

BALATONFÜREDI FEKETE ISTVÁN ÁLTALÁNOS ISKOLA, EGYMI
8230 Balatonfüred, Iskola u 2.
OM: 201725
email: fekete.istvan.alt.iskola@gmail.com
honlap: fekete-istvan-iskola.webnode.hu
Tel/Fax: 87 343 188
Mobil: 06 30 690 7558
EGYMI: 06 30 224 8871



BALATONFÜREDI
FEKETE ISTVÁN
ÁLTALÁNOS ISKOLA,
EGYMI

Diszlexia, ajánlás többségi pedagógusok számára - avagy – Olvassunk könnyedén!

Összeállította: Tasner Rebeka, utazó gyógypedagógus, logopédus

1. A diszlexia fogalma

A mai többségi oktatás területén egyre gyakrabban hallható a *disz-* kezdetű tanulási zavarok sorozata, így többek közt a diszlexia is, mely az *olvasás zavarát* jelenti köznyelven.

A diszlexia oki magyarázatára a szakirodalomban négyféle megközelítési szempontot találunk:

1. Pedagógiai megközelítés: a diszlexia nem más, mint az iskolai teljesítmény és az intellektuális képességek jelentős differenciája, amelynek háttérében súlyos olvasási zavar áll (Stanovich, 1988).

2. Pszichológiai megközelítés: a diszlexia olyan gyűjtőfogalom, mely az egyes részképességek zavarát jelenti, változatos mértékben vezethetnek súlyos olvasási zavarhoz is (Perfetti, 1985; Adams, 1990; Breznitz, 1989).

3. Logopédiai megközelítés: „a diszlexia viszonyfogalom, diszharmónia a gyermekkel szembeni jogos elvárások (pl.: a gyermek adottságai), az olvasásírástanításra szánt idő és a gyakorlási mennyiség, valamint az eredmény között (Meixner, 1998:3).”

4. A neuropszichológiai megközelítés az intelligencia és az olvasás elsajátításának eltérését emeli ki a definícióban (Csépe, in: Illyés, 2000:241).

A meghatározások mind jól mutatják, hogy mindegyik megközelítés mást tart fontosnak a diszlexiával kapcsolatban, de az összes jól tükrözi, hogy eltérés van az elvárható teljesítmény és a valós teljesítmény között az olvasás területén. Például a gyermek kitűnő matematikából, de olvasni nehezen, vagy egyáltalán nem tanul meg. Azért fontos elkülönítenünk a diszlexiát az enyhén értelmi fogyatékos, gyengén olvasó gyermekektől, mert az értelmi fogyatékoság kizárja a diszlexiát, mivel az csak és

kizárólag normál vagy magas intelligencia szintnél figyelhető meg (lásd: definíciók).

A diszlexia tüneteit Meixner Ildikó (2000) írta le négy csoportra bontva. Ezek a következők:

1. Az olvasás-írásban fellépő tünetek:

- a. Az olvasás hibái: betűtévesztések, betűkihagyások, betűbetoldások, reverziók, elővételezések, perszeverációk, ismétlések, stb.
- b. Az olvasás tempójának lassúsága, c. Szövegértés zavara.

2. A beszéd területén megnyilvánuló tünetek: a diszlexiás gyermekek nyelvileg fejletlenek és elmaradottak, megfigyelhető a megkésett beszédfejlődés is, gyenge a szájterben való tájékozódásuk, szegényes a szókincsük és a mondataalkotásuk, gyenge a szövegemlékezetük.

3. A magatartásban fellépő tünetek: Sokuknál fordul elő beilleszkedési- és magatartászavar.

Dekonzentráltak, fáradékonyak, teljesítményük változó, agresszívak lehetnek, gyakran kompenzálnak, és előfordul a félelemmel teli visszahúzódás is, mint például a szorongás vagy a depresszió.

4. Egyéb tünetek: az esetek nagy részénél fejletlen a ritmusérzék, előfordulhat dominancia zavar, nehezen alakul ki a testsémájuk, a finommotorikájuk fejletlen, rosszul tájékozódnak térben és időben (Meixner, 2000:5-13.).

Az olvasási zavar prevenciója és időben való észrevétele a legfontosabb. Ha megelőzni nem is tudjuk és valami oknál fogva már kialakult, akkor elengedhetetlen, hogy a tanító vagy a közvetlen környezet időben forduljon szakemberhez a probléma mielőbbi kezelése érdekében. A későbbiekben ugyanis az olvasási nehézség a többi tantárgy megértésében is gondot okozhat.

A diszlexia kialakulásának okai közé feltétlenül be kell sorolnunk a nem megfelelő olvasás-tanítási módszert is. A gyerekek egy részének ugyanis nem megfelelő az a fajta tankönyv és olvasástanítási módszer, melyet a többségi általános iskolákban alkalmaznak. Erre nagyon jó példa, hogy a legtöbb ilyen oknál fogva olvasási zavarral küzdő tanuló a későbbiekben a re-educációs módszer segítségével megtanul olvasni.

2. Az olvasás vizsgálata

A diszlexia diagnózis megállapítására a megyei szakértői bizottság jogosult, esetünkben ez a Veszprém Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Tanulási Képességet Vizsgáló, Beszédvizsgáló, Szakértői és Rehabilitációs Bizottság. A bizottsághoz a járási szakszolgálaton keresztül kerül

a gyermek, ahol előzetes vizsgálatokat végeznek, és ezek alapján felmerül az olvasási zavar gyanúja.

A megyei szakértői bizottság vizsgálatát egy ún. Team végzi, mely áll egy orvosból, pszichológusból és egy gyógypedagógusból, logopédusból. Tehát az adott gyermeket komplex vizsgálatnak vetik alá, melynek során figyelembe veszik a szervi, intellektuális, részképességbeli és esetlegesen familiáris eredetű okokat is. A szakmai teamben mindenkinek megvan a saját területe, melyen belül megadott eszközökkel vizsgálják a gyermekeket, tanulókat.

Itt fontos megemlítenem az olvasás vizsgálatának eszközét, melyet Meixner Ildikó fejlesztett ki 2000-ben. Az olvasási vizsgálat a következőképpen zajlik: az ötféle felmérő lap közül a 3-4. osztályosok számára készült az egyik, melynek címe: „Pipitér utca”. A többi felmérő lap pedig ennek a mintájára készült.

A lap öt feladtból és 5x50, vagyis 250 egységből áll:

1. feladat: 50 magánhangzó,
2. feladat: 50 mássalhangzó,
3. feladat: 50 értelmetlen szótag függőlegesen elolvasva,
4. feladat: 50 különböző szó függőlegesen elolvasva,
5. feladat: 50 szóból álló szöveg. Hatodik feladatként a szövegre vonatkozóan hat kérdés található a feladatlap következő oldalán, ezzel vizsgáljuk a megértést.

Fontos, hogy az olvasási vizsgálat soha nem az első feladat a diagnosztizálás folyamatában. Ha a szakértői bizottságokban vizsgálnak, akkor a legalkalmasabb, ha a non-verbális intelligenciateszt után végzik el. Ekkor már nem tart attól a gyermek, hogy a rossz olvasása miatt szégyenkeznie kell, mert jobban megismeri a környezetét és oldottabb lesz a hangulata.

A kapott mennyiségi eredmény alapján állapítják meg a gyermek olvasási szintjét. Diszlexiásnak tekinthető, ha

- az összidő több mint 300 mp;
- az összhiba több mint 20;
- a megértés hibaszáma 5 v. 6 hibapont. Ám ezeket az eredményeket már a gyerekek

elég nagy hányada meghaladta az utóbbi időben, így nemrégiben a tesztet újra sztenderdizálták.

Az országos kutatás eredményei alapján a gyermekek átlag ideje 248 mp, 20 olvasástechnikai hiba és 2 értési hiba, így a megállapítások szerint akkor olvas gyengén a gyermek, ha

- 320 mp-nél hosszabb ideig olvas, - 19-nél több olvasási,

- valamint 3, vagy több értési hibát ejt. Az előző olvasólappal ellentétben az olvasás során ejtett, de javított tévesztéseket is hibának kell számolni (Meixner Alapítvány, 2016; Sipos, 2017).

A hibák minőségi elemzése a foglalkozási irányhoz nyújt segítséget: hogy a gyermek inkább a magánhangzókat vagy a mássalhangzókat téveszti és melyeket; hogy zöngés-zöngétlen hangokat téveszt-e; hogy sok-e a reverziója, stb. (Meixner, 2000:14-17).

3. A diszlexia diagnózisa, szakértői vélemény értelmezése

Miután megtörténtek a vizsgálatok a szakértői bizottság tagjai team-ben megbeszélik a kapott eredményeket és indokolt esetben megállapítják a diszlexiát, melynek BNO kódja F81.0. A diszlexia diagnózisa általában társul a diszgráfia (F81.1.) diagnózissal, mely az írás, helyesírás zavarát jelenti. Érdeemes figyelembe venni, hogy a két diagnózis általában egymásból következik.

Tehát, ha valaki rosszul olvas (melynek többféle oka és tünete lehet) az általában rosszul is ír. Ezeknek a gyerekeknek nemcsak a helyesírása gyenge, hanem az írásképük is rendezetlen. Mely általában a grafomotorika, finommotorika gyengeségén alapszik. Amit még fontos tisztáznunk a diagnózis tekintetében az az, hogy ezt a kódot nem adják második harmadik osztályosnál fiatalabb gyermek számára, ugyanis ekkor még nem állapítható meg egyértelműen, hogy olvasási zavarral van dolgunk. A gyermek ilyenkor még az olvasástanulás kezdeti szakaszában van, tehát nem állapítható meg egyértelműen a diszlexia diagnózisa.

Természetesen diszlexiára utaló jelek már lehetnek egészen kicsi korban, főként a fejlődési diszlexiával rendelkező tanulók esetében. Tehát, ami fontos, hogy a problémát általában komplex módon kell kezelni, és elsősorban nemcsak az olvasási nehézségre szükséges koncentrálni, hanem az ezt megalapozó alap készségeket és képességeket kell fejleszteni.

A fejlesztést érdemes arról a pontról kezdeni, amelyen a gyermek még biztonságosan mozog. Erre építve kell a feladatokat összeállítani, melyek minden egyes gyermek tekintetében személyre szabottak. A fejlesztendő területeket megtaláljuk a szakértői vélemény

„Fejlesztési javaslatok, területek” rovatában. Az egyéb tanulást megkönnyítő javaslatokat is itt találjuk a szakvélemény végén, mely általában azt tartalmazza, hogy milyen segítséget kaphat a gyermek, milyen segédeszközöket használhat a tanulás, számonkérés során, ill. a tantárgyi és részleges felmentéseket is itt olvashatjuk.

A fejlesztőpedagógus kompetenciája, hogy beilleszkedési, tanulási és magatartási (BTM) nehézséggel küzdő gyermekkel foglalkozzon, hogy őt fejlessze. Ám az olvasási zavar már egy

súlyosabb, sajátos nevelési igényű (SNI) kategóriába tartozik, mely tanulók fejlesztése a gyógypedagógus végzettséggel rendelkező szakember kompetenciája.

4. A diszlexia tünetei

4.1. A szerzett diszlexia

A szerzett diszlexia valamilyen agyi trauma következménye, mely a születés előtt, közben vagy után történt. Ezek okai lehetnek: koraszülöttség, oxigénhiányos állapotok, magas láz, fertőzések vagy egyéb betegségek, toxikus hatások, másrészt a fej sérülésével is járó balesetek. Ezek látszólag nem hagynak nyomot maguk után, a gyermek teljesen felépül, ám a későbbiekben a gyerek a többiekénél fáradékonyabb, érzelmileg labilisabb, szétszórtabb lesz.

Megjelenhet a mozgáskoordináció, a nagy- és finommozgások összerendezésének zavara. A kognitív funkciókban is megjelenhetnek kevésbé észrevehető és látványosabb változások.

A gyermek figyelmetlenebbé, elterelhetőbbé válik. Az észlelés terén a látás, hallás, tapintás, helyzet- és mozgásészlelés, különböző modalitások integrációjának, összerendezésének nehézsége mutatkozhat. Az emlékezet különböző fajtáinak sérülése, az emlékezet egyenetlensége, a verbális tartalmak megőrzése, felidézése, a rövid- és hosszú távú memória tárolt információinak mennyiségi felidézése kevés, pontatlan, hiányos lehet. Nyilván, minél súlyosabb az agyi trauma, annál kiterjedtebb és nagyobb hatással van a működésekre, definíció szerint azonban nem érint egész funkciókat.

Szerencsére az agy plaszticitása segít a traumák következményeinek korrigálásában. Az életkor előrehaladtával a tünetek egyre kevésbé okoznak problémákat, sőt teljesen el is tűnnek. Ez különösen így van, ha a gyermek szenzomotoros fejlődését a környezet támogatja, akár tudatosan felépített egyéni terápiával is. Tizenéves korra már csak a maradványtünetek okozta eltérő gondolkodásmódnak megfelelő tanulási és életvezetési sajátosságok jelenthetnek nehézséget.

Szemben a szociokulturális hátrány okozta lemaradással, amelynek hatása az életkorral egyre nő, addig a szerzett idegrendszeri működésbeli zavarok hatása az életkorral egyre csökken.

A szerzett diszlexiások számának növekedését valószínűleg kedvező változások is okozzák. Az orvostudomány fejlődésével egyre több igen kissúlyú és koraszülött gyermeket nagyon jó állapotban tudnak az orvosok megmenteni. A betegségek és balesetek után is, a jobb ellátás következtében, sok gyermek, aki korábban meghalt vagy súlyos fogyatékkal kellett, hogy éljen, lényegében egészségesen kerül ki ezekből a traumákból.

4.2. A fejlődési diszlexia

A fejlődési diszlexia, örökletes sajátosság. Már a múlt században felfigyeltek a szindróma családi halmozódására. A családi halmozódás azonban nem jelenti feltétlenül az örökletességet. Jelentős környezeti hatással vannak a gyermek fejlődésére a család viselkedési és nevelési szokásai, amelyek a nemzedékeken keresztül átadódhatnak. A diszlexia esetében a genetikai faktor először ikervizsgálatok által nyert bizonyítást, majd az ezredforduló táján egyre gyűltek az azonosított kromoszómákról is az adatok.

4.3. Felgyorsult világ és a diszlexia

A fejlődési diszlexia is jelentősen gyakoribbá vált az utóbbi évtizedekben. Ennek oki hátterében az életmódban és a kultúrában megfigyelhető jelentős változás azonosítható, ami nemcsak azokra hat, akik genetikailag hajlamosak a diszlexiára, hanem általánosan változtatta meg a gyermekek viselkedését, képességeit, érdeklődését és lehetőségeit. A nagyon vizuálissá vált világban a gyermekek is sokkal több ismerethez juthatnak a képek által, mint korábban ez lehetséges volt. Anélkül, hogy olvasni tudnának, már sok mindent ismernek, amit szüleik, nagyszüleik csak könyvekből tanulhattak meg. Még a mait megelőző generációnak sem volt annyi lehetősége az információk megszerzésére, mint a harmadik évezred fordulóján születetteknek. A gyermekek egyre több ismerettel rendelkeznek, de közben a gondolkodás fejlődéséhez szükséges igen fontos természetes fejlesztések kimaradnak az életükből. Ez a folyamat már sok évtizede elindult, és egyre szélesebb körűvé válik hatása. A diszlexiások számának rendkívüli növekedését nem lehet egyetlen környezeti okra visszavezetni. Sok olyan tényező van, amiről nem is gondolnánk, milyen jelentősen befolyásolja a gyermekek fejlődését.

Néhány, a diszlexiára veszélyeztető változás az életmódban és kultúrában: ·

Öltöztetés, öltözködés könnyebbé vált. · Mozgatás és mozgás hiánya.

Háztartási munkából, családi tevékenységből kimarad a gyermek. ·

Népi- és gyermekjátékok, körjátékok stb. hiánya.

Felolvasás hiánya.

Aktív zenélés hiánya.

Audio-vizuális- és élménytúlerheltség.

Ezeknek következményeként zavarok mutatkoznak az alábbi képességterületeken:

Testsémazavar és az egyensúlyrendszer zavara

Téri-orientációs zavar

A szenzomotoros integráció zavara ·Szeriális gyengeség

Szövegértési nehézségek

A fenti részképességek azért nagyon fontosak, mert mindegyiknek jelentős szerepe van az olvasástanulás során. Gondoljunk csak bele, mennyi mindenre van szükség ahhoz, hogy egy gyermek megfelelően tudjon olvasni. Ha az alapvető készségekben, képességekben valamilyen zavar keletkezik, vagy az egyik funkció sérülést szenved már a korai időszakban, akkor ennek a későbbiekben olyan következményei lehetnek, mint a diszlexia, vagy a diszgráfia.

7

4.4. Az áldiszlexia

Fontos azonban megkülönböztetnünk egymástól a diszlexiát és az ún. áldiszlexiát. A specifikus tanulási zavarok a legegyszerűbb meghatározás szerint: megkésett vagy rendellenes fejlődés a beszéd, írás, olvasás és/vagy számolás terén. Ebben a meghatározásban két bizonytalan fogalom van, a megkésettség és a rendellenesség. Azok a részképességek, amelyek az iskolai készségek elsajátításához szükségesek, nyolcéves korra érnek be. Ezért nyolcéves kor előtt nem beszélhetünk megkésettségről. Korunk problémája, hogy több gyermek fejlődése tér el a régebben megszokottól. Sok gyermek azért tanul meg nehezen olvasni, és lesz egész életében gyenge olvasó, mert túl korán kezdik el az olvasásra tanítását. Jelenleg az iskolaérettnek nyilvánított hatéves gyerekek 70%-ának érett minden szempontból az idegrendszere az iskolai készségek elsajátítására. Ezért ez megfelelő életkor az iskola megkezdésére. A szenzomotorium és különösen a szeriális információfeldolgozás szintje azonban a korábbiaknál több gyereknél marad el az elvárttól. Az iskolába kerülve a tanítás erőteljes fejlesztést jelent, és ezeknek a gyerekeknek nagyjából a fele gyorsan behozza a lemaradást. Azoknak azonban, akiknél bármi egyéb tényező hátráltatja a fejlődést, nem sikerül lépést tartani a többiekkel. Ők jelentik azt a 15%-ot, akiket mint tanulási zavarokkal küzdőket azonosítunk. Azok a kisdíákok, akiknek éretlen képességekkel kellene az iskolában teljesítményt elérni, lehetetlen feladat előtt állnak. Számukra folyamatos a kudarc, nem tudnak megfelelni az elvárásoknak. Ezért ha meglátnak egy könyvet vagy füzetet, már szorongást éreznek, és még kevésbé tudnak teljesíteni. Az életük csupa kudarc, frusztráció és szorongás. A felnőttek segítsége tovább fokozza a meg nem felelés érzését. Mindenki azzal foglalkozik, ami nem megy a gyermeknek. Ha nem tud olvasni, akkor a szülők a tanítók, a fejlesztőpedagógus, a logopédus, végül még a pszichológus is az olvasásával törődik.

Ugyanez igaz az írás és számolás gyengeségére. A gyermek világát kitölti saját kudarca.

Egy enyhe részképességbeli megkésettiségből így lesz esetleg egy életre szóló súlyos diszlexia, a frusztráció érzésének csökkentése miatt talán még magatartászavar is.

Ha a gyerekeknek nem lenne kötelező nyolcéves korukig olvasni, megfelelő fejlesztés és az írásbeliségbe való bevezetés elegendő alapot adna, hogy maguktól megtanuljanak olvasni az iskolában. A diszlexia és egyéb specifikus tanulási zavarok alapja mindenképpen valamilyen neurológiai eltérés.

Ilyen értelemben rendellenességekről beszélhetünk. Ugyanakkor ezek a rendellenességek lényegében sajátosságok, mert bizonyos helyzetekben még előnyösek is lehetnek. Ezért sem tekinthetők egyértelműen deficitnek.

Az áldiszlexiások számát növelik a szociokulturálisan hátrányos helyzetű gyermekek is. Az ő kultúrájuk eleve inkább jobb agyféltekés. A verbalitás korlátozott, inkább a gesztusokra, mozdulatokra, képi és zenei információkra támaszkodnak. Bernstein (1972) restriktív és elaboratív (korlátozott és kidolgozott) kód elméletében pontosan leírta ezt a jelenséget. Az alacsonyabb szociokulturális helyzetű szülők az információt kevésbé kötik verbális, nyelvi elemekhez. Inkább a mimika, és a gesztusok uralják a kommunikációt. Szociokulturálisan magasabb szintű családokban a nyelvi elemeken, az összetett verbális információkon alapul a kommunikáció. Szókincset, másrészt jobb agyféltekei gondolkodásmódot eredményez. Így a szociokulturálisan hátrányos helyzetű gyerekek az iskolában is hátrányt szenvednek. Sokan közülük a diszlexia címkét is megszerzik, mert tüneteik alapján megfelelnek a kritériumoknak.

5. Tananyagok előkészítése a diszlexiás tanulók számára

5.1. Papír alapú nyomtatványok A diszlexiások ugyanolyan hatékonyak lehetnek, mint bárki más, amennyiben a tanulási környezet megfelel néhány alapvető szabálynak, amelyek segítségével mindenki könnyen és gyorsan juthat ismerethez. Mindenki jól megszerkesztett, strukturált információból, megfelelően prezentált anyagból tanul a legjobban, és ez alól a diszlexiások sem jelentenek kivételt. Ugyanakkor igaz az, hogy ha ezek a szabályok nem teljesülnek, rájuk ez nagyobb hatással van, nagyobb hátrányt jelent.

A diszlexia információ feldolgozásbeli probléma, amely nem szűnik meg az iskola elvégzésével. Nem csupán az írásolvasási készségek elsajátításában jelenik meg a probléma. Folyamatos nehézséget jelent a kapott információ feldolgozása. Egyértelmű tehát, hogy ha a feldolgozásbeli különbségeket figyelembe véve változtatunk az anyag átadási módján, nagy valószínűségi

núséggel növelhetjük a tanulás hatékonyságát. Szerencsére azok a változtatások, amelyek biztosítják a tananyag diszlexiabarát jellegét nem időigényesek és nem is költségesek, emellett ami hasznos a diszlexiásoknak, az egyben minden tanulónak is hasznos.

A legtöbben egyetértenének abban, hogy a hosszú körmondatok, a szegmentálatlan szövegek, az átláthatatlan formanyomtatványok vagy az unalmas, száraz előadások mindenki számára szenvedést jelentenek. Ha egyszer megtanulja valaki, hogyan lehet a diszlexiások számára megfelelően tálni az ismereteket, akkor olyan tudásra tesz szert, amely mindenhol sikert jelent. Ami a diszlexiásoknak gond, az mindenki számára gond, csak ugyanaz a diszlexiásoknál felnagyítva jelenik meg. A lényeg, hogy a szokásoshoz képest gondosabban, több szempont szerint átgondoltnak kell lennie minden anyagnak, amit a diszlexiások számára is használhatóvá akarunk tenni. Ez nem jelent sok külön munkát. A tananyag ebben a fejezetben tárgyalt szempontok szerinti előkészítésébe fektetett kevés energia kétszeresen megtérül, és nemcsak a diszlexiások esetében.

A diszlexiások olvasását segíti, ha megfelelő papírra a megfelelő nagyságú és színű szövegek kerülnek.

Minden tördelő szerkesztő tudja, hogy a túl hosszú sorok olvasása közben könnyen elcsúszik a szem, és az olvasó számára elvész a jelentés. Ezért használnak hasábokat. A rövidebb sorokat könnyebb átlátni és felfogni, és ez minden típusú olvasóra igaz. A jó megértéshez a sorok maximális hosszának általánosan a 80 karaktert fogadják el. Ez egy átlagos szöveg esetében körülbelül 15 cm széles sorokat jelent.

Sok szép betűfajta létezik. Általában a szöveg hangulatához megfelelőt szoktak használni. A diszlexiásoknak azonban jobbak az Arial és esetleg a Comic Sans betűtípusok. Ennek oka, hogy ezeknél a betűtípusoknál a vonal szélessége minden betűben meglehetősen állandó. Egyes betűtípusok, mint például a Times töredezettségesebb lesz másolás (pl. fénymásolás) után vagy a képernyőn, ami nehezíti az olvasást.

A nagyság kérdése nem kiemelten fontos, bár több diszlexiás szerint a papíralapú dokumentumokban legalább 12ptos méret ajánlott. Sajnos a könyvekben gazdaságossági okokból általában kisebb betűméretet szoktak használni.

Sokan nem tudják, hogy a diszlexiások egyik problémája a kontrasztérzékenység. A túl fehér papír és fekete tinta közti erős különbségtől elkezdnek táncolni a betűk. Ha megválasztható a papír minősége, a legjobb krémszínűt vagy halványsárgát használni. A mai világos fehér papír súlyos problémát jelent a diszlexiásoknak, mivel olyan speciális kémiai anyagokat tartalmaz, amelyek látható fénné változtatják az ultraviola sugarakat, amiktől a papír még fehérebbnek tűnik, így még kevésbé olvasható. Sok diszlexiabarát tanár

már világos fehér helyett krémszínű papírra másolja jegyzeteit minden tanulója számára, és ezt mindegyikük nagyra értékeli. Az újra felhasznált papír is szerencsés lehet. Figyeljünk arra, hogy ne válasszunk túl vékony papírt, mert ez esetben a szöveg átüt a másik oldalon, ami csökkenti az olvashatóságot. A fényes papír is problémás, mert a visszatükröződésektől töredezett lesz a szöveg, ami megint csak nehezíti az olvasást.

Ugyanakkor már egy kevésbé megvilágított helyen történő olvasás is csökkenti az oldal kontrasztját, és hozzáférhetőbbé teszi a szöveget a diszlexiások számára.

A szövegnek strukturálnak, érthetőnek és képekkel, ábrákkal, egyszerű táblázatokkal támogatottnak kell lennie. A fontos részek kiemelésre kell, kerüljenek.

5.2. Jegyzetek, kivonatok készítése A jegyzetekre is igaz mindaz, amit a könyvek formai megjelenése kapcsán leírtunk. Funkciója és használata azonban más ezeknek az írásos anyagoknak. Általában rövidebb, konkrét információt hordoznak. A kivonatok és a jegyzetek nagy segítséget jelentenek a diszlexiásoknak, mivel áttekintést és röviden rálátást nyújtanak az anyagra. Akár egy rövid áttekintés, akár egy jegyzet gyakran megerősíti az anyag tartalmának szerkezetét. Egy diszlexiásbarát iskola igazgatója, aki maga is diszlexiás, egyszer azt mondta: „*Ami egy oldalon nem írható le, azt nem is érdemes leírni.*” Bár ez kissé leegyszerűsítő megjegyzés, de valóban törekedni kell, hogy egy-egy téma lehetőség szerint egy oldalon jelenjen meg. Ha ez nem megy, akkor is lényeges, hogy logikusan tördelve egy-egy oldalra kerüljön egy-egy összefüggő rész, és minden új gondolat új oldalon kezdődjön. Nincs értelme spórolni a papírral, mivel ha nem megy át az üzenet, akkor az összes papír kárbaveszett.

5.3. Számonkérések, dolgozatok A tesztek a diszlexiások számára komoly gondot jelentenek. Nem csupán azért, mert nem tudják elég jól az anyagot, hanem mert a kérdéseket nagyon pontosan kell elolvasni és értelmezni. Minthogy a diszlexiások számára sok szó, fogalom, és főleg a viszonyszavak homályosak lehetnek, a faramuci megfogalmazású tesztek hatalmas akadályt jelentenek. A diszlexiások általában még azt sem tudják kibogozni, hogy mi a kérdés. A válaszokban rejlő gyakran finom különbségeket nem látják meg. Ezek ugyanis verbális fordulatok, összefüggések, amelyek a szavak megfelelő használatát kívánják. Ha a kérdések másik lapon vannak, és egy külön nyomtatványba kell átvezetni a válaszokat, a diszlexiás újabb bonyodalmakba keveredik a vizuális orientáció gyengesége és memóriaterhelés miatt. Elvéti a sorokat, oszlopokat, és elfelejti, mi is a feladat. Az eredmény ritkán tükrözi a diszlexiás valódi tudását, hiszen túl sok agyi kapacitást használ fel arra, hogy megértse a feladatokat, munkája rendes és olvasható legyen. Kevesebb agyi kapacitás jut a kérdés megválaszolására,

ami a tartalom rovására megy. Ha számonkérésre kerül a sor fontos, hogy a diszlexiás gyermek megkapja a neki járó kedvezményeket. Pl.: hosszabb idő, az instrukciók értelmezése. A pedagógus akár differenciált feladatlapot is összeállíthat tanulója számára, ami csak feleletválasztós kérdéseket tartalmaz. Ezzel jobban számon tudjuk kérni a diszlexiás tanulót és a valódi tudásáról is képet kapunk.

5.4. Instrukciók

A diszlexiásoknak egyik nagy gondja, hogy nehezen követnek hosszú, több elemből álló sorozatokat. Ilyenek azok az utasítások, instrukciók, amelyeket akár szóban, akár írásban kaphatnak az iskolában. Sőt, a magánéletben is gyakran kell hosszabb, összetett instrukciókat követni. Általában nem szükséges bonyolult megfogalmazásban adni az instrukciókat. Rövid kijelentések érthetőek és könnyebb őket kivitelezni. Nem kell udvariatlanul rövid utasításoknak lenni a rövidített mondatoknak. Elég, ha a megfogalmazás tömörebb, nem kell erősebb hangerővel átadni. Ha nem lehet röviden elmondani az instrukciókat vagy az üzenetet, akkor több darabba kell szedni, tagolni kell a diszlexiás számára.

Az írott utasítások pontokba szedve könnyebben értelmezhetőek. A folytonos szöveg összefolyik, kiesnek feladatok, részletek, és az egész utasítás értelmét veszti.

6. Összefoglalás

A tanulásban, munkában és az életben egyaránt jelen vannak az információkat írásban átadó eszközök – könyvek, jegyzetek, weboldalak. Számos írásos anyag azonban arra szolgál, hogy tájékoztatást gyűjtsön, így például a nyomtatványok és a tesztek. Minden írott anyag fontos szerepet tölt be mindannyiunk életében, persze egyesek adott időben fontosabbak a többinél. A szóbeli közlések keverednek az írottakkal az előadások és az instrukciók és üzenetek esetében. A szabály, azonban mindig ugyanaz: az anyag legyen jól felépített, tagolt és tömör, alapozzon több érzékszervre. Tízből legalább egy ember küzd valamilyen szintű diszlexiás gondokkal. Az ő számukra ugyanolyan fontos, hogy ismerethez jussanak, és hogy lehetőségeiket ne korlátozzák az adminisztratív feladatok, mint bárki másnak. Ezért minden írott és íratlan anyagnak, amely másoknak készül, meg kell felelni a diszlexiásoknak is. Ez nem jelent nagyobb változtatást – csak azt a kevés diszlexiásbarát módosítást, ami mindenki számára hasznos lesz.

Játék- és ötlettár diszlexiás gyermekkel foglalkozó pedagógusok számára

1. Hasznos kiadványok, könyvek

A könyvpiacra jelenleg rengeteg hasznos, jól alkalmazható kiadványt találunk, mellyel a diszlexiás és diszgráfiás tanulók többsége jól fejleszthető, nemcsak a rehabilitációs órák alkalmával, hanem akár otthoni körülmények között is, esetlegesen a pedagógus is adhat fel ezekből házi feladatot, vagy órai gyakorlást, esetleg a korrepetálások során is jól használható.

Tekintsük át ezeket felsorolás szerűen. A kiadványok némelyike egyébként megtalálható a tankönyvlistán is, vagy beszerezhető a nagyobb könyvesboltokban, valamint webáruházról rendelhető.

Sorsz	Cím	Alkalmazási terület	Korosztály
1.	Én is tudok olvasni 1-2. – Munkatankönyv	Olvasástanítás, reedukáció	1-5. osztálytól alkalmazható
2.	Gyakorló feladatok diszgráfiás és diszlexiás gyerekeknek 3-8. osztály	Helyesírás gyakorlás	3-8. osztályosoknál alkalmazható a megfelelő kiadvány
3.	Gyakorlóanyag dyslexiás gyermekek részére I-III.	Olvasásgyakorlás	2-6. osztály

4.	Írd füllel! – Helyesírási gyakorló munkafüzet	Helyesírás gyakorlás	Felső tagozat
5.	Jól olvasom, jól értem – A verbális gondolkodás és szövegértelmezés gyakorlatai a magyar szólások, közmondások felhasználásával 10-18 éves tanulók számára	Olvasásgyakorlás, szövegértés, helyesírás, szókincsbővítés, elvont gondolkodás fejlesztése	10-18 évesek számára
6.	Nebuló 1-4. kiadványok + tanári példány	Helyesírás, olvasásgyakorlására, fejlesztésére	Alsó tagozat
7.	Pontról pontra, pontosan – Olvasást, írást, szövegértést segítő munkatankönyv 3-5. oszt. tanulók számára	Címben olvasható	3-6. osztály
8.	Szarvasné Tóth Bernadett: Helyesírást, olvasást fejlesztő segédkönyv	Címben olvasható	Felső tagozat
9.	Szórejtvő, szófejtő – Feladatgyűjtemény diszlexiás gyerekeknek	Olvasás, helyesírás	4. osztály
10.	(R)ész képességek I-II. – Gyakorlófeladatok 8 éves kortól	Olvasás, helyesírás	Alsó tagozat

14

11.	A hangok birodalma – Logopédia gyakorlatok	Olvasástanítás	1. osztály
12.	Betűről betűre kiadványok 1-7.	Olvasás és helyesírás fejlesztés	1-8. osztály
13.	Betűszelídítő kiadványok	Helyesírás fejlesztés	1-3. osztály
14.	Böngésző – Munkatankönyv speciális, differenciált olvasástanításhoz	Olvasástanítás	1. osztály

15.	Betűsuli 1-2.	Írás- és olvasástanítás	1. osztály
16.	Mondd ki, írd le, törd a fejed kiadványok	Írás- és olvasásfejlesztés, nyelvífejlesztés	2-7. osztály
17.	Mi? Mi! Avagy diszlexiás (kép)regény – Gyakorlókönyv nehezen olvasó gyermekeknek	Olvasásgyakorlás	Alsó tagozat

2. Hasznos társasjátékok

A könyvek után tekintsük át milyen más eszközöket, játékokat alkalmazhatunk, melyek nem közvetlenül az olvasás- és a helyesíráskészséget fejlesztik, hanem az ezekhez kapcsolódó alapkészségeket, részképességeket alapozzák meg.

Sorsz.	Játék neve	Fejlesztési terület	Életkor
1.	Memória kártya	Vizuális emlékezet, differenciálás, szerialitás	5+
2.	Dobble kártyajáték	Vizuális figyelem, észlelés, gyorsaság, szókincsbővítés, vizuális differenciálás	6+
3.	Brainbox (többféle)	Vizuális memória, szókincsbővítés, kognitív készségek fejlesztése	Javasolt életkor a játék dobozán
4.	Scrabble	Szókincs, kognitív készségek	10+
5.	Dixit	Nyelvi kreativitás	8+
6.	Tabu	Nyelvi kreativitás, szókincsbővítés, - aktivizálás	12+
7.	Igaz vagy Hamis? Junior Igaz vagy Hamis?	Gyorsaság, általános ismeretek	5+ 8+
8.	Tic Tac Bumm	Szókincs aktivizálás	12+
9.	Memo Mester	Auditív és vizuális memória	8+
10.	5 másodperc 3 válasz Junior	Szókincsaktivizálás	6+
11.	Ország-város kártyajáték	Általános ismeretek, szókincsaktivizálás	6+

12.	Betűtorpedó	Szókincsaktivizálás	8+
13.	Cortex Kids	Logika, memória, gyorsaság	6+
14.	Speed Colors	Vizuális memória, finommotorika	5+
15.	Színek és formák	Pontos megnevezés, kézügyesség	3+
16.	Figurix	Vizuális észlelés, gyorsaság	5+
17.	Betűvarázs	Szókincsaktivizálás, betűtanulás	6+

Ez csupán egy része azoknak a játékoknak, melyek kiválóan fejlesztik az olvasás- és írástanuláshoz szükséges készségeket, képességeket. Mindezek mellett javaslom még a Logico, ill. miniLÜK játékokat is, melyekből számtalan példány vásárolható szinte az összes képességterület bővítésére. A játéksalások mindegyikének van fejlesztőjátéka, már az egészen kicsi gyermekek számára is és egészen a nagyobb korosztályig találunk jól alkalmazható feladatlapokat, füzeteket.

3. Hasznos weboldalak, alkalmazások

A könyvek és társasjátékok után pedig következzenek a hasznos internetes hivatkozások, illetve okostelefonra vagy Tabletre letölthető alkalmazások. Úgy gondolom, ezeket is fontos megemlítenem, hiszen bármennyire is károsnak véljük az okoseszközök használatát, megfelelő felügyelet és szabályok mellett ezek az eszközök kiválóan bevetethők a tanulási folyamatba. Tudni érdemes, hogy ezek nagyrésze szintén nem közvetlenül az olvasás gyakorlására alkalmasak, hanem az ehhez szükséges képességeket fejlesztik.

Sorsz.	Weboldal, alkalmazás	Fejl. terület	Életkor
1.	https://www.okoskaland.com/iras	olvasás és írás	Alsó tagozat
2.	Akasztófa játék	szókincsaktivizálás	Felső tagozat
3.	Szókereső	Vizuális észlelés, olvasási készség	4. osztálytól
4.	Helyes-e?	Helyesírás gyakorlás	4. osztálytól
5.	Szókereső memória	Vizuális memória, fonológiai tudatosság, szókincsbővítés	3. osztálytól
6.	Szókapcsoló	Nyelvi kreativitás,	3. osztálytól

		szókincsaktivizálás	
7.	SzolasOK	Nyelvikészség	5. osztálytól
8.	Helyesírás j-ly	Helyesírás-készség	3. osztálytól
9.	Szókirakó	Vizuális észlelés, olvasási készség	5. osztálytól
10.	A sündisznó története ingyen	Szókincsaktivizálás, logikai összefüggések	3. osztálytól
11.	Beszéd-készség fejlesztése ingyen	Beszéd-készség, szókincs-bővítés	1. osztály
12.	Hipokampusz Kapitány olvas	Olvasási készség	1. osztály
13.	Tangram king	Vizuális észlelés, differenciálás, logikai gondolkodás	Bármilyen életkor
14.	IQ kaland	iránydifferenciálás, logikai gondolkodás	1-2. osztály
15.	http://kognitiv.hu/	megjelölt területek	Bármilyen életkor
16.	http://www.abcaademia.hu/	Ötletek, feladatok	Alsó tagozat
17.	http://varazsbetu.hu/	Ötletek, feladatok	Bármilyen életkor

Felhasznált irodalom

Csépe Valéria (2000): Az olvasás és írásképesség zavarai, In: Illyés Sándor (szerk.): Gyógypedagógiai alapismeretek, Budapest, Tankönyvkiadó p. 241-278.

Meixner Ildikó (2000): A dyslexia prevenció, reedukáció módszere, ELTE BGGYFK, Budapest

Sipos Zs. (2017). A 3. évfolyamosok olvasásának vizsgálatára kidolgozott Meixnerolvasólap sztenderdizálásának első eredményei. *Gyógypedagógiai Szemle* (1) 47-58.

Javasolt honlapok

<https://krasznarefiai.hu/termekategoria/diszlexia-diszgrafia-diszkalkulia-tanulasi-zavar-gyakorlok/>

<https://www.jatekshop.eu/tarsasjatekok>