysleksji i niepowodzeń szkolnych. Niewątpliwym atutem tej publikacji jest fakt, że jej autorki należą do grona największych autorytetów omawianego zagadnienia w Polsce.

Dzieciom mającym trudności w czytaniu i pisaniu potrzebna jest zarówno specjalistyczna pomoc psychologiczno-pedagogiczna, jak i codzienne wsparcie ze strony najbliższych. Poradnik w przystępnej formie przedstawia podstawowe informacje pozwalające zrozumieć zjawisko dysleksji. Zawiera również wiele praktycznych wskazówek podpowiadających, jak można dziecku pomóc i je wspierać, tak aby czuło, że może mieć wpływ na swoją sytuację. Przede wszystkim bowiem musi ono uwierzyć w siebie i podjąć wysiłek zmagania się ze swoimi trudnościami na tyle, na ile jest to możliwe, a także nauczyć się z nimi żyć.

Najtrudniejsze dla rodziców jest zaakceptowanie faktu, że ich dziecko ma trudności w nauce. Równocześnie powinni oni przekazywać dziecku jasne komunikaty, że jest ono kochane i akceptowane pomimo kłopotów, co jest podstawowym warunkiem skutecznej pomocy. Konflikty pomiędzy dzieckiem a rodzicami, powstające na podłożu doświadczanych trudności, wynikają w dużym stopniu z poczucia bezradności rodzica, który nie wie, jak dziecku pomóc. Gdy rodzicom uda się znaleźć odpowiedni sposób, pomiędzy nimi a dzieckiem powstaje więź, która w pełni wynagradza wspólny wysiłek i pracę. Skuteczność pomocy dzieciom z tego typu problemami zależy w dużym stopniu od tego, jak dalece one same oraz ich rodzina będą w stanie zrozumieć, na czym te trudności polegają i jak można sobie z nimi radzić.

Zachęcamy zatem do wnikliwej lektury poradnika tych rodziców, którzy chcą szukać odpowiednich sposobów wspierania własnego dziecka, by mimo trudności mogło być radosne i szczęśliwe oraz doświadczało wielu sukcesów.

Maria Sokołowska

Wicedyrektor Centrum Metodycznego Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej



Dysleksja rozwojowa – problem znany i nieznany

Dysleksja rozwojowa to termin często używany zarówno w środowisku szkolnym, jak i w prasie oraz telewizji. W ostatnich latach temat dysleksji zaczął pojawiać się także w filmach, a nawet w wywiadach ze sławnymi osobami, które ujawniają, że miały taki problem w dzieciństwie. Dlatego gdy kogoś pytamy, czy termin ten jest znany, większość odpowiada twierdząco.

Jednak próba wyjaśnienia tego zjawiska często sprawia trudności. Tymczasem wiedza na temat dysleksji jest potrzebna nie tylko pedagogom i lekarzom, ale przede wszystkim rodzicom dzieci dyslektycznych, aby mogli się porozumiewać oraz współdziałać z nauczycielami i ze specjalistami. To właśnie jest powodem przygotowania tego poradnika.



Badania prowadzone w Polsce wskazują, że dysleksja rozwojowa występuje u ok. 15% populacji, z czego lżejsze przypadki stanowią ok. 10%, a poważniejsze ok. 4%. Oznacza to, że w każdej klasie można spotkać średnio troje dzieci z tym problemem, co najmniej jedno dziecko zaś ma specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu. Liczba osób z dysleksją wzrasta ze względu na zwiększanie się liczby

dzieci pochodzących z zagrożonej ciąży i trudnego porodu. Niekorzystne czynniki kulturowe, takie jak brak naturalnych okazji do ćwiczenia funkcji uczestniczących w czytaniu i pisaniu (np. dzieci nie rysują, mniej manipulują, nie rozwijają się ruchowo podczas zabaw na podwórku), oraz brak kontaktu z książką, którą wypiera telewizja, również są przyczyną wzrastającej liczby osób z dysleksją.

Z powyższych powodów zjawisko dysleksji rozwojowej należy uznać za problem nie tylko indywidualny, ale i społeczny.

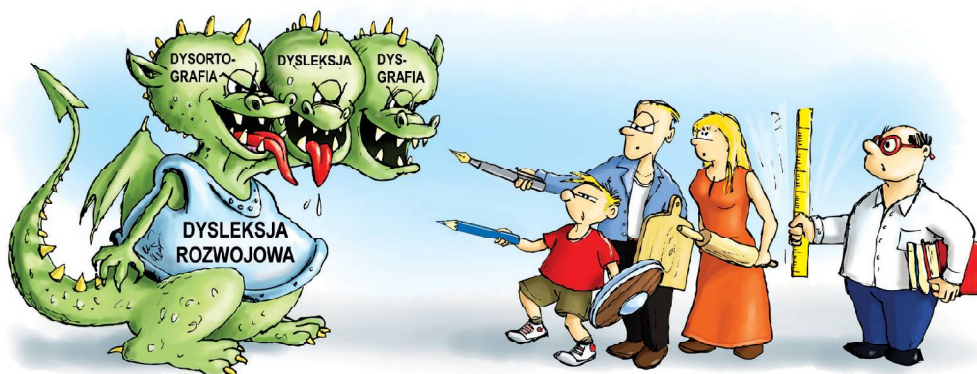
Ogromną rolę w kształtowaniu świadomości społecznej odegrało **Polskie Towarzystwo Dysleksji**, które powstało w 1990 r. i jest członkiem Europejskiego Towarzystwa Dysleksji.

Dysleksja rozwojowa, czyli specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu



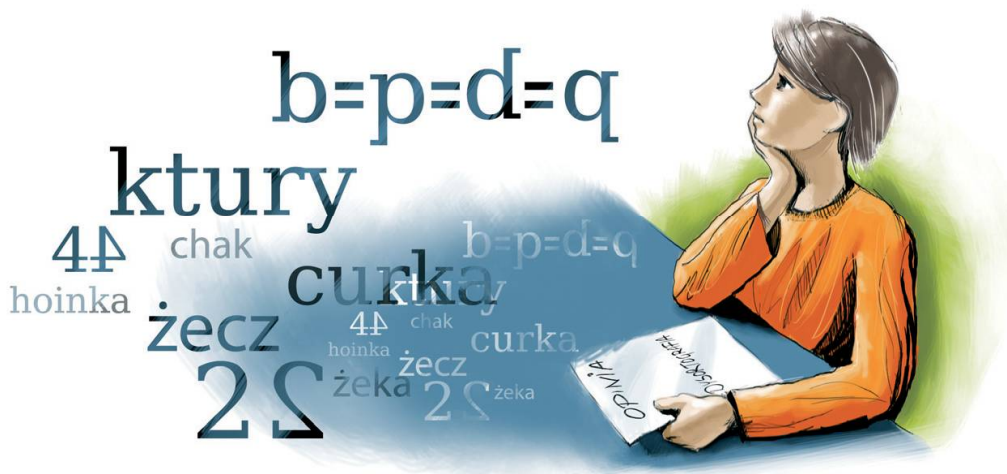
Dysleksja rozwojowa to termin określający zespół **specyficznych trudności w uczeniu się czytania i pisania**. Określenie „rozwojowa” oznacza, iż opisane trudności występują w nasilonym stopniu

od początku nauki szkolnej. Dysleksją nabytą nazywamy utratę już opanowanej umiejętności czytania, co zdarza się w wyniku urazu mózgu, na przykład po wypadku.



W Polsce najczęściej stosuje się następującą terminologię:

- ➔ **Dysleksja rozwojowa** – nazwa całego zespołu specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu; w uproszczonej formie: **dysleksja**. Trudności w czytaniu i pisaniu objęte tą nazwą mogą występować u dziecka w **trzech formach** – w postaci izolowanej, np. tylko trudności z nauczeniem się poprawnej pisowni, lub jako zespół dwóch bądź nawet trzech form zaburzeń:
 - ➔ **Dysgrafia** – trudności w opanowaniu pożądanego poziomu graficznego pisma.
 - ➔ **Dysleksja** – specyficzne trudności w nauce czytania, którym często towarzyszą trudności w pisaniu.
 - ➔ **Dysortografia** – specyficzne trudności z opanowaniem poprawnej pisowni (nie tylko błędy ortograficzne).





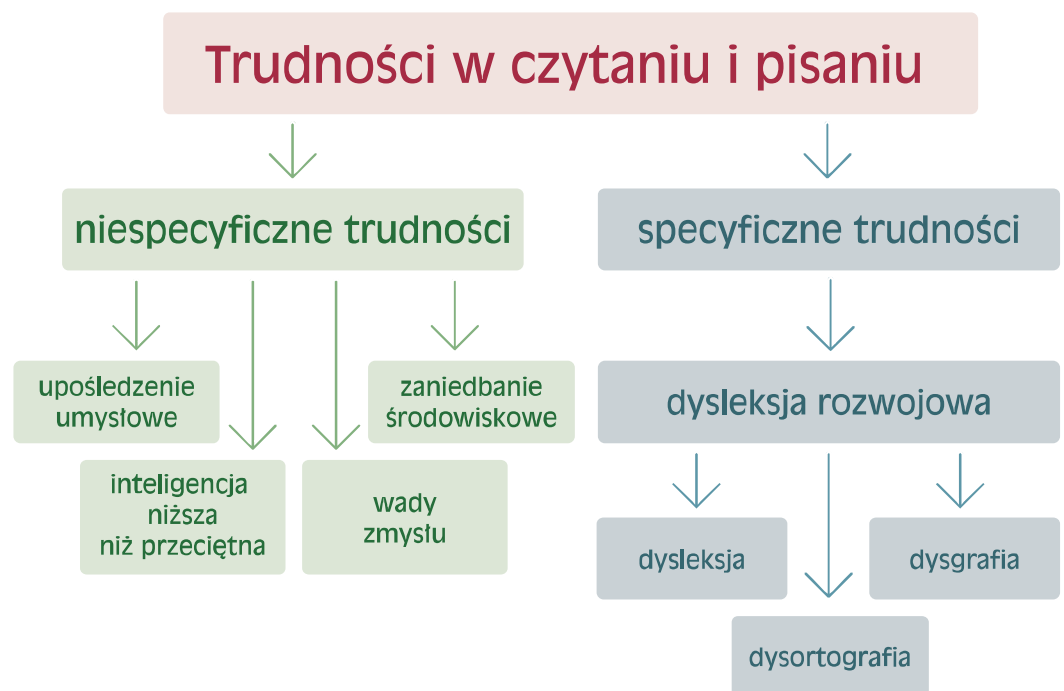
Trudności w czytaniu i pisaniu tylko w niektórych wypadkach są przejawem dysleksji rozwojowej.

Trudności w czytaniu i pisaniu mają różne przyczyny, a ich uświadomienie jest podstawą udzielenia skutecznej pomocy. Trudności te występują w wypadkach **upośledzenia rozwoju umysłowego** i wówczas pojawiają się one na tle ogólnych trudności w uczeniu się niemal wszystkich przedmiotów. Uczniowie z takimi problemami wymagają specjalnych metod nauczania i specjalnego programu edukacyjnego. Podobnie dzieci z **inteligencją niższą niż przeciętna** mają uogólnione trudności w nauce, w tym również w czytaniu i pisaniu. Potrzebują one zawężenia zakresu materiału i obniżenia wymagań.

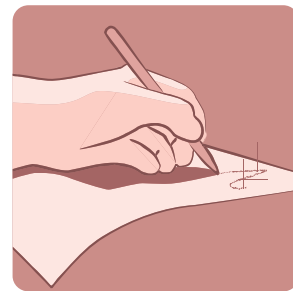
Trudności w czytaniu i pisaniu mogą występować też u dzieci z powodu **wad zmysłu wzroku i słuchu**. W tym wypadku dostosowanie się do zaleceń okulisty (dobrze dobrane okulary) lub laryngologa i foniatry może zlikwidować problem.

Oczywiście u niektórych z tych dzieci można zdiagnozować dysleksję rozwojową, ale tylko w takim wypadku, gdy zasadniczą przyczyną ich trudności leży w zaburzeniach typowych dla specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu, np. obok wady zmysłu występują u nich zaburzenia funkcji słuchowo-językowych.

Trudności mają również dzieci **zaniedbane środowiskowo**, które nie widzą w domu rodziców czytających książki, którym nie czyta się systematycznie i nie rozwija zainteresowania książką, które nie ćwiczą codziennie czytania, poczynając od klasy zerowej aż do uzyskania pełnej biegłości technicznej i pełnego rozumienia czytanego tekstu, a więc do momentu, kiedy czynność czytania się zautomatyzuje. We wszystkich wymienionych wypadkach mamy do czynienia z trudnościami w czytaniu i pisaniu, ale nie z dysleksją rozwojową.



Znajomość przyczyn dysleksji rozwojowej pozwala skutecznie radzić sobie z problemem.



Jak dowiodły badania naukowe prowadzone od lat 80., dysleksja rozwojowa ma podłoże biologiczne. Jest uwarunkowana genetycznie, a więc dziedziczna. Może też być spowodowana zmianami w centralnym układzie nerwowym, wywołanymi nieprawidłowym rozwojem w okresie prenatalnym (ciąży) i oddziaływaniem szkodliwych czynników podczas porodu i po urodzeniu (np. niedotlenienie mózgu, wylewy wskutek pęknięcia naczyń krwionośnych).

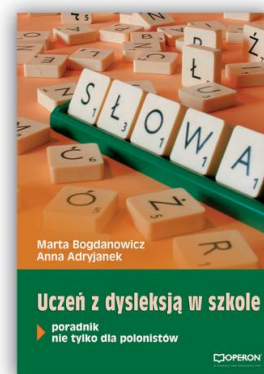
Bezpośrednią przyczyną trudności o charakterze dyslektycznym jest nieharmonijny rozwój psychomotoryczny dziecka, co oznacza, że niektóre funkcje rozwijają się dobrze lub ponadprzeciętnie, inne zaś z wyjątkowym opóźnieniem. Dotyczy to przede wszystkim zaburzeń rozwoju tych funkcji poznawczych i ruchowych, które biorą udział w czytaniu i pisaniu, oraz ich współdziałania.

1. Nieprawidłowości rozwoju funkcji słuchowo-językowych objawiają się jako zaburzenia uwagi, pamięci i percepcji słuchowej. Dziecko:

- nie dostrzega różnicy pomiędzy głoskami (np. „z” i „s”), myli je podczas zapisywania, myli wyrazy różniące się jedną głoską (koza–kosa);
- ma trudności z dokonywaniem analizy sylabowej, a także głoskowej, czyli wydzieleniem sylab i głosek ze słów (np. krok = k + r + o + k), czego konsekwencją jest opuszczanie lub dodawanie liter czy sylab w zapisywanych wyrazach; z tego powodu dziecko może nie rozpoznawać rymujących się słów (które słowa się rymują: rok–rak–sok) ani ich wymyślać (podaj rym do słowa „kotek”); przekręca wyrazy podczas pisania;
- opuszcza wyrazy podczas dyktanda, ma trudności z przypomnieniem sobie właściwego słowa przy pisaniu samodzielnym oraz czytaniu.

2. Zaburzenia funkcji wzrokowych (uwagi i spostrzegania wzrokowego, pamięci wzrokowej) powodują:

- w klasie 0 i I trudności z zapamiętywaniem liter i ich odróżnianiem, stąd mylenie liter podobnych pod względem kształtu (t=l=ł, m=n), z pamiętaniem kształtu rzadziej występujących liter (F, H, Ł);
- trudności w nauce czytania elementarnego (tzw. dekodowania), ponieważ nieprawidłowe rozpoznawanie liter uniemożliwia sprawne literowanie (określane też głoskowaniem), czyli odnoszenie do spostrzeganych liter przypisanych im głosek, co na późniejszym etapie wydłuża proces dokonywania syntezy i odczytania wyrazu, np. podczas odczytywania wyrazu „kot” odbywa się najpierw literowanie, potem wtórna synteza k + o + t = „kot”;
- trudności z utrwaleniem poprawnej pisowni wyrazów zawierających trudność ortograficzną, np. „rz” i „ó” niewymienne.



Wyczerpujące omówienie przyczyn, postaci oraz charakterystycznych objawów dysleksji znajdują Państwo w książce M. Bogdanowicz i A. Adryjanek „Uczeń z dysleksją w szkole”.

3. **Deficyty rozwoju funkcji ruchowych**, a zwłaszcza motoryki rąk, powodują:
 - ➔ wolne tempo pisania,
 - ➔ niski poziom graficzny pisma,
 - ➔ łatwe męczenie się ręki, trudność zapamiętania wzorców ruchowych, które pozwalają na zapisywanie w sposób automatyczny poprawnej formy wyrazów takich jak „który”, „król”, „rzeka”, „herbata”.
4. **Zakłócenia lateralizacji**, takie jak oburęczność, zamiast oczekiwanej prawo- lub leworęczności u dziecka powyżej 7 lat, dwuoczność (brak dominacji jednego oka) czy tzw. skrzyżowana lateralizacja, np. praworęczność i lewooczność, nie muszą powodować trudności, lecz obserwuje się, że często występują u dzieci dyslektycznych w powiązaniu z innymi zaburzeniami.
5. **Zaburzenia orientacji** utrudniają rozpoznawanie kierunków w przestrzeni i orientację w lewej i prawej stronie własnego ciała. Dzieci z takimi zaburzeniami:
 - ➔ często mylą litery o podobnych kształtach, lecz inaczej położonych w przestrzeni, jak: p=b=d=g;
 - ➔ piszą litery lustrzanie, rozpoczynając naukę pisania w klasie I, zapisują wyrazy, a nawet całe działania matematyczne od strony prawej do lewej.

Wiedza na temat przyczyn i mechanizmów dysleksji pozwala zrozumieć wiele „paradoksów”, które jej towarzyszą, a przede wszystkim wcześniej dostrzec objawy i dzięki temu wcześniej zdiagnozować specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu.



Stwierdzenie dysleksji rozwojowej wymaga wielospecjalistycznej diagnozy.



Badanie diagnostyczne, służące postawieniu diagnozy dysleksji rozwojowej, ma charakter wielospecjalistyczny. Jest dokonywane w poradni psychologiczno-pedagogicznej przez zespół składający się z psychologa, pedagoga, często logopedy. Korzysta się też z konsultacji lekarskich, aby wykluczyć wadę zmysłu jako jedyną przyczynę trudności (okulista, laryngolog, foniatra) lub stwierdzić potrzebę psychoterapii, gdy pojawią się wtórne zaburzenia nerwicowe, depresja (psychiatra).

Badanie psychologiczne pozwala ocenić poziom funkcjonowania intelektualnego. Bada się zdolność koncentracji uwagi, pamięć i spostrzeganie wzrokowe, słuchowe, funkcje językowe, sprawność rucho-

wą rąk (tzw. motorykę małą) i motorykę całego ciała (tzw. motorykę dużą). W wyniku badań testowych, obserwacji, analizy danych z wywiadu ustala się, które funkcje rozwijają się nieprawidłowo i jakie są mocne strony rozwoju dziecka.

W badaniach pedagogicznych ustala się, czy trudności w czytaniu i pisaniu występują jednocześnie czy w izolacji oraz w jakim nasileniu. Analizuje się jakościowo błędy i rodzaj trudności, próbuje te dane zestawzić z pozostałymi wynikami oraz je zinterpretować. Ustala się także stopień opanowania programu nauczania (w tym znajomość zasad ortografii) i ewentualny wpływ zaniedbania środowiskowego i dydaktycznego na umiejętności dziecka.

Specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu rozpoznaje się tylko w wypadku stwierdzenia prawidłowego rozwoju umysłowego.

Rozpoznaje się dysleksję rozwojową, gdy stwierdza się:

- ➔ prawidłowy rozwój umysłowy;
- ➔ obecność istotnych opóźnień rozwoju funkcji (słuchowo-językowych, wzrokowo-przestrzennych, ruchowych, integracji tych funkcji), które stanowią podstawę do wykształcenia się umiejętności czytania i pisania;
- ➔ wczesne występowanie trudności w czytaniu i pisaniu (od początku nauki szkolnej, w klasach 0 i I);
- ➔ trudności w czytaniu lub pisaniu są nasilone i długotrwałe, nie ustępują zaraz po podjęciu pomocy w domu, a nawet w pierwszym okresie terapii.

Nie rozpoznaje się dysleksji rozwojowej, gdy trudności:

- ➔ są jedynie wynikiem złego funkcjonowania narządów zmysłu (niedosłuchem lub wadą wzroku);
- ➔ należą do zespołu symptomów inteligencji niższej niż przeciętna, upośledzenia umysłowego;
- ➔ są skutkiem schorzenia neurologicznego (MPD, epilepsja);
- ➔ są wyłącznie wynikiem zaniedbania środowiskowego i dydaktycznego; wówczas najczęściej dziecko początkowo nie ma trudności, pojawiają się one i konsekwentnie nasilają w starszych klasach szkoły podstawowej.

Badanie diagnostyczne prowadzi się w poradniach psychologiczno-pedagogicznych, gdzie rodzice mogą się udać bez skierowania. Każde przedszkole i każda szkoła są związane z taką placówką. **Badanie jest bezpłatne i odbywa się tylko za zgodą rodziców.** Po badaniu rodzice otrzymują pisemną opinię, która powinna być przekazana szkole. Byłoby najlepiej, gdyby rodzice zrobili wiele kopii opinii i każdą z nich wręczyli wybranym nauczycielom osobiście, co stwarza okazję do osobistego spotkania i omówienia optymalnego postępowania z dzieckiem. Opinia zawiera opis słabych i mocnych stron dziecka,

a więc wskazuje, które funkcje rozwijają się z opóźnieniem (co jest przyczyną trudności w uczeniu się), a na których funkcjach można się oprzeć w terapii. Znajdują się tam wskazania, jaką pomoc dziecko powinno otrzymać, oraz opis metod, wymagań i oceniania dostosowanych do jego możliwości. Wskazania te bywają sformułowane ogólnikowo, lecz nauczyciel, terapeuta i rodzic mogą dotrzeć do bogatych materiałów do ćwiczeń, które służą do wykorzystania w pracy z dzieckiem. Ich wykaz opublikowano w książce „Terapia pedagogiczna. Przewodnik bibliograficzny” (Bogdanowicz 2006).



Uczniowie z dysleksją rozwojową mają prawo do diagnozy, terapii, dostosowania formy nauczania i wymagań do ich poziomu.

Dziecko i jego rodzice sami powinni zdecydować, czy chcą skorzystać z przysługujących im uprawnień. Prawa uczniów z dysleksją to nie przywileje ani zwolnienie od pracy, lecz okazja do stworzenia właściwych warunków do nauki i pracy dziecka.

Przepisy dotyczące potrzeb uczniów dyslektycznych w Polsce zostały zawarte w rozporządzeniach Ministra Edukacji Narodowej (aktualne wydane w 2003 i 2004 r.). Gwarantują one prawo do:

- ➔ wczesnej diagnozy;
- ➔ wczesnej, specjalistycznej interwencji:
 - ➔ program i metody nauczania dostosowane do potrzeb, możliwości i stylu uczenia się,
 - ➔ udział w zajęciach terapii pedagogicznej (ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne);
- ➔ dostosowania wymagań szkolnych i sposobu oceniania do możliwości ucznia (nauczyciel jest zobowiązany przestrzegać wskazań zawartych w opinii wydanej przez poradnię);
- ➔ zwolnienia z nauki drugiego języka obcego w wypadku uczniów ze stwierdzoną głęboką dysleksją (na wniosek rodziców poparty pisemną opinią z poradni);
- ➔ wyrównania szans podczas egzaminów (także sprawdzianu po szkole podstawowej, egzaminu gimnazjalnego i matury).

Sposoby dostosowania warunków egzaminacyjnych (sprawdzian i egzamin gimnazjalny)

Występujące trudności	Sposób dostosowania warunków egzaminacyjnych
Problemy z czytaniem i rozumieniem tekstu, problemy emocjonalne i trudności z koncentracją uwagi	Możliwość pisania sprawdzianu w oddzielnej sali, w której członek komisji egzaminacyjnej na początku jeden raz głośno odczyta instrukcję, tekst wstępny oraz treść zadań, a uczniowie będą mogli równocześnie śledzić wzrokiem tekst zapisany w arkuszu.
Wolne tempo czytania i pisania	Wydłużenie czasu pisania o 50% (czas przeznaczony na jednorazowe głośne odczytanie instrukcji, tekstu wstępnego oraz poleceń nie jest wliczany do czasu rozwiązywania zadań).
Niski poziom graficzny pisma	Zapisywanie odpowiedzi (gdy pismo jest nieczytelne) za pomocą komputera z usuniętymi programami korekty językowej lub korzystanie z pomocy nauczyciela wspomagającego, który zapisuje odpowiedzi ucznia.
Problemy ze stosowaniem zasad ortografii i interpunkcji, z poprawnością graficzną obliczeń i orientacją przestrzenną	Rozwiązania zadań otwartych są punktowane z zastosowaniem zmodyfikowanych kryteriów.
Problemy z koncentracją uwagi i orientacją przestrzenną oraz zaburzenia percepcji wzrokowej	Możliwość zaznaczania przez uczniów odpowiedzi do zadań zamkniętych bezpośrednio na arkuszach; po zakończeniu sprawdzianu członkowie komisji egzaminacyjnej przeniosą na karty odpowiedzi zaznaczenia uczniów (dotyczy tylko głębokiej dysleksji).

Sposoby dostosowania warunków egzaminacyjnych (matura)

Występujące trudności	Sposób dostosowania warunków egzaminacyjnych
Dysleksja rozwojowa ➔ dysgrafia ➔ dysortografia	Możliwość pisania z użyciem komputera; poziom graficzny pisma nie jest brany pod uwagę; w zadaniach otwartych nie ocenia się błędów w pisowni (specyficznych dla dysleksji rozwojowej), praca oceniana jest na podstawie treści wypowiedzi pisemnej.

Wymogi, które należy spełnić, aby uczeń z dysleksją zdawał egzamin w warunkach dostosowanych do jego specjalnych potrzeb:

- ➔ posiadanie pisemnej opinii z państwowej poradni psychologiczno-pedagogicznej lub uprawnionej poradni niepublicznej;
- ➔ opinia musi zawierać stwierdzenie występowania dysleksji rozwojowej;
- ➔ opinia musi być dostarczona do szkoły w terminie do 30 września roku, w którym odbywa się egzamin;
- ➔ opinia musi być aktualna, to znaczy wydana:
 - ➔ po trzeciej klasie szkoły podstawowej – dotyczy sprawdzianu po szkole podstawowej,
 - ➔ po szóstej klasie szkoły podstawowej – dotyczy egzaminu gimnazjalnego,
 - ➔ w okresie czterech lat poprzedzających egzamin dojrzałości – dotyczy matury.



Otrzymanie opinii stwierdzającej dysleksję nie jest ostatnim, ale pierwszym krokiem na drodze do pokonania trudności.



Stwierdzenie dysleksji rozwojowej często staje się wymówką zarówno dla dzieci, jak i dla ich rodziców. Uczniowie rozgrzeszają się w ten sposób z nieznamooci ortografii i niechęci do czytania. Uważają, że otrzymanie opinii o dysleksji rozwiązuje problem i zwalnia ich z zajmowania się nim w dalszym ciągu. Nic bardziej błędnego. Dlatego ogromna odpowiedzialność spada na rodziców.

Czy możemy sobie wyobrazić sytuację, w której po rozpoznaniu u dziecka zapalenia oskrzeli rodzice nie decydują się na leczenie? Dlaczego więc niektórzy z nich lekceważą wskazania zawarte w opinii, zalecające podjęcie dodatkowych specjalistycznych zajęć z dzieckiem? Konsekwencje nieobjęcia ucznia dyslektycznego terapią pedagogiczną, w tym codziennymi dodatkowymi zajęciami, to w przyszłości ograniczenie

możliwości zdobycia wykształcenia, uprawiania atrakcyjnego zawodu i uzyskiwania wyższych dochodów, a więc skutki, które mogą wpłynąć na całe życie człowieka.

Zdiagnozowanie dysleksji oznacza konieczność podjęcia konkretnych działań, które umożliwią dziecku osiągnięcie sukcesów na miarę jego rzeczywistych możliwości. Mając dużo zrozumienia dla niepowodzeń szkolnych swojego dziecka,

rodzice powinni konsekwentnie wymagać od niego podejmowania pracy nad trudnościami i ich pokonywania. W przeciwnym razie trudności te będą się pogłębiały, a w konsekwencji znacznie ograniczą jego zdolność odnoszenia sukcesów w dalszej edukacji i dorosłym życiu. Problem nie zostanie rozwiązany dzięki udogodnieniom

na sprawdzianach i egzaminach. Opinia z poradni psychologiczno-pedagogicznej, w której stwierdza się dysleksję rozwojową, umożliwia jedynie wyrównanie szans uczniom z dysleksją. Jeśli chcemy naprawdę pomóc naszemu dziecku, jest na to tylko jeden skuteczny sposób – systematyczna praca.

Nie należy zwalniać ucznia z obowiązku pracy nad problemem.



Dzieci z trudnościami w nauce czytania i pisania powinny uczestniczyć w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych, zwanych również terapią pedagogiczną. Ich istota sprowadza się do korekcji, czyli usprawniania zaburzonych funkcji poznawczych i ruchowych dziecka oraz poprawy ich współdziałania, a także do kompensacji – usprawniania funkcji dobrze rozwijających się w celu wspomagania słabiej rozwiniętych lub częściowego ich zastępowania.

Celem terapii pedagogicznej jest stymulowanie ogólnego rozwoju ucznia i usprawnianie funkcji ważnych w procesie uczenia się czytania i pisania:



wzrokowo-przestrzennych, to jest skupiania uwagi wzrokowej, spostrzegania i pamięci wzrokowej, spostrzegania przestrzeni;



słuchowo-językowych, czyli skupiania uwagi słuchowej, spostrzegania i pamięci słuchowej dźwięków mowy oraz funkcji językowych;



motorycznych, to jest sprawności manualnej i ogólnego rozwoju ruchowego dziecka;



współdziałania ze sobą funkcji (koordynacja wzrokowo-ruchowa podczas pisania, wzrokowo-słuchowa podczas czytania itp.).

Zadaniem terapii jest również łagodzenie zaburzeń emocjonalnych, będących efektem szkolnych niepowodzeń, oraz wypracowanie motywacji do nauki, której zwykle brakuje uczniom z dysleksją, gdyż utracili ją wskutek utrzymujących się niepowodzeń szkolnych.

Aby ustalić zagrożenie dysleksją, rodzice mogą użyć prostej metody – Skali Ryzyka Dysleksji M. Bogdanowicz dla uczniów klas zerowych i pierwszych.

Pomyślnie prowadzona terapia pedagogiczna, która doprowadziła do stworzenia optymalnych warunków rozwoju dziecka dyslektycznego i dzięki temu wyrównania dysharmonii rozwojowych, powinna przynieść efekt w postaci płynnego czytania i poprawnego pisania. Jednak jest to możliwe tylko wtedy, gdy oprócz udziału w zajęciach terapeutycznych dziecko regularnie

pracuje w domu pod kierunkiem rodziców i nauczycieli.

Drugim warunkiem skuteczności terapii jest jej wczesne rozpoczęcie. Powinno to nastąpić już w wieku przedszkolnym u dzieci z ryzykiem wystąpienia dysleksji, u których dostrzegamy opóźnienia rozwoju w zakresie funkcji niezbędnych dla uczenia się czytania i pisania.



Nigdy nie jest za późno na pracę nad trudnościami w nauce czytania i pisania.



Dysleksja nie ustępuje samoistnie, należy ją postrzegać jako problem całego życia. Jedynym sposobem na przezwycięzenie trudności jest systematyczna praca. Można ją rozpocząć w każdym wieku, choć najlepsze efekty osiągniemy, zaczynając jeszcze w wieku przedszkolnym lub wczesnoszkolnym. Jednak nie w każdym wypadku da się wcześnie zdiagnozować dysleksję.

Czasami trudności zostają dostrzeżone dopiero pod koniec szkoły podstawowej albo w gimnazjum. Dzieje się tak wówczas, gdy dziecko cechuje wysoka inteligencja, wiedza wyniesiona z domu i dobra pamięć słuchowa. Inną przyczyną jest odwołanie przez rodziców udania się do poradni psychologiczno-pedagogicznej w nadziei, że trudności same ustąpią.

Również braki w wiedzy nauczycieli uniemożliwiają im rozpoznanie problemu u uczniów. Należy pamiętać, że ignorowanie zjawiska nie eliminuje go, wręcz przeciwnie, problemy zaczynają rosnąć wraz z dzieckiem, a wreszcie przerastają i dziecko, i jego rodziców. Nie jest prawdą, że podjęcie terapii w późniejszym wieku szkolnym jest już bezzasadne. W każdym momencie można skutecznie zmniejszyć symptomy dysleksji, choć u starszych uczniów na pierwsze efekty trzeba zazwyczaj czekać dłużej

(co najmniej dwa lata). Warto też pamiętać, że przerwanie terapii zaraz po uzyskaniu poprawy zwykle prowadzi do szybkiego nawrotu trudności. Terapia nie jest lekiem zapewniającym ustąpienie objawów raz na zawsze. To raczej długotrwały proces, którego skuteczność zależy od systematyczności i wytrwałości, jak również od właściwego postępowania nauczyciela wobec ucznia w szkole oraz współpracy między rodzicami, nauczycielami i uczniem.

Pamiętajmy! Niezależnie od tego, czy dziecko uczestniczy w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych, czy też nie, konieczne jest codzienne wykonywanie dodatkowych ćwiczeń w domu.



Więcej wskazówek na temat pracy z dzieckiem w domu znajdują Państwo w książce M. Bogdanowicz, A. Adryjanek, M. Rożyńskiej „Uczeń z dysleksją w domu”.

Dziecku należy się pomoc ze strony nauczycieli i rodziców.



Poradnia i szkoła oczekują współdziałania rodziców w zakresie:

- codziennego kontrolowania wykonywanych przez dziecko zadań domowych i wspomagania go w pracy;
- ćwiczenia w domu funkcji, które wykazują mniejszą sprawność, w formie zleconych przez nauczyciela dodatkowych zadań, oraz ćwiczenia umiejętności szkolnych (czytania, pisanie);
- stosowania jednolitych metod postępowania w zakresie wymagań i nagradzania;
- zapewnienia atmosfery zrozumienia, akceptacji i życzliwości.



Rodzice powinni:

- Zrozumieć problem dziecka (dziecko nie jest leniwe czy niezdolne, ono po prostu potrzebuje właściwie ukierunkowanej pomocy).
- Poznać jego mocne strony.
- Umacniać w dziecku pozytywne wartości, zainteresowania.
- Zapewnić mu warunki do pracy.
- Wzmacniać pozytywnie, czyli nagradzać pochwałą nawet za drobne sukcesy. Nadzorować systematyczną pracę.
- Analizować trudności.
- Nauczyć stałego korzystania ze słowniczka ortograficznego.
- Czytać wspólnie z dzieckiem.
- Pobudzić u dziecka potrzebę czytania dla przyjemności.
- Ćwiczyć pisanie z pamięci.



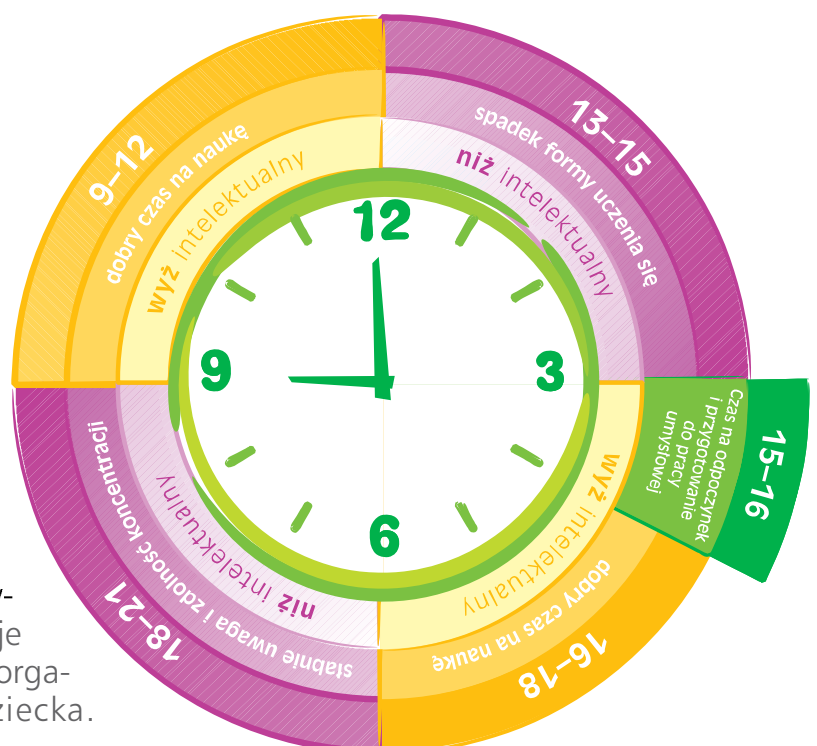
Rodzice nie powinni:

- Tłumaczyć trudności dziecka wyłącznie lenistwem.
- Porównywać z rówieśnikami czy rodzeństwem.
- Liczyć na natychmiastowe efekty.
- Krytykować i ośmieszać.
- Podważać autorytetu nauczycieli i terapeutów.
- Usprawiedliwiać niechęć do wykonywania ćwiczeń.
- Odrabiać za dziecko prace domowych.
- Poprawiać błędów w pracach pisemnych (dziecko powinno nauczyć się pracować ze słownikiem ortograficznym).



Najkorzystniejszy czas na naukę

Nie należy traktować podanych przedziałów sztywno i rozumieć ich zbyt dosłownie, lecz warto mieć je na uwadze podczas organizowania pracy dziecka.



Zadaniem rodzica jest odpowiednio zorganizować pracę dziecka w domu.



Warunkiem skutecznego oddziaływania na dziecko jest systematyczna praca w szkole i w domu. Aby przyniosła ona pożądany efekt, warto zapoznać się z jej podstawowymi zasadami.



Wykonywanie zadań zawsze w tym samym miejscu (najlepiej przy własnym biurku) i najlepiej w tym samym czasie, bo to wspomaga gotowość dziecka do uczenia się.



Pamięć pracuje sprawniej, gdy dziecko jest zrelaksowane, a zatem ważny jest odpoczynek przed przystąpieniem do ćwiczeń.



Miejsce do pracy powinno być uprzątnięte, bez zbędnych przedmiotów przykuwających wzrok dziecka i rozpraszających jego uwagę.



Po jednej stronie biurka zaleca się ustawić zieloną roślinę, na którą dziecko będzie mogło skierować zmęczony czytaniem wzrok.



Trzeba zadbać o ciszę – wyłączyć telewizor, sprzęt grający, a nawet telefon.



Mózg wymaga „rozgrzewki”, czyli ćwiczeń wstępnych. Najlepsze są ćwiczenia, które mają formę zabawy.



W pracy warto wykorzystywać skojarzenia, dzięki którym więcej i lepiej się zapamiętuje.



Podczas ćwiczeń czytania nie powinno się przybierać zbyt wygodnej pozycji, bo to rozleniwia i nie sprzyja aktywności umysłowej.



Należy wyposażyć się w odpowiednie pomoce do ćwiczeń.



Zalecaną formą wspierającą pracę i relaks dziecka są zajęcia ruchowe, w tym ćwiczenia kinezylogii edukacyjnej, która:

- rozwija koncentrację uwagi i pamięć,
- uczy kontrolować ruchy i emocje,
- pobudza i usprawnia pracę obu półkul mózgowych, odpowiedzialnych za koordynację funkcji wzrokowych, słuchowych i ruchowych.



Bogaty zestaw ćwiczeń z zakresu kinezylogii edukacyjnej znajdują Państwo w książce I. Mańkowskiej „Kreowanie rozwoju dziecka”.



Dziecko powinno wiedzieć, jak pracować, i mieć świadomość, że jego praca przyniesie efekty.

Rodzice powinni umiejętnie zachęcać dziecko do pracy. Akcentowanie jego mocnych stron oraz odniesionych sukcesów pomoże mu w pokonywaniu trudności. Rodzice swą postawą mogą wzbudzać w dziecku wiarę w to, że trudności można pokonać wytrwałą i systematyczną pracą. Należy zachęcać dziecko do rozmów o jego porażkach i osiągnięciach, dawać wsparcie oraz poczucie bezpieczeństwa. Wzajemna szczerłość i otwartość pomoże dziecku odnaleźć się w trudnych sytuacjach.



Pracuję codziennie i systematycznie.



Pracuję 30 minut dziennie, wykonując dodatkowe ćwiczenia.



Wypełniam ćwiczenia ołówkiem.



Zaczynam od ćwiczeń w mówieniu.



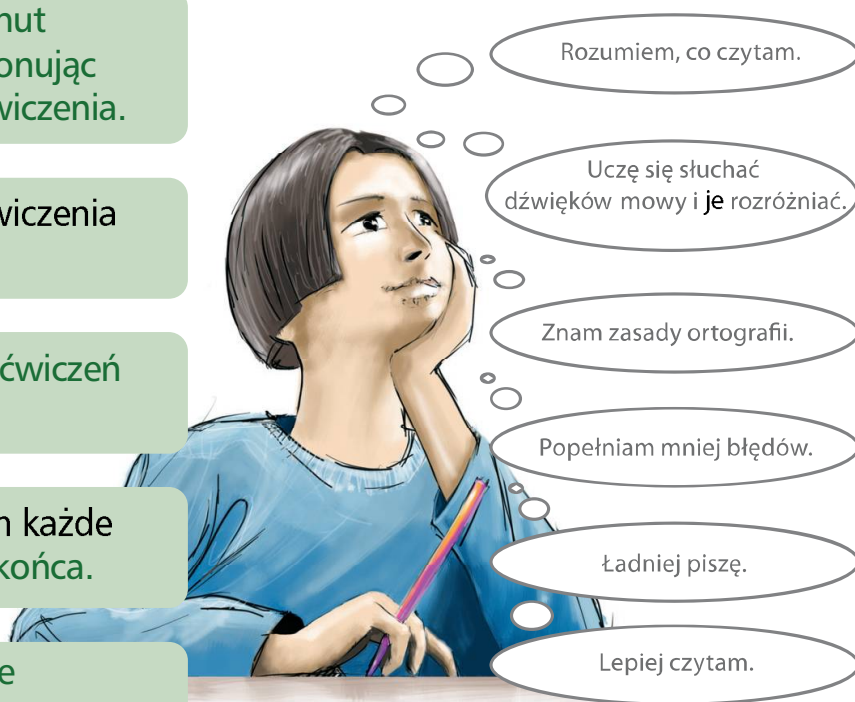
Doprowadzam każde ćwiczenie do końca.



Jeśli czegoś nie rozumiem, pytam rodziców lub nauczyciela.



Co najmniej raz w tygodniu proszę rodzica lub nauczyciela o sprawdzenie mojej pracy.



Rodzice powinni znać zasady pracy z dzieckiem z dysleksją.



Praca z dzieckiem z dysleksją wymaga ćwiczenia umiejętności czytania i ortograficznego pisania. Równie ważna jest dbałość o poziom graficzny pisma, czyli o jego czytelność i estetykę. Oba rodzaje ćwiczeń wymagają przestrzegania pewnych zasad. Rodzic podejmujący się kierowania pracą dziecka powinien mieć ich świadomość, by jego zaangażowanie nie przyniosło skutków odwrotnych do pożądaných.

Ćwiczenia w czytaniu

Wybierz interesujący tekst.

Pamiętaj, że do ćwiczeń najlepsza jest książka, która ma większy druk i kolorowe ilustracje.

Wiedz, że dobry humor Twój i dziecka przyspieszy postępy w czytaniu.

Sam zacznij czytać dziecku!

Niech dziecko palcem wskazuje słowa, które przeczytasz na głos.

Czytając dziecku, podkreślaj tonem ich znaczenie.

Dostosuj szybkość czytania do możliwości śledzenia tekstu przez dziecko.

Nie ponaglać dziecka podczas czytania.

Czytaj z dzieckiem na zmianę. Stopniowo długość fragmentów czytanych przez dziecko powinna rosnać.

Korzystaj z pomocy technicznych. Dziecko może nagrać siebie, jak czyta, a następnie odsłuchać nagranie.

Sprawdź co jakiś czas, czy dziecko rozumie czytany tekst. Jeśli nie, zawsze możecie wrócić do danego fragmentu.

Sięgnij do książek mówionych. Podczas słuchania dziecko powinno równocześnie śledzić wzrokiem tekst książki.

Ćwiczenia w pisaniu

Zezwalaj na pisanie ołówkiem. Ułatwi to poprawianie błędów.

Unikaj podkreślania dostrzeżonych błędów. Zaznaczaj tylko ich liczbę na marginesie linii, w której się pojawiły.

Poleć dziecku, aby samo znalazło błędy, korzystając ze słownika ortograficznego.

Odszukane błędnie zapisane wyrazy dziecko powinno napisać poprawnie 5–6 razy i użyć je w zdaniach.

Pomóż dziecku utrwalać zasady pisowni, wyjaśniając wszystkie wątpliwości ortograficzne przy użyciu słownika ortograficznego.

W wypracowaniu nawyku autokorekty pomaga Dyktando w dziesięciu punktach („Uczeń z dysleksją w szkole” M. Bogdanowicz, A. Adryjanek).

W młodszych klasach nie stosuj dyktand, czyli pisania ze słuchu. Zastąp je pisaniem z pamięci (uczeń zapoznaje się z tekstem, zapamiętuje zdanie, a następnie zakrywa je i pisze z pamięci).

Najlepiej, gdy dziecko zapisuje wypowiedź pisemną w brudnopisie.

Po omówieniu z rodzicem przepisuje pracę do zeszytu, a rodzic jeszcze raz sprawdza jej poprawność.

Jeśli Twoje dziecko jest leworęczne, zadbaj, by miało swobodę ruchów i odpowiednio ułożony zeszyt.

Jak nauczyć dziecko dostrzegać własne błędy?

Uczeń z dysleksją może wypracować nawyk autokorekty. Rodzic nie powinien go wyręczać w poszukiwaniu błędów.

Krótki, lecz codzienny trening w pisaniu, po którym nastąpi sprawdzenie poprawności, przyniesie spodziewane rezultaty. Jednakże nie należy zaprzestawać ćwiczeń nawet wtedy, gdy wydaje się, że ustąpiły symptomy typowe dla dysleksji. Ukierunkowana pra-

ca terapeutyczna musi być kontynuowana przez cały okres nauki. Uczniowie, którzy przestają pracować, mogą spodziewać się wzmożonego nawrotu trudności. Nie ma bowiem szybkiego sposobu na przezwyciężenie specyficznych trudności w nauce.

Pamiętajmy, że czytania można się nauczyć tylko przez codzienne czytanie, a pisania można się nauczyć, ćwicząc codziennie pisanie.

Pismo o cechach dysgrafii jest niekształtne i niewyraźne. Litery mają różną wielkość i niejednokrotnie wykraczają poza liniaturę zeszytu. Brak płynności w pisaniu sprawia, że odstępy między literami są niejednakowe i często nie ma między nimi połączeń.

Zdarza się, że przyczyną dysgrafii jest nawyk nieprawidłowego trzymania długopisu czy ołówka. Aby skorygować tę wadę, należy użyć specjalnej nasadki, która eliminuje nieprawidłowy uchwyt, łagodząc tym samym silne napięcie mięśni ręki towarzyszące pisaniu.

Przyczyną pisma dysgraficznego może być również zbyt słaby lub zbyt silny nacisk długopisu na kartkę. Aby usprawnić czynności ruchowe ręki, które wiążą się z pisanem, dziecko powinno wykonywać

ćwiczenia angażujące dłonie i palce, na przykład wyjmować z ciepłej wody drobne przedmioty, myć naczynia, prać ręcznie, zwinąć sznurek w kłębek, nawlekać korale na żyłkę czy składać origami.

Kolejny etap ćwiczeń to rysowanie po śladzie, pisanie ruchem płynnym bez odrywania ręki, pogrubianie konturów rysunków itp. Bardzo wskazana dla dzieci w wieku przedszkolnym i pierwszoklasistów jest Metoda Dobrego Startu (Bogdanowicz 1999), w której dzieci usprawniają motorykę rąk oraz współdziałanie wzroku i ruchu. Warto pamiętać, że ręka dziecka dysgraficznego męczy się szybciej niż przeciętnie. Jednorazowo nie powinno ono wykonywać zbyt wielu ćwiczeń, ponieważ ich jakość będzie coraz niższa.



Każdy rodzic dziecka z dysleksją może szukać wsparcia w Polskim Towarzystwie Dysleksji.

Organizacją zrzeszającą rodziców dzieci ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się, nauczycieli, pedagogów, psychologów i terapeutów jest Polskie Towarzystwo Dysleksji, którego siedziba główna mieści się w Gdańsku. Organizacja ta jest członkiem Europejskiego Towarzystwa Dysleksji. Posiada obecnie ponad 70 oddziałów na terenie całego kraju, w których można szukać wsparcia i pomocy. Listę oddziałów zamieszczono na końcu broszury.

Opracowała mgr Renata Czabaj

Dysleksja a nadpobudliwość psychoruchowa z zaburzeniami uwagi



Zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD – *Attention Deficyt/Hiperactivity Disorder*) i specyficzne trudności w uczeniu się (dysleksja rozwojowa) to najczęściej diagnozowane zaburzenia rozwojowe wśród dzieci w wieku szkolnym.

Na podstawie danych dotyczących częstości występowania tych zaburzeń szacuje się, że ponad 10% uczniów dotkniętych jest przynajmniej jednym z nich. Badacze zwracają uwagę, że dysleksja rozwojowa i zespół nadpobudliwości psychoruchowej współwystępują tak często, iż nie może to

być jedynie efekt przypadku. Okazuje się, że 25–40% osób z ADHD ma również symptomy dysleksji, a 15–40% osób z dysleksją rozwojową przejawia zachowania charakterystyczne dla ADHD.

Rodzice powinni mieć świadomość tej zależności, by zapewnić dziecku odpowiednią pomoc.

Co to znaczy mieć ADHD?



Wszystkie dzieci pragną poznać świat, uczyć się nowych rzeczy, bawić z rówieśnikami, widzieć uznanie i miłość w oczach dorosłych. Czasami zdarza się, że niektórym dzieciom jest trudniej to osiągnąć. Dlaczego? Aby łatwiej to zrozumieć, spróbujemy posłużyć się opowieścią. Wyobraźmy sobie, że każde dziecko nosi niewidzialny plecak. Ma go zawsze: kiedy idzie do szkoły, pisze klasówkę, bawi się z kolegami, śpi. Do tego plecaka

los wkłada kamienie, dlatego niektórym dzieciom trudniej jest radzić sobie z codziennymi obowiązkami i przyjemnościami. Takim kamieniem może być choroba (np. astma) lub rozwód rodziców. Takim kamieniem jest też zespół nadpobudliwości psychoruchowej: nadmierna aktywność ruchowa, kłopoty z impulsywnością i zaburzenia koncentracji uwagi to olbrzymi bagaż, który każdego dnia niesie w plecaku dziecko nadpobudliwe.

Nieleczone lub nierozpoznane ADHD jest obciążeniem, które może złamać linię życiową dziecka.



Nadpobudliwość psychoruchowa z zaburzeniami uwagi (ADHD)

O ADHD mówimy, gdy objawy znacznie utrudniają dziecku życie i stają się źródłem problemów w domu lub szkole.

By móc rozpoznać ADHD, konieczne jest stwierdzenie objawów:

- zaburzeń koncentracji uwagi,
- nadruchliwości,
- nadmiernej impulsywności.

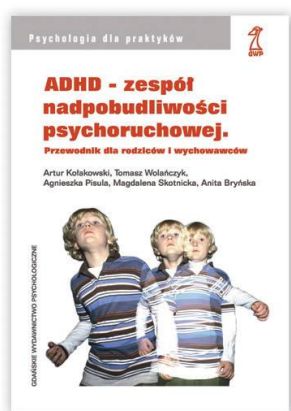
Czy ADHD jest chorobą? Dlaczego często mówi się o zespole nadpobudliwości psychoruchowej jako zaburzeniu rozwojowym? Jeśli u mojego dziecka lekarz lub psycholog rozpoznają ADHD, to czy jest ono normalne? Takie pytania często pojawiają się w czasie rozmów z rodzicami.

Zacznijmy od tego, że – w dużym uproszczeniu – ADHD można sprowadzić do odmiennej pracy mózgu. Takiej, która uniemożliwia dziecku skuteczne kontrolowanie zachowań, a więc także kontrolowanie uwagi, ruchów i emocji.

Uważa się obecnie, że zespół nadpobudliwości psychoruchowej jest zbiorem cech dziecka, które ujawniają się już przed siódmym rokiem życia. U osoby z rozpoznaniem ADHD obserwujemy **pewien wzór zachowania**. Dzieci z ADHD są zawsze lub prawie zawsze nieuważne, impulsywne i nadruchliwe. W zależności od wymagań i tolerancji otoczenia powyższe objawy mniej lub bardziej przeszkadzają i utrudniają życie dziecku, a także otaczającym je dorosłym oraz rówieśnikom.



Wśród lekarzy i psychologów od lat toczy się dyskusja, czy ADHD jest chorobą czy zaburzeniem rozwojowym. Wielu specjalistów woli myśleć o ADHD w kategorii zaburzeń. Obraz nadpobudliwości zmienia się wraz z wiekiem dziecka. Część osób całkowicie z niej wyrasta, u około 50% pozostają tylko pojedyncze objawy zespołu, a jedynie 5% dorosłych ma nadal pełnoobjawowe ADHD. Osobie nadpobudliwej żyje się trudniej, musi ona często korzystać z pomocy innych – jednak dzięki wysiłkowi otoczenia i własnemu może żyć godnie i osiągać sukcesy.



Dzieci z ADHD odbierają świat prawidłowo, choć szybciej i chaotyczniej, często pomijając istotne dla innych szczegóły. Mają jedynie kłopoty z koncentracją, nadmierną ruchliwością i nadmierną impulsywnością.

Dekalog rodzica nadpobudliwego dziecka



- Zaakceptuj objawy nadpobudliwości u dziecka, a czasem może i u siebie.
- Trudne sytuacje, jakie się zdarzają, zazwyczaj nie są winą ani Twojego dziecka, ani Twoją.
- Rodzice są jednością, prezentują jednakowy system zasad i konsekwencji. Decyzja jednego z rodziców jest wspierana przez drugiego.
- Rodzic jest adwokatem swojego nadpobudliwego dziecka – nie prokuratorem. Broni go na zewnątrz w sytuacjach społecznych, w szkole, na przyjęciu.
- Chroń siebie. Ważne, abyś stawiał sobie realne wymagania, był dostępny dla dziecka, ale nie zapominał o czasie i przyjemnościach dla siebie.
- Zapomnij o perfekcji. Dom rzadko będzie nieskazitelny i idealny, dlatego nie warto się tym martwić.
- Naucz się upraszczać na wielu różnych poziomach. Komunikaty kierowane do dziecka muszą być proste i jasne. Bezpiecznie jest zrezygnować ze szczegółów.
- Kiedy potrzeba, daj wsparcie i pomoc dziecku, w sposób adekwatny do jego potrzeb, nie nazbyt opiekuńczy ani nie nazbyt szorstki. Pozwól dziecku wykonać coś samodzielnie, choć sam zrobiłbyś to dużo szybciej.
- W trudnych chwilach szukaj wsparcia u osób, które Cię wysłuchają (w rodzinie, wśród znajomych, u rodziców dzieci z ADHD czy w Internecie).
- Nie narzekaj, zawsze szukaj dobrych stron sytuacji, dostrzegaj zalety i pozytywne zachowania dziecka oraz swoje sukcesy.

Diagnoza ADHD

Podstawą postawienia diagnozy ADHD są relacje rodziców i nauczycieli, czyli osób, które obserwują zachowanie dzieci w ich naturalnym środowisku. Tę wiedzę powinien zebrać lekarz lub psycholog diagnozujący dziecko.

Aby zdiagnozować ADHD, należy potwierdzić, że objawy występują co najmniej w dwóch środowiskach, w których funkcjonuje dziecko.

Ostateczna diagnoza jest wynikiem współpracy psychologa i lekarza (psychiatry dziecięcego lub neurologa). Najprościej jest, gdy rodzic uda się w pierwszej kolejności do poradni psychologiczno-pedagogicznej, gdzie uzyska poradę dotyczącą dalszego postępowania.

Opracowano na podstawie publikacji *ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej. Przewodnik dla rodziców* (Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006) i innych źródeł.





Warto korzystać z gotowych pomocy terapeutycznych.

Praca z dzieckiem dyslektycznym polega na usprawnianiu funkcji uczestniczących w czynności czytania i pisania: wzrokowo-przestrzennych, słuchowo-językowych, motorycznych. Dlatego istotne jest, by w zestawie ćwiczeń do jednorazowego wykonania znalazły się różne ich typy, rozwijające wszystkie wymienione funkcje.

Równocześnie z usprawnianiem funkcji poznawczych rozwijamy umiejętność czytania: technikę i rozumienie czytanej treści, oraz umiejętność pisania: poprawność ortograficzną i wygląd graficzny.

Samodzielne przygotowanie przez rodzica zestawów ćwiczeń uwzględniających wszystkie wymienione aspekty jest trudne, gdyż wymaga specjalistycznej wiedzy z tego zakresu. Dlatego warto używać gotowych pomocy, przygotowanych przez specjalistów terapii dysleksji, które będą stanowiły podstawę codziennej pracy z dzieckiem. Dzięki temu zyskamy pewność, że dziecko pracuje na właściwie dobranym materiale ćwiczeniowym, oraz zaoszczędzimy czas i wysiłek włożony w samodzielne poszukiwanie odpowiednich zadań. Zwiększymy też szanse dziecka na lepsze wyniki w nauce w krótszym czasie, pamiętając jednak o zasadzie **systematycznej pracy**.

Powyższe założenia w pełny sposób realizuje Program Edukacyjno-Terapeutyczny ORTOGRAFFITI, który doskonale nadaje się do samodzielnej pracy dziecka w domu pod kierunkiem rodzica.

ORTOGRAFFITI

Program rekomendowany przez



Polskie
Towarzystwo
Dysleksji

Uczniom klas IV–VI polecamy ośmioczęściową serię **ORTOGRAFFITI** zawierającą materiał ćwiczeniowy rozplanowany na trzy lata.



Oto przykładowe strony jednego z zeszytów serii.

Piktogramy wskazują, które funkcje są doskonalone podczas rozwiązywania ćwiczeń.

Ćwiczenia zawarte w jednym bloku są przeznaczone do wykonania w ciągu jednego tygodnia.

Ćwiczenie 9

a) Pokoloruj na brązowo pola z wyrazami pisanymi przez „ó”, „rz”, „ż”, „ch” lub „h” wymienne.

ogórek chór mózg maź żonki
rzeka zółw chór chata
hiero hasło żółw bohomaz druhy
kur kółko wójt wójt wójt wójt
poducha śnieżek wahadło wójt wójt
jeź atarzec bierzce karta aloj/óra
kurcz biurza puchowy

b) Wpisz litery w odpowiednie miejsca w liniaturze. Czy podpis zgadza się z obrazkiem otrzymanym w ćwiczeniu 9a?

Ćwiczenie 10

Rysuj oburącz po śladzie koła rowerowe.

Otwórz się okna w sali i przygotujcie rozgrzewkę rowerzysty: po dziesięć przysiadów, skłonów i podskoków. Na koniec: zrobicie krótką przebieżkę w miejscu.

Ćwiczenie 11

Wybierz przedmioty, które stanowią ekwipunek kolarza.

Ćwiczenie 12

W zakończeniach podanych wyrazów brakuje liter. Dopisz je zgodnie z pozornymi zasadami pisowni.
Uwaga! Wśród wyrazów ukryte się wyjątki.

ban...wni druka... serdu...zko sur...wka gro... kup...je tale...
bominia... dru... szac...nek harc mist... pia... zmierz...
sk...wka piernik...w muze...m lekcja... stróż...ją kakaad...

Ćwiczenie 13

a) Przyjrzyj się uważnie kartkom, starając się zapamiętać liczby i wyrazy.

sznurówka 16	mistrzostwach 0	hamulec 63	ekwipunek 3
pedalują 7	kół 19	szprychy 78	rowerzysta 81

Dużym udogodnieniem, systematyzującym pracę dziecka, jest pogrupowanie ćwiczeń w jednostki zwane blokami, które dodatkowo wyróżniono kolorami. Dzięki temu łatwo jest planować pracę dziecka i kontrolować jej wyniki.

Równoczesne rysowanie obiema rękami znakomicie rozwija koordynację wzrokowo-ruchową i wpływa na uaktywnienie obu półkul mózgowych.

Ogromna różnorodność ćwiczeń nie tylko sprzyja rozwijaniu różnych umiejętności i usprawnianiu funkcji poznawczych, ale również pobudza ciekawość i motywację do dalszej pracy.

Warto zwrócić uwagę również na kolorowe nakładki ułatwiające czytanie, dołączane do zeszytów ORTOGRAFFITI. Jest to znakomita pomoc dydaktyczna, będąca nowością w Polsce, a stosowana już od lat w wielu krajach Europy.

Dlaczego warto używać kolorowej nakładki?



Nakładka ułatwia szybszy i bardziej komfortowy odbiór tekstu dzięki kolorowemu filtrowi, który redukuje kontrast między tłem a drukiem.



Podkreślacz wbudowany w nakładkę pomaga w koncentracji na tekście i zapobiega przeskakiwaniu wzrokiem między wierszami.



Gimnazjalistom i uczniom szkół ponadgimnazjalnych polecamy jedenaściościową serię ORTOGRAFFITI.

„[...] nie jest to jeszcze jeden zeszyt ćwiczeń z zakresu ortografii, lecz system ćwiczeń integrujących wspomaganie rozwoju psychomotorycznego, a zwłaszcza funkcji uczestniczących w czytaniu i pisaniu, z ćwiczeniami umiejętności szkolnych”.

Prof. zw. dr hab.
M. Bogdanowicz

Dysleksja w starszym wieku szkolnym objawia się głównie robieniem błędów ortograficznych pomimo znajomości zasad i pracy nad problemem, dlatego **zeszyty ORTOGRAFFITI** przede wszystkim służą kształceniu umiejętności poprawnego pisania, a poza tym doskonałą czytanie ze zrozumieniem i sprawność grafomotoryczną. Umiejętności te rozwijane są w połączeniu z usprawnianiem wszystkich funkcji poznawczych.

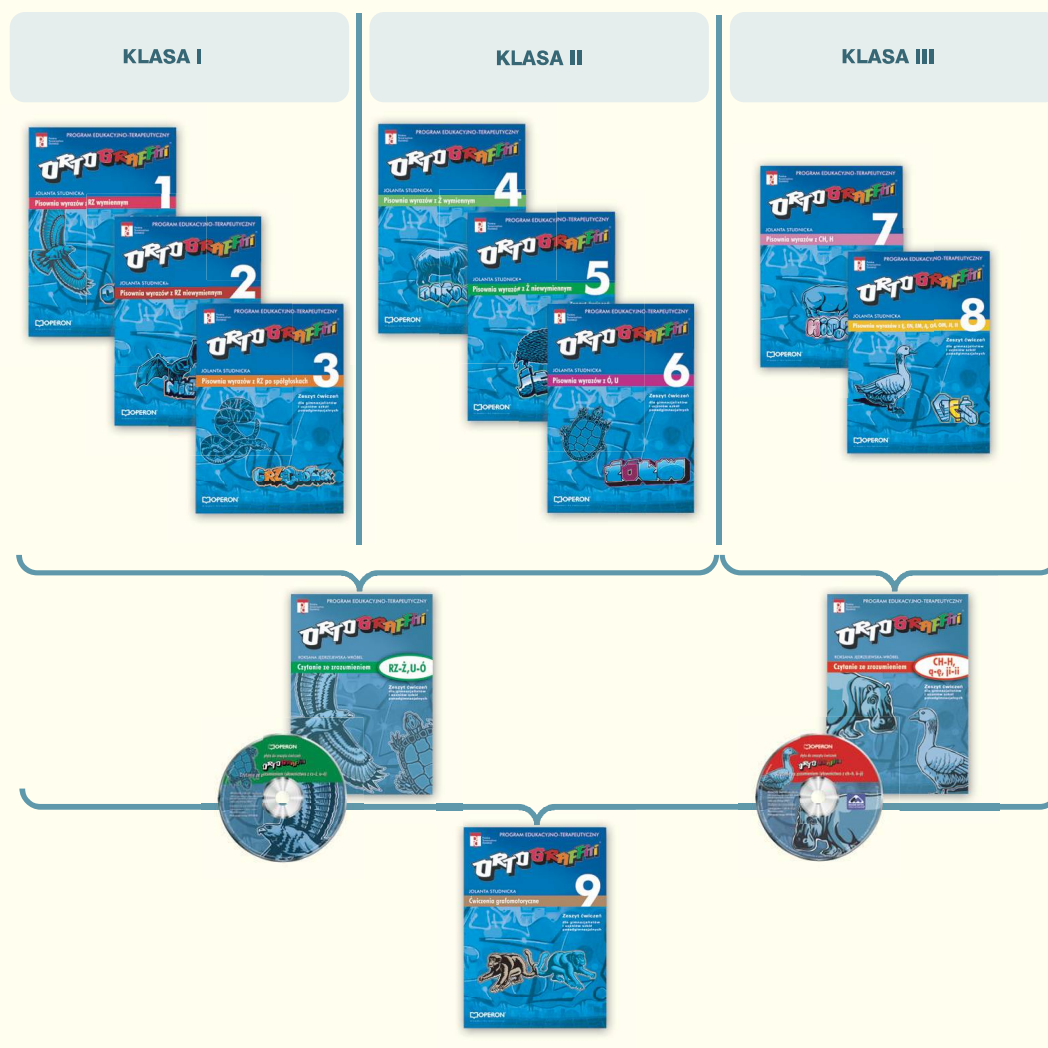
Aby skłonić dziecko do systematycznego wykonywania ćwiczeń, do każdego zeszytu dołączono kartę pracy, w której samodzielnie odnotowuje ono wykonanie zadania. Karta wyrabia nawyk samodyscypliny i autokorekty, a rodzicom zaoszczędza czas, który musieliby przeznaczyć na szczegółowe sprawdzenie poprawności wykonywanych ćwiczeń.

Wartość terapeutyczną publikacji znacznie podnoszą dołączone płyty CD, na których nagrano ćwiczenia rozwijające wrażliwość słuchową, słuch fonemowy i pamięć słuchową.

Rozwijanie
umiejętności
poprawnego
pisania

Kształcenie
umiejętności
czytania ze
zrozumieniem

Ćwiczenie
sprawności
grafomotorycznej



Książki z serii ORTOGRAFFITI można zamówić bezpośrednio w Wydawnictwie Pedagogicznym OPERON, ul. Hutnicza 3, 81-212 Gdynia, tel. 058 679 00 00, www.ortograffiti.pl, lub zakupić w księgarniach. Adresy wybranych księgarni znajdują się na końcu poradnika.

Gry doskonale wspierają terapię i podnoszą jej atrakcyjność.



W procesie terapii dziecka z dysleksją niezwykle istotna jest różnorodność form pracy. Korzystanie z rozmaitych pomocy wyzwała aktywność dziecka, zachęca do dalszego wysiłku i tym samym przynosi lepsze wyniki. Dlatego warto włączyć do pracy także gry.

Jeśli dziecko ma trudności z poprawnym pisaniem, popełnia dużo błędów ortograficznych, warto skorzystać z gry *Karty ortomagiczne*. Umożliwia ona zapamiętanie trudnych ortograficznie wyrazów. Dzieje się tak wskutek zaangażowania w proces zapamiętywania wielu zmysłów równocześnie (uczenie polisensoryczne), co znacznie go usprawnia.

Uczenie polisensoryczne przynosi największe efekty w nauczaniu dzieci dyslektycznych – warto o tym pamiętać!

ZESTAW ZAWIERA:



karty przedstawiające zapis wyrazu połączony z jego ilustracją (144 karty, czyli po 24 na każdą trudność ortograficzną: ó, u, ż, rz, h, ch)



paski z wyrazami (tymi samymi, co na kartach) do pisania palcem po śladzie (144 paski)



instrukcję ze szczegółowym opisem proponowanych gier i zabaw z użyciem kart



Karty ortomagiczne niedługo również w postaci gry komputerowej.



Wspólne czytanie stanowi wsparcie w pracy terapeutycznej.

Dzieci z dysleksją czy ADHD często doświadczają negatywnych emocji. Wiąże się to z trudnościami szkolnymi, a co za tym idzie – negatywną reakcją nauczycieli i rodziców na złe oceny i niepowodzenia w nauce. Wpływa to na obniżenie poczucia własnej wartości u dziecka. Dlatego warto sięgnąć po lekturę, dzięki której możemy pomóc dziecku w zrozumieniu doświadczanych przez nie emocji.



Seria
Bezpieczne Dziecko



Seria *Bezpieczne Dziecko* jest pomocna dzieciom z syndromem ADHD. Ich cechą często jest działanie impulsywne, bez zastanowienia nad tym, co wolno, a czego nie. Z tego powodu mogą angażować się w działania niebezpieczne. Warto poświęcić czas na to, aby przez ciekawą lekturę uświadomić dziecku zagrożenia, jakie mogą na niego czyhać na podwórku czy na ulicy. Seria *Bezpieczne Dziecko* uczy bezpiecznego zachowania (*Czy mogę pogłaskać psa?*, *Jak przechodzić przez ulicę?*, *Powiedz komuś!*).

GWP dla Dzieci to wybór wspaniałych książek, które pomagają w wychowaniu. Rodzicom dzieci z dysleksją lub ADHD przyda się zwłaszcza seria bajek, obejmująca pięć książek poświęconych uczuciom: złości, strachu, wstydu, zazdrości i smutku. Na końcu każdej książeczki znajduje się „instrukcja obsługi”

danej emocji. Dzięki niej dziecko będzie umiało zrozumieć, jak powstaje dane uczucie, skąd się bierze i jak sobie z nim radzić. Książki z tej serii powstały też z myślą o rodzicach, aby odpowiedzieć im, jak rozmawiać ze swoimi dziećmi o tym, co przeżywają.



Jak rozpoznać uczucie zazdrości i nauczyć się je akceptować?



Co robić, gdy pojawia się uczucie wstydu?



Jak ośwoić strach, a także nauczyć się „nie bać się bać”?



Jak pomóc dziecku zrozumieć duże i małe smutki? Jak mądrze towarzyszyć mu w trudnych chwilach?

Na początku roku szkolnego 2008/2009 nakładem Gdańskiego Wydawnictwa Psychologicznego ukazały się lektury szkolne specjalnie przystosowane do potrzeb uczniów dyslektycznych, polecane przez Polskie Towarzystwo Dysleksji.

- ➔ W tekście zachowane są kolejność wydarzeń i język oryginału.
- ➔ Trudne wyrazy zostały objaśnione.
- ➔ Wielkość i krój czcionki oraz układ tekstu na stronie dostosowano do możliwości i potrzeb uczniów dyslektycznych.

Wśród tych lektur znajdują się tytuły: *Krzyżacy*, *Szyfrowe prace*, *W pustyni i w puszczy*, *O krasnoludkach i o sierotce Marysi*. Czytanie specjalnie opracowanych lektur pozwoli dziecku uniknąć wielu szkolnych stresów, a także zachęci je do czytania książek w przyszłości.

Więcej książek dla dzieci znajdziesz na www.gwp.pl

„Jeżeli martwicie się tym, że Wasze dzieci nie chcą czytać, unikają „grubych książek”, a lektury znają głównie z opracowań – proponujemy nowe rozwiązanie: **lektury dla tych, którym czytanie sprawia trudności**”.

Prof. zw. dr hab.
M. Bogdanowicz



Terapię pedagogiczną można wspierać odpowiednią dietą.

Dzieci preferują niezbyt zdrowe odżywianie i mają za mało ruchu, co niekorzystnie wpływa na ich rozwój. Niedobory niektórych składników pokarmowych, niewłaściwy styl życia wpływają nie tylko na rozwój fizyczny, ale i umysłowy dziecka. Może to obniżać skuteczność uczenia się dzieci, co nie oznacza, że są mniej zdolne.

Dobrym sposobem na poprawę koncentracji, pamięci i zdolności uczenia się jest uzupełnianie codziennej diety w odpowiednie kwasy tłuszczowe. Chodzi tu o **niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe (NNKT)** z rodziny Omega-3 oraz Omega-6. Mimo ważnej roli, jaką te kwasy pełnią w naszym organizmie, nie są one wytwarzane przez ludzki organizm. Dlatego właśnie powinny być dostarczane w pokarmie.



Galomega Formuła IQ

to preparat przeznaczony do uzupełniania codziennej diety składnikami zawartymi w oleju rybim – kwasy tłuszczowe EPA, DHA i GLA z rodziny Omega-3 i Omega-6.



Kwasy Omega-3 stanowią budulec tkanki mózgowej, dlatego ich obecność jest ważnym czynnikiem rozwoju mózgu i zachowania sprawności umysłowej aż do późnego wieku. Korzystnie wpływają na układ naczyniowy i podnoszą odporność organizmu. Bogatym źródłem tych kwasów są ryby morskie, a także oleje roślinne.

Kwasy Omega-6 wraz z kwasami Omega-3 pełnią kluczową rolę w regulowaniu funkcjonowania mózgu oraz zapewniają normalny wzrost i rozwój: ich obecność jest konieczna do utrzymania prawidłowego rozwoju układu kostnego, regulacji metabolizmu, stymulowania wzrostu skóry i włosów oraz utrzymywania zdolności rozrodczych. Bogate w kwasy Omega-6 są między innymi oleje z ogórecznika i wiesiołka.

Skuteczność preparatu Galomega Formuła IQ została potwierdzona w badaniach klinicznych.

Wyniki i obserwacje poczynione w trakcie badań potwierdziły wysoką skuteczność preparatu. Wykazano, że u uczestniczących w badaniach uczniów – których dieta przez trzy miesiące była wzbogacana przez podawanie NNKT – nastąpiła znacząca poprawa koncentracji uwagi, szybkości uczenia się i zachowania. Zaobserwowano też wzrost aktywności uczniów w czasie zajęć szkolnych, zmniejszenie nadpobudliwości, a nawet poprawę charakteru pisma. Spostrzeżenia z obserwacji niektórych uczniów z okresu przed rozpoczęciem i po zakończeniu badań przedstawione są w tabeli poniżej.

Spostrzeżenia nauczycieli ze szkół podstawowych i gimnazjów na podstawie zebranych ankiet

Pierwszy semestr (bez podawania preparatu Galomega Formuła IQ)

Rozkojarzona, pracowita, niespokojna, nadpobudliwa.

Szybko się załamuje, płacze w przypadku niepowodzeń.

Bardzo rozkojarzona, ciągle rozmawia na lekcjach, popełnia liczne błędy w pisaniu i liczeniu.

Pracuje często nieuważnie, boi się wyznań, jest niepewna swoich działań.

Zachowanie dobre.

Uczeń nadpobudliwy.

Uczeń nadpobudliwy.

Uczeń nadpobudliwy.

Uczeń miał sprawowanie nieodpowiednie.

Drugi semestr (podawano preparat Galomega Formuła IQ)

Zaangażowana, ambitna, pracowita, bardziej ułożona, zważa na słowa, potrafi przeprosić.

Bardziej wytrwała, mniej płacziwy, otwarty, chętny do współpracy.

Stała się bardziej spokojna, skoncentrowana, skupiona na zajęciach, znacznie się poprawiła w pisaniu (bezbłędny zapis).

Częściej zgłasza się do wypowiedzi, samodzielnie rozpoczęła rozwiązywanie złożonych zadań.

Zachowanie wzorowe.

Wyciszył się.

Uczeń spokojniejszy.

Uczeń spokojniejszy, bardziej skoncentrowany.

Obecnie uczeń ma sprawowanie wzorowe.

U dzieci przyjmujących preparat **Galomega Formuła IQ** nastąpiła poprawa koncentracji uwagi, pamięci wzrokowo-słuchowej, szybkości zapamiętywania i uczenia się. Zaobserwowano również zmniejszenie nadpobudliwości psychoruchowej u badanych.

Na uwagę zasługuje również fakt poprawy średniej ocen uzyskanych w drugim semestrze nauki (w którym prowadzono badania) w porównaniu do pierwszego semestru. Lepsze wyniki testów przeprowadzonych po zakończeniu badania w porównaniu do wyników uzyskanych przed rozpoczęciem testu pozwalają na stwierdzenie, że uzupełnianie diety preparatem **Galomega Formuła IQ** ma pozytywny wpływ na rozwój i dyspozycję psychofizyczną dzieci i młodzieży szkolnej. Jednocześnie w trakcie badań nie zaobserwowano jakichkolwiek niepożądanych zdarzeń, które miałyby związek z podawaniem badanego preparatu.

Oddziały Polskiego Towarzystwa Dysleksji

1. AUGUSTOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 78, ul. Nowomiejska 41,
16-300 Augustów, Gimnazjum nr 2

2. BIAŁOGARDZKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 32 ul. Dworcowa 2, 78-200 Białogard,
PPP, tel. 094 312 25 96

3. BIAŁOSTOCKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 21, ul. Świętojańska 22, lok. 1,
15-082 Białystok, tel. 085 740 64 10, faks 732 82 20

4. ODDZIAŁ PTD W BIAŁOŚLIWIU

Oddział Terenowy Nr 85, Os. Leśne 47, 89-340 Białosławie
tel. 0 694 945 495

5. ODDZIAŁ PTD W BIELSKU-BIAŁYM

Oddział Terenowy nr 64, ul. Słowackiego 45, 43-300 Bielsko-Biała, PPP nr 3,
tel. 033 812 57 69

6. ODDZIAŁ PTD W BOLSZEWIE

Oddział Terenowy nr 73, ul. B. Prusa 19, 84-239 Bolszewo

7. BRODNICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 41, ul. 3 Maja 2, 87-300 Brodnica,
Szkoła Podstawowa nr 1, tel. 056 498 23 43,
http://www.republika.pl/ptd_brodnica41, e-mail: b.rochon@wp.pl

8. BYDGOSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 47, ul. Kromera 11, 85-792 Bydgoszcz, Zespół Szkół nr 28,
tel./faks 052 344 18 18 wew. 37

9. BYTOMSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 68, ul. Chrzanowskiego 19/2, 41-902 Bytom, Niepubliczna PPP
przy Polskim Stowarzyszeniu Psychologów Praktyków, tel./faks 032 281 43 60,
tel. 032 280 14 46, e-mail: PPPP@polbox.com

10. BYTOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 52, ul. Miła 26 A, 77-100 Bytów,
Szkoła Podstawowa nr 5

11. ODDZIAŁ PTD W CHEŁMNIE

Oddział Terenowy nr 75, ul. Słowackiego 3, 86-200 Chełmno, PPP,
tel./faks 056 686 34 29

12. ODDZIAŁ PTD W CHOJNICACH

Oddział Terenowy nr 61, ul. Dworcowa 6, 89-620 Chojnice, Szkoła Podstawowa nr 3,
tel. 052 397 49 66

13. CHRZANOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 48, ul. Osiedle ZWM, 32-540 Trzebinia, Gimnazjum nr 3,
tel. 032 612 16 17

14. CZĘSTOCHOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 5, ul. Kosmowskiej 5, 42-200 Częstochowa, PPP nr 2,
tel. 034 362 24 24

15. GDAŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 70, ul. Kościuszki 8b, 80-451 Gdańsk, PPP nr 7, tel. 058 341 06 97

16. GDYŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 27, ul. Kcyńska 6, 81-005 Gdynia, Przedszkole Samorządowe nr 32,
tel. 058 623 63 43, e-mail: ps32@interia.pl

17. ODDZIAŁ PTD W GIŻYCKU

Oddział Terenowy nr 60, ul. Wodociągowa 8, 11-500 Giżycko, Szkoła Podstawowa nr 7,
tel. 087 428 90 60,
e-mail: e_kowalczyk@poczta.onet.pl

18. GLIWICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 63, ul. Jagiellońska 21, 44-100 Gliwice, Centrum Organizacji
Pozarządowych, tel. 087 428 90 60

19. ODDZIAŁ PTD W GŁOGOWIE

Oddział Terenowy nr 56, ul. C.K. Norwida 3, 67-200 Głogów,
Powiatowe Centrum Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego i Doskonalenia
Nauczycieli, tel. 076 833 32 93

20. GORZOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 20, ul. Władysława Łokietka 23, 66-400 Gorzów Wielkopolski,
Wojewódzki Ośrodek Metodyczny, tel. 095 721 61 16

21. ODDZIAŁ PTD W GORZYCACH

Oddział Terenowy nr 67, ul. Raciborska 55, 44-350 Gorzyce, Gimnazjum w Gorzycach,
tel. 032 453 00 83

22. GOSTYŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 35, ul. Poznańska 200, 63-800 Gostyń, PPP,
tel. 065 572 31 77, 572 06 97

23. ODDZIAŁ PTD W GRUDZIĄDZU

Oddział Terenowy nr 55, ul. Korczaka 23A, 86-300 Grudziądz, PPP,
tel. 056 464 48 05, faks 464 48 06

24. ODDZIAŁ PTD W INOWROCŁAWIU

Oddział Terenowy nr 80, ul. Bolesława Krzywoustego 15, 88-100 Inowrocław,
Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka

25. ODDZIAŁ PTD W JASTARNI

Oddział Terenowy nr 74, ul. Stelmaszczyka 4, 84-140 Jastarnia, Szkoła Podstawowa,
tel. 058 675 20 40

26. JELENIOGÓRSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 7, ul. 1 Maja 43, 58-500 Jelenia Góra, Dolnośląski Ośrodek
Doskonalenia Nauczycieli, tel. 075 642 33 28, <http://dysleksja.DODN.wroc.pl>

27. KATOWICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 15, ul. Sokolska 26, 40-086 Katowice, PPP, tel. 032 259 95 86

28. KATOWICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 40, ul. Drozdów 11, 40-530 Katowice, Regionalny Ośrodek
Metodyczno-Edukacyjny „Metis”, tel. 032 251 89 54, 209 53 12

29. KIELECKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 30, ul. Krakowska 11, 25-029 Kielce, Akademia Świętokrzyska,
tel. 041 361 99 33 wew. 32

30. KLUCZBORSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 83, ul. Konopnickiej 17, 46-200 Kluczbork, Publiczna Szkoła
Podstawowa nr 5; tel. 077 418 17 66 wew. 38, 418 11 56

31. ODDZIAŁ PTD W KŁODZKU

Oddział Terenowy nr 79, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1, 57-300 Kłodzko,
Poradnia Rodzinna, tel. 094 352 33 82

32. ODDZIAŁ PTD W KOŁOBRZEGU

Oddział Terenowy nr 69, ul. Portowa 37, 78-00 Kołobrzeg, Zespół Szkół nr 1,
tel. 094 355 33 82

33. ODDZIAŁ PTD W KOŚCIANIE

Oddział Terenowy nr 72, ul. Kościelna 5a, 64-000 Kościan, PPP, tel. 065 512 17 60

34. KRAKOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 3, ul. Garbarska 1, 31-131 Kraków, Małopolski Ośrodek
Doskonalenia Nauczycieli, tel. 012 643 16 75, faks 427 01 93,
<http://dysleksja-krakow.interia.pl>, e-mail: dysleksja_krakow@interia.pl

35. KRAKOWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 81, ul. Czerwińskiego 16, 30-019 Kraków, Gimnazjum nr 14,
tel. 012 637 58 04

36. LEGNICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 76, ul. Wrocławska 183A, 59-220 Legnica, PPP nr 1,
tel./faks 076 854 68 43, 854 68 48

37. LEGNICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 82, ul. Złotyjska 87, 59-220 Legnica, Niepubliczna Poradnia
Specjalistyczna Psychologiczno-Pedagogiczna, tel. 076 721 69 66, 0 509 707 805

38. LUBELSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 4, pl. Litewski 5, 20-080 Lublin, Instytut Psychologii UMCS,
tel. 081 532 41 17

39. ODDZIAŁ PTD W LUBINIE

Oddział Terenowy nr 77, ul. Odrodzenia 34, 59-300 Lubin,
Ośrodek Psychologiczno-Pedagogiczny „GAJA”, tel. 076 746 67 42

40. ODDZIAŁ PTD W ŁAŃCUCIE

Oddział Terenowy nr 46, ul. A. Mickiewicza 3, 37-100 Łañcut, PPP, tel. 017 225 33 07

41. ODDZIAŁ PTD W ŁOBZIE

Oddział Terenowy nr 45, ul. J. Bema 27, 73-150 Łobez, PPP, tel. 091 397 41 62

42. ŁOMŻYŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 39, ul. Szosa Zambrowska 1/27,
18-400 Łomża, PPP nr 1, tel. 086 215 69 47

43. ŁÓDZKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 14, pl. Komuny Paryskiej 6, 90-007 Łódź,
tel. 042 639 92 85, e-mail: twejner@epf.pl

44. ODDZIAŁ PTD W MALBORKU

Oddział Terenowy nr 65, pl. G. Narutowicza 15, 82-200 Malbork,
Szkoła Podstawowa nr 9, tel. 055 272 22 53

45. MŁAWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 33, ul. G. Narutowicza 19/8 m 23, 06-500 Mława

46. ODDZIAŁ PTD W NOWYM MIEŚCIE LUBAWSKIM

Oddział Terenowy nr 53, ul. Grunwaldzka 35, 13-300 Nowe Miasto Lubawskie,
Zarząd Miejski Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, tel. 056 474 28 55

47. NYSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 13, ul. F. Chopina 4, 48-300 Nysa, PPP,
tel. 077 409 39 15

48. ODDZIAŁ PTD W OLECKU

Oddział Terenowy Nr 86, ul. Zamkowa 2, 19-400 Olecko,
PPP w Olecku, tel. 087 523 93 38

49. OLSZTYŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 8, ul. Kopernika 45, 10-512 Olsztyn, PPP nr 1, tel. 089 527 20 03

50. ODDZIAŁ PTD W OPOCZNE

Oddział Terenowy nr 59, ul. Armii Krajowej 2, 26-300 Opoczno, PPP,
tel. 044 755 26 62

51. OPOLSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 36, ul. Kościuszki 14, 45-062 Opole, Zespół Szkół im. Prymasa
Tysiąclecia Stefana Kardynała Wyszyńskiego, tel. 077 454 56 68

52. ODDZIAŁ PTD W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM

Oddział Terenowy nr 88, ul. Kolejowa 17/25, 63-400 Ostrów Wielkopolski,
Placówka Edukacyjna „Kraina Wiedzy”

53. ODDZIAŁ PTD W PŁOCKU

Oddział Terenowy nr 62, Al. Antoniego Roguckiego 1, 09-409 Płock, PPP nr 2,
tel. 024 364 99 01, faks 346 99 02, www.plock.edu.pl/prv/ptd62, e-mail: ptd62@wp.pl

54. POZNAŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 25, os. Jagiellońskie 58/6, 61-238 Poznań, tel. 061 877 15 73

55. ODDZIAŁ PTD W PYRZYCACH

Oddział Terenowy nr 66, ul. Lipiańska 4, 74-200 Pyrzyce, PPP,
tel./faks 091 570 07 44

56. RADOMSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 11, ul. Główna 3, 26-600 Radom, PPP,
tel./faks 048 331 45 10, 0 692 630 711

57. ODDZIAŁ PTD W RAWIE MAZOWIECKIEJ

Oddział Terenowy nr 58, ul. Krakowska 22, 96-200 Rawa Mazowiecka, PPP,
tel. 046 815 46 74

58. RYBNIK – ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 57, ul. Komisji Edukacji Narodowej 29,
44-207 Rybnik, Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 4, tel. 032 424 64 29,
<http://republika.pl/ptd-rybnik>, e-mail: ptd_rybnik@op.pl

59. SŁAWIEŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 50, pl. Sportowy 1, 76-100 Sławno, Gimnazjum Miejskie,
tel. 059 810 47 13

60. SŁUPSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 54, ul. Fabryczna 1, 76-200 Słupsk, PPP, tel. 059 845 60 85,
<http://www.ppslupsk2.akcja.pl/ptd.htm>,
e-mail: ptdslupsk@gazeta.pl

61. STARA ŁUBIANKA – ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 71, ul. Polna 8, 64-970 Piła, Zespół Szkół w Starej Łubiance,
tel. 067 216 01 19

62. SZCZECIŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 23, ul. Jedności Narodowej 42,
70-415 Szczecin, PPP, tel./faks 091 434 71 32,
<http://free.ngo.pl/ptd.szczecin>, e-mail: ptd.szczecin@free.ngo.pl

63. ŚREM – ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 51, ul. J. Piłsudskiego 15, 63-100 Śrem, Szkoła Podstawowa nr 3,
tel. 061 28 28 584, 28 30 055

64. ŚWIDNICKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 49, ul. Pułaskiego 19, 58-100 Świdnica Śląska,
tel. 074 853 39 10, 851 43 21

65. ŚWIDWIN – ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 34, ul. Drawska, 78-300 Świdwin, PPP,
tel. 094 365 23 30

66. TARNOBRZESKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 18, ul. Świętej Barbary 8, 39-400 Tarnobrzeg, PPP,
tel. 015 822 49 48

67. ODDZIAŁ PTD W TOMASZOWIE MAZOWIECKIM

Oddział Terenowy nr 84, ul. Piłsudskiego 37, 97-200 Tomaszów Mazowiecki, PPP

68. TORUŃSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 42, ul. G. Morcinka 13, 87-100 Toruń, filia Gimnazjum nr 21,
tel./faks 056 622 87 80 wew. 20

69. WAŁBRZYSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 2, ul. 11 Listopada 75, 58-300 Wałbrzych, Szkoła Podstawowa nr 22,
tel./faks 074 847 78 04,
www.republika.pl/ptd-walbrzych, e-mail: ptd-walbrzych@op.pl

70. WARSZAWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 1, ul. S. Żeromskiego 14, 01-819 Warszawa, Niepubliczna
Specjalistyczna PPP „Edukacja”, tel. 022 864 20 66, faks 865 14 20,
www.dysleksja.waw.pl, biuro@dysleksja.waw.pl

71. WARSZAWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 10, ul. Radomska 13/21,
02-323 Warszawa, PPP nr 9, e-mail: egolub@w.pl,
tel. 022 822 28 87, 822 07 51

72. WŁOCŁAWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 31, ul. Ogniowa 8/10, 87-800 Włocławek,
<http://ptd.wloclawek.w.interia.pl>, e-mail: ptd.wloclawek@interia.pl, PPP,
tel. 054 411 33 38, 232 59 18

73. WROCŁAWSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 19, ul. Budziszewska 135a,
54-436 Wrocław, Poradnia PTD, tel. 071 373 73 82, 0 609 841 724 Poradnia PTD,
e-mail: beata_graczyk@o2.pl

74. ZAMOJSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 87, ul. Okrzei 24, 22-400 Zamość,
tel. 084 639 56 99, faks 084 639 07 09

75. ZIELONOGÓRSKI ODDZIAŁ PTD

Oddział Terenowy nr 17, ul. S. Wyszyńskiego 101,
65-536 Zielona Góra, Gimnazjum nr 1, tel. 068 326 38 28

Pomoce terapeutyczne przedstawione w poradniku są dostępne w księgarniach na terenie całego kraju. Polecamy wybrane księgarnie, w których znajdą Państwo pełną ofertę tych publikacji.

Bydgoszcz	Księgarnia „Matras”, ul. Gdańska 17	tel. 052 360 09 50
Chodzież	Księgarnia, ul. Rynek 1	tel. 067 282 02 94
Gdańsk	Księgarnia „Edukacja”, al. Grunwaldzka 128	tel. 058 341 51 19
Gdynia	Księgarnia „Biały Kruk”, ul. 10 Lutego 11	tel. 058 620 01 27
Głogów	Księgarnia „Feniks”, al. Wolności 42	tel. 076 835 41 66
Gorzów Wielkopolski	Księgarnia, ul. Matejki 80	tel. 095 722 85 10
Gostyń	Księgarnia „Exlibris”, ul. Kolejowa 32	tel. 065 572 01 63
Grudziądz	Księgarnia „Matras”, ul. Wybickiego 17	tel. 056 462 59 41
Kalisz	Księgarnia Szkolna „Żak”, ul. Rzemieślnicza 6	tel. 062 766 71 55
Konin	„Zaopatrzenie Szkolne”, ul. Chopina 16a	tel. 063 244 82 60
Kraków	Księgarnia „Na Matecznym”, ul. Kamieńskiego 1	tel. 012 266 35 14
Leszno	Księgarnia „Notka”, ul. Rynek 19	tel. 065 529 32 64
Łódź	Księgarnia „Litera”, ul. Piotrkowska 157	tel. 042 637 08 99
Nakło n. Notecią	Księgarnia „Ada”, ul. Dąbrowskiego 9	tel. 0 604 288 998
Nowy Sącz	Księgarnia „Alfabet”, ul. Jagiellońska 5	tel. 018 443 80 57
Nysa	Księgarnia „Omega”, ul. Celna 10/1	tel. 077 448 04 17
Poznań	Księgarnia „Liber”, ul. Kraszewskiego 19	tel. 061 843 14 87
Rybnik	Księgarnia „Orbita”, ul. Rynek 12	tel. 032 423 60 65
Stargard Szczeciński	Księgarnia „Educatio”, ul. Piłsudskiego 26	tel. 091 578 56 00
Szczecin	Księgarnia „Uczniowska”, ul. Jagiellońska 76	tel. 091 484 18 36
Śrem	Księgarnia „Eureka”, ul. Chłapowskiego 33/3	tel. 061 283 91 13
Środa Wielkopolska	Księgarnia „Nowela”, ul. Stary Rynek 13	tel. 061 285 67 52
Tarnobrzeg	Księgarnia „Edukacyjna”, ul. Wyspiańskiego 12	tel. 015 822 94 45
Toruń	Księgarnia „Hobbit”, ul. Szeroka 4	tel. 056 652 14 10
Warszawa	Księgarnia „Wawrzyszewska”, ul. Petöfięgo 3	tel. 022 864 32 49
Wrocław	Księgarnia „Pod Arkadami”, ul. Świdnicka 49	tel. 071 343 42 31
Zielona Góra	„Księgarnia Techniczno-Rolnicza”, ul. Pod Filarami 4	tel. 068 329 92 63



Pozycja bezpłatna dla rodziców dzieci z dysleksją, dostępna w poradniach psychologiczno-pedagogicznych na terenie całego kraju.

o Autorkach:

Marta Bogdanowicz

– psycholog kliniczny dziecięcy, uznany w świecie autorytet z zakresu dysleksji, wiceprzewodnicząca Europejskiego Towarzystwa Dysleksji, inicjatorka powstania Polskiego Towarzystwa Dysleksji i jego honorowa przewodnicząca. Jest autorką ponad 300 publikacji, w tym wielu cenionych pozycji wyjaśniających problem dysleksji i ukazujących sposoby radzenia sobie z nim. Pracę naukową (profesor zwyczajny, dyrektor Instytutu Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego) łączy z pasją pomagania dzieciom i rodzicom zmagającym się z dysleksją.

Renata Czabaj

– pedagog i terapeutka mająca bogate doświadczenie w pracy terapeutycznej z uczniami dyslektycznymi, przewodnicząca Polskiego Towarzystwa Dysleksji. Autorka znanych i cenionych pomocy terapeutycznych. Szkoli pedagogów i psychologów z zakresu diagnozy dysleksji i metodyki pracy terapeutycznej. Od wielu lat dyrektor poradni psychologiczno-pedagogicznej w Gdańsku. Oddana przyjaciółka dzieci z dysleksją i ich rodzin, wspiera również dzieci specjalnej troski.

**Zarząd Główny
Polskiego Towarzystwa Dysleksji**
ul. Pomorska 68, 80-343 Gdańsk
tel. 058 523 43 33
<http://dysleksja.univ.gda.pl>, e-mail: ptd_gdansk@wp.pl