

Europejski
Tydzień
Świadomości
Dysleksji



W numerze:

Zabawa z ortografią 1

„Odeszła bliska nam
osoba...” 3

Wywiad z logopedą ze
Szkoły Podstawowej nr
10, Panią Violetą
Szymańską 5

*Pokonywanie trudności
szkolnych a poczucie
własnej wartości ucznia.* 8

*„Lepiej się koncentruję,
ładniej piszę i rysuję”-
kilka słów o programie
stymulacji rozwoju dla
dzieci z deficytem uwagi i
zaburzoną motoryką* 11

*Co warto wiedzieć o ryzyku
dysleksji* 15

Wydawca:

Wrocławski Oddział

Polskiego Towarzystwa

Dysleksji nr 31

2019

Dys...kropek

Zabawa z ortografią



Przepiórka

Przepiórka przedziera się przez pszenicę,
łatwiej, niż przez tekst dyktanda
w uczniowskim zeszyte.

Z bażantem w parze w żniwach uczestniczy.

Ba, nawet na żniwiarzy krzyczy:

bo kurzą...

bo ciężkim sprzętem wjeżdżają na pola...

Oj, gorzka jest przepiórcza dola.

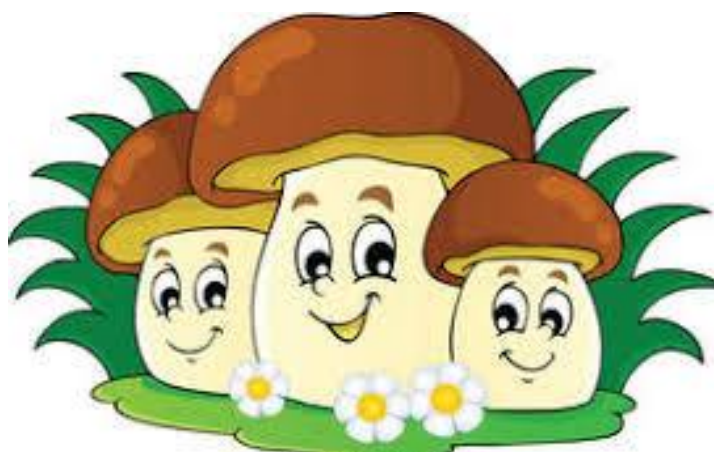
Lecz żniwiarze później święto, dożynki mają,

A przepiórkom, tylko rżyska pozostają.

Jolanta Adamczyk

logopeda





W każdy wrześniowy poranek
Zaczyna się przeprowadzka.
A jaka?
Z miasta na grzyby rzecz jasna.
Wzdłuż lasu w karnym porządku,
Stoją przeróżne auta w rzędku.
Pośród drzew krążą grzybiarze,
Zerkając, pod którym z nich
Dorodny grzyb się ukaże.
Skrętnie po brzegi napętniają
Wiadro po wiadrze i kosze
I dumni z olbrzymich zbiorów,
leśne skarby do domu wynoszą

Jolanta Adamczyk - logopeda

„Odeszła bliska nam osoba”

Jola Adamczyk od 1 września 1989r. związana była zawodowo z Wojewódzką Poradnią Wychowawczo-Zawodową we Włocławku, obecną Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną. Zajmowała się terapią i diagnozą logopedyczną dzieci i młodzieży, pomagając im w korygowaniu różnych wad i zaburzeń mowy. Mobilizowała i skutecznie angażowała rodziców do współpracy, wiedząc, że bez ich pomocy jej praca z dziećmi byłaby mniej efektywna. Zainicjowała innowacyjne warsztaty dla dzieci z zaburzeniami płynności mowy, które wymagały od niej specjalistycznych umiejętności i specyficznych cech osobowości. Była osobą kreatywną. Tworzyła programy autorskie, narzędzia oraz pomoce dla potrzeb diagnozy i terapii logopedycznej. Systematycznie publikowała artykuły i wiersze w gazecie „Dyskropek” wydawanej przez PTD- Oddział Włocławek. Współpracowała z Towarzystwem Przyjaciół Dzieci, otrzymała Odznakę Przyjaciół Dziecka. Była ceniona za posiadaną wiedzę, umiejętności zawodowe oraz cierpliwość w kontaktach z podopiecznymi i ich rodzinami. Wykazywała gotowość do podejmowania nowych i trudnych zadań. Chętnie dzieliła się wiedzą i doświadczeniem ze współpracownikami, studentami odbywającymi praktyki, dyrektorami i pracownikami edukacyjnymi podległych placówek oświatowych. Pracowała jako wykładowca w Ośrodku Doskonalenia Zawodowego Nauczycieli, a w Wydziale Zdrowia i Opieki Społecznej UM we Włocławku pełniła funkcję Specjalistycznego Opiekuna Społecznego. W świetlicy Caritas jako wolontariuszka pomagała dzieciom z rodzin dysfunkcyjnych. Za swoją pracę była wielokrotnie nagradzana Nagrodami Dyrektora oraz Nagrodą Prezydenta Miasta Włocławek. Jola była osobą bardzo lubianą. Była życzliwa wobec ludzi, uśmiechnięta, ze specyficznym poczuciem humoru i umiejętnością obserwowania świata oraz dystansem do otaczającej rzeczywistości. Swoją wrażliwość wyrażała w wierszach, które tworzyła z pasją. Inspiracją do poetyckiej twórczości były dla niej liczne podróże i związane z tym zwiedzanie najciekawszych zakątków Polski. Często odwiedzała Kazimierz Dolny. Była zauroczona jego zabytkami i otaczającą przyrodą. Uwielbiała literaturę, kochała teatr, ale przede wszystkim ceniła sobie bezpośrednie relacje z ludźmi. Lata wczesnego dzieciństwa spędziła w bliskim jej sercu Witowie, skąd wyniosła zamiłowanie do przyrody. Chęć obcowania w środowisku natury przeniosła również do swojego miejskiego życia nabywając „własny kawałek ziemi”.

Każdą wolną chwilę spędzała na działce. Troszczyła się nie tylko o rośliny. Brała aktywny udział w życiu społeczności działkowiczów, pełniąc funkcję w zarządzie ogródków działkowych. Posiadała dar słuchania innych, wykazywała wobec nich empatię. Przez długie lata śledziła ścieżki rozwojowe zwłaszcza swoich niepełnosprawnych podopiecznych. Cieszyła się ich sukcesami życiowymi. Rodzice i dzieci oraz młodzież traktowali ją jak bliską osobę, gdyż każdemu z nich potrafiła okazać zrozumienie i udzielić wsparcia. Jola chętnie uczestniczyła w spotkaniach z ludźmi, z którymi była związana poprzez pracę lub relacje przyjacielskie. Była skromna, cieszyły ją drobiazgi. Dla naszej koleżanki bardzo ważna była forma języka polskiego. Zawsze posługiwała się pięknym, literackim językiem. Podkreślała konieczność respektowania zasad poprawnej polszczyzny. Miała przyjemny tembr głosu, co dodatkowo sprawiało, że słuchacze skupiali uwagę na jej wypowiedziach.

Koleżanki i Koledzy
z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej we Włocławku



Jest Pani nauczycielem z wieloletnim stażem pracy. Czy zawsze pracowała Pani na stanowisku logopedy ?

Od 33 lat związana jestem ze szkołą. Ukończyłam Liceum Muzyczne, po nim Wychowanie Muzyczne w Wyższej Szkole Pedagogicznej. Pierwsze 20 lat mojej pracy związane było z muzyką. W logopedii dostrzegałam ogromne możliwości dalszego rozwoju dla siebie. Byłam przekonana o tym, że wiedza w zakresie metodyki logopedycznej w połączeniu z moim zapleczem muzycznym i terapeutycznym może stać się ciekawym i skutecznym narzędziem edukacyjnym. Od 11 lat jestem zatrudniona na stanowisku logopedy.

Jaką formę kształcenia wybrała Pani w celu zdobycia wiedzy z zakresie logopedii ?

Były to Studia Podyplomowe „Pedagogika korekcyjno-kompensacyjna i logopedia szkolna ” i „Logopedia”. Należy pamiętać o tym, że Studia Podyplomowe sygnalizują i nakreślają tylko obszary wiedzy, przez które nauczyciel musi przebrnąć sam. Samokształceniu w tym zakresie poświęcałam dużo czasu. Korzystałam także z uprzejmości logopedów, byłam obserwatorem ich zajęć. Sytuacja sukcesywnie i dość szybko uległa zmianie. A pierwszy rok pracy był bazą największych doświadczeń.

Jak wyglądało budowanie warsztatu pracy logopedy i proces adaptacji do zawodu ?

Przez pierwsze dwa lata pracowałam w charakterze logopedy w wymiarze ½ etatu. Korzystałam z gabinetu logopedy od wielu lat pracującego w tej placówce. Była to dla mnie bardzo sprzyjająca sytuacja. Wykorzystywałam ogrom znajdujących się tam pomocy, miałam możliwość ocenić, które z nich winny znaleźć się w moim przyszłym gabinecie, które są niezastąpione, konieczne, ewentualne lub zupełnie zbędne. W chwili uzyskania zatrudnienia na cały etat w charakterze logopedy otrzymałam także samodzielny gabinet. Ten właśnie moment uważam za prawdziwy początek mojej pracy na stanowisku logopedy. W gabinecie znalazły się pomoce, które od dłuższego czasu przygotowywałam i gromadziłam. Rozpoczęłam realizację terapii logopedycznej zgodnej z moim wcześniejszym zamysłem, bazując na zdobytej wiedzy i wcześniejszych umiejętnościach.

Czy mogę prosić o kilka słów więcej na temat Pani koncepcji prowadzenia terapii logopedycznej ?

Terapia logopedyczna skupia się na usprawnienie funkcji komunikacyjnej poprzez stopniowe korygowanie zakłóceń występujących podczas porozumiewania się. Kwestia dotyczy sposobu osiągnięcia tego celu a także możliwości pobudzania, rozwijania podczas tego procesu innych obszarów umysłu. Stąd też w ramach terapii logopedycznej w oddziałach przedszkolnych prowadzę logorytmikę. Zajęcia te dają wiele możliwości wpływania na rozwój słuchu, poczucia rytmu, dynamiki, muzykalności i sprawności ruchowej. W przebiegu tych zajęć wprowadzam szereg ćwiczeń oddechowych, dźwiękonaśladowczych, które usprawniają aparat artykulacyjny w sposób trwały, gdyż są częścią ulubionych zabaw.

Zajęcia w gabinecie prowadzę przy dużym udziale muzyki. Śpiewanki, bo tak je nazywam, pozwalają na szybkie usprawnianie aparatu artykulacyjnego, są doskonałym narzędziem do wywoływania i utrwalania głosek. Zajęcia mają charakter szerszej terapii, gdyż w ramach ich przebiegu występują elementy plastykoterapii. Daje się to wszystko doskonale pogodzić. Podczas śpiewanek dziecko wykleja, układa, składa i koloruje. Wielość czynności wykonywanych jednocześnie bardzo korzystnie wpływa na rozwijanie umiejętności przenoszenia uwagi na zadanie, które wymaga większej koncentracji, druga czynność wykonywana jest automatycznie, a o to właśnie chodzi w utrwalaniu głosek. Drobiazg z wiązany z działaniami plastycznymi jest też częścią pracy domowej dziecka. To chyba cały, skrótowy zarys mojej koncepcji na prowadzenie terapii logopedycznej.

Czy poza wymienionymi dwoma Studiami Podyplomowymi uczestniczyła Pani w innych formach doksztalcania w zakresie logopedii ?

Nie, nie podjęłam formalnego doksztalcania w tym zakresie. Dużo ciekawych materiałów można znaleźć w sieci, przeglądam je dość często. Mam kontakt z młodymi ludźmi, którzy ukończyli Studia Logopedyczne, są oni doskonałym źródłem wiedzy dotyczącym nowinek wydawniczych i ciekawych rozwiązań. Ukończyłam poza studiami podyplomowymi z logopedii i 5 innych Studiów Podyplomowych oraz dwa kursy kwalifikacyjne. Część tego kształcenia związana była z moimi zainteresowaniami, jak np. wcześniej wspomniana logopedia, arteterapia czy pedagogika korekcyjno-kompensacyjna, inne były koniecznością związaną z nieustającymi eksperymentami oświatowymi. Myślę, że te fakty stanowią obraz mojej postawy edukacyjnej. Mam też rozliczne zainteresowania i pasje związane z rękodziełem artystycznym. Zagadnieniom tym poświęcam dużo uwagi, rozwijam się i kształcę w tym zakresie. Wspominam o tym fakcie, gdyż tylko pozornie nie ma on związku z wykonywanym zawodem. Nauczyciel, zwłaszcza terapeuta, to złożona struktura. Po za kierunkową wiedzą są to jego emocje, wrażliwości, zainteresowania, komunikacja czy wspomniane wcześniej pasje. Te wszystkie elementy w sposób mniej lub bardziej zamierzony przenosimy na dziecko i fakt ten - w zależności od zasobu posiadanych wewnętrznych dóbr - ma ogromny wpływ na kształtowanie młodego człowieka.

Czy w realizacji w swojej koncepcji logopedycznej napotkała Pani jakieś trudności czy wręcz odwrotnie -wsparcie i kto był jego autorem ?

Mam to szczęście pracować w placówce, którą kierują kobiety o otwartych umysłach. Także każda koncepcja wnosząca korzystne zmiany dla procesu kształcenia jest wspierana. Jestem z tą placówką związana od wielu lat i jest to też rodzaj zaufania. Stąd też i w tym przypadku uzyskałam i aprobatę, i wsparcie.



Jak wyglądała Pani współpraca z rodzicami i nauczycielami ?

Dobra współpraca z obydwoma wymienionymi przez Panią grupami jest bardzo ważna. Stały przepływ informacji jest wręcz niezbędny. Ważne dla mnie są informacje dotyczą przebiegu edukacji dziecka, ale także wiadomości o jego sytuacji życiowej. Brak postępów, liczne nieobecności w szkole mają swoje podłoże w sytuacji domowej dziecka. Posiadanie tej wiedzy przez logopedę jest konieczne. Terapia logopedyczna już w swojej nazwie wskazuje na obszar działania. Jest to w wyjątkowych sytuacjach terapia, a we wszystkich pozostałych terapia logopedyczna. Stąd też im większą wiedzą dysponujemy na temat samego dziecka, tym łatwiej jest nam zaplanować nasze skuteczne działania. Co do współpracy z rodzicami, jest to temat trudny. Jest to kwestia komunikatywności. Współpraca z rodzicami przedstawia się bardzo różnie. Jedno jest pewne, że domowe utrwalanie ćwiczeń wprowadzonych przez logopedę, kontrolowanie poprawności wystawiania się powodują, że terapia przebiega sprawniej i przynosi szybki, oczekiwany efekt.

Co uważa Pani za dobre, atrakcyjne strony pracy logopedy, a co za złe ?

Możliwość indywidualnej pracy z dzieckiem jest największą zaletą tej pracy tak dla logopedy, jak dorosłej. Często jest tak, że działania w zakresie edukacji szkolnej są jedynymi działaniami na okoliczność aktywności twórczej czy rozwoju fizycznego dziecka. Powrót do domu to czas, który w większości dzieci spędzają przy telewizji, komputerze, telefonie i innych tego typu sprzętach. Jest to bez wątpienia problem obecnych czasów.

Jak przedstawiają się dalsze Pani plany zawodowe ?

Chciałabym kontynuować swoją pracę na tym właśnie stanowisku i mam nadzieję, że tak właśnie będzie. Wiem też z doświadczenia, że reformy oświaty są procesem niekończącym się i mogą przynieść rozwiązania, które zmienią moje plany zawodowe. Dopasuje się wtedy do tej sytuacji, niezmiennie starając się wykonywać swoją pracę po prostu dobrze.

Co chciałaby Pani przekazać intencjonalnie młodym adeptom zawodu logopedy ?

Chciałabym powiedzieć, że dokonali doskonałego wyboru. Jeśli będą zaangażowani, kreatywni, empatyczni i szczerzy czeka ich wspaniała przyszłość zawodowa. I tego właśnie bardzo serdecznie im życzę.

Z logopedą ze Szkoły Podstawowej nr 10, Panią Violetta Szymańska, rozmawiała I. Sałacka, prezes Włocławskiego oddziału Polskiego Towarzystwa Dysleksji

Pokonywanie trudności szkolnych a poczucie własnej wartości ucznia.

Każdy uczeń, niezależnie od wieku, umiejętności, osobistych predyspozycji czy etapu edukacyjnego, na którym aktualnie się znajduje, ma w swoim szkolnym życiu takie sytuacje, kiedy myśli sam o sobie, że coś mu się nie udało, że odniósł porażkę. Czwórka z klasówki, do której dziecko przygotowywało się solidnie przez cały tydzień lub, co gorsze, nieudany skok w dal naszego syna, obserwowany przez pozostałych kolegów z klasy to sytuacje, które mogą zepsuć naszym pociechom dobry humor na cały dzień. I jeśli skutkiem porażki u naszego dziecka jest gorsze samopoczucie to nie jest to jeszcze powód do zmartwień. Ale jeśli nasze dziecko reaguje na porażkę w sposób przesadny i nieadekwatny do sytuacji, to jest to już problem poważny.

To, w jaki sposób nasze dziecko przeżywa porażki, bardzo mocno wiąże się z posiadaną przez niego samooceną i poczuciem wartości. Istotnym aspektem dbania o samoocenę naszego dziecka jest uczenie go konstruktywnego przeżywania oraz wyrażania emocji. Dzieci nieposiadające tych ważnych umiejętności doświadczają różnych problemów emocjonalnych, a te z kolei w sposób istotny obniżają ich poczucie własnej wartości. To bardzo ważne, aby rodzice posiadali choćby podstawowe wiadomości na temat emocjonalności swoich dzieci.

Warto wiedzieć, że emocje człowieka w ścisły sposób wiążą się z jego reakcjami fizycznymi. Zawsze też związane są z myślami oraz spostrzeżeniami. Wpływ na pojawienie się konkretnych emocji ma sposób myślenia o danym zdarzeniu oraz rodzaj prowadzonej samemu ze sobą rozmowy wewnętrznej. Uczeń, który ma wysokie poczucie własnej wartości i posiada wysoką inteligencję emocjonalną, będzie przez chwilę smutny, może nawet bardziej zaskoczony niż smutny z powodu czwórki z klasówki, do której tak pilnie się przygotowywał. Po chwilowym smutku czy zaskoczeniu mogą pojawić się w jego głowie pomysły jak zdobyć piątkę czy szóstkę, aby "nadrobić" czwórkę. Te pomysły i pozytywne myślenie dają z kolei pozytywną energię i gotowość do przejścia od myślenia do działania. Uczeń, który ma niską samoocenę i niską inteligencję emocjonalną, będzie najprawdopodobniej długo przeżywał silne, nieprzyjemne emocje typu rozczarowanie, rozgoryczenie, smutek, żal. Będzie się skupiał na wydarzeniu, a nie na myśleniu "Co mogę z tym zrobić?" A skoro u dziecka nie wystąpi pozytywne myślenie, nie będzie też przejścia do działania.

Emocje dzielimy na proste i złożone. Do prostych zaliczamy na przykład: gniew, złość, lęk, strach. Emocje złożone to na przykład: rozczarowanie, ulga, zniecierpliwienie. Emocje proste są krótkotrwałe i powiązane z mimowolnymi reakcjami fizycznymi kontrolowanymi przez wegetatywny układ nerwowy. Emocje złożone mogą trwać przez długi czas i są powiązane ze sposobem myślenia. Jedną z funkcji emocji jest dostarczenie człowiekowi energii.



Dzieci, które mają wysoką inteligencję emocjonalną, czyli posiadają wysokie kompetencje emocjonalne, rozumieją swoje emocje, potrafią je nazwać oraz wyrażać, zazwyczaj odczuwają też więcej pozytywnej energii. Dzieci, które posiadają niską inteligencję emocjonalną, czyli nie rozumieją przeżywanych przez siebie emocji i nie potrafią ich wyrażać, są jakby oderwane od własnej emocjonalności, często czują się przygnębione, smutne, niezrozumiane.

Ważną rolą rodzica jest nauczenie dziecka rozpoznawania swoich emocji. Warto obserwować emocje u dziecka i w naturalny sposób mówić do dziecka o nich. Na przykład, gdy nasz syn znalazł się w drużynie, która właśnie przegrała półfinałowy mecz i odpadła z rozgrywek a nasze dziecko jest wręcz wściekłe na to, co się stało, możemy wprost zapytać się dziecka co czuje, opisując jego reakcje: "widzę, że szybko oddychasz i zaciskasz pięści. Mam wrażenie, że jesteś rozszłoszczony. Czy dobrze myślę?" Dajmy naszemu dziecku pewną "furtkę", aby samo dopowiedziało co czuje. Dobrze jest także zapoznawać dziecko z nazewnictwem dotyczącym emocji. Na polskim rynku znajdziemy gry i zabawy planszowe z obrazkami przedstawiającymi ludzkie twarze wyrażające różne uczucia. Karty emocji każdy rodzic może też wykonać sam albo wspólnie z dzieckiem. Będzie to na pewno miły, pożyteczny, wspólnie spędzony czas. Gdy nasze dziecko nauczy się rozpoznawać i nazywać emocje, które na co dzień przeżywa, to jest to już bardzo cenne.

Kolejnym krokiem może być wytłumaczenie dziecku, że najlepszym sposobem na wyrażenie emocji jest podzielenie się nimi z kimś bliskim. Można również zachęcać dziecko, aby swoje emocje namalowało wykorzystując do tego blok i kredki lub farby. Ale można też podpowiadać inne, alternatywne rozwiązania. Na przykład wykonanie rysunku palcem albo stopą na piasku. Tak naprawdę przykłady można tu mnożyć i każdy będzie dobry. Liczy się tu nasza pomysłowość i kreatywność. Starszemu dziecku możemy podpowiedzieć, aby zaczęło prowadzić dzienniczek emocji lub pamiętnik. Myślę, że jeśli nasze dziecko przejawia zainteresowanie, aby takie swoje własne tajne zapiski zacząć prowadzić to pamiętnik będzie pięknym prezentem urodzinowym. Jeszcze innym sposobem na wyrażanie emocji u dziecka może być zachęcanie go, aby zaczęło ono opowiadać o swoich emocjach ukochanemu zwierzakowi. Zwierzanie się swojemu pupilowi, bez względu na to, czy jest to pies, kot, króliczek czy chomik ma wręcz terapeutyczną moc.

Zasada jest jedna - chodzi o to, aby dziecko w sposób niedestrukcyjny i całkowicie bezpieczny dla siebie i innych, nauczyło się mówienia o przeżywanych emocjach, nauczyło się okazywania ich w sposób pozawerbalny (na przykład rysunek). Bardzo istotne jest to, aby dziecku wyjaśnić, że ujawnianie emocji nie jest tym samym co wyładowanie się na kimś, kto jest odpowiedzialny za ich pojawienie się. Nieprzyjemne emocje takie jak złość, wściekłość dziecko może rozładować na przykład kopiąc w worek treningowy albo dowoli wykrzyzczyć się w parku. Ważne jest to, abyśmy stworzyli naszemu dziecku odpowiednie warunki do rozładowania nieprzyjemnych emocji.

Jak już wspomniałam, sposób w jaki nasze dziecko przeżywa porażki, bardzo mocno powiązany jest z samooceną naszej pociechy. Im wyższa jest samoocena u dziecka tym łatwiej i lepiej radzi sobie ono z trudnościami szkolnymi czy osobistymi. Dlatego tak ważną rolą rodzica jest budowanie pozytywnej samooceny u dziecka.

Pamiętajmy, że samoocenę dziecka budujemy już od najmłodszych lat, a właściwie miesiące życia naszej pociechy a nie w momencie, gdy nasze dziecko osiąga wiek szkolny i przekracza próg "podstawówki". Budowanie wysokiej samooceny u naszego dziecka to uważna obserwacja rozwoju dziecka, wsłuchiwanie się w jego potrzeby, okazywanie czułości i zrozumienia, to dawanie rodzicielskiego ciepła i wsparcia oraz pozwalanie dziecku na przeżywanie całego wachlarzu emocji i tych miłych i tych nieprzyjemnych. Dziecko - niezależnie czy jest dziewczynką, czy chłopcem - powinno mieć stworzone warunki do wyrażania różnych przeżywanych przez siebie emocji, na przykład smutku poprzez płacz, złości poprzez krzyk itd. Jeśli rodzice nie akceptują tego, że dziecko uzewnętrznia swoją emocjonalność, doprowadzają do tłumienia przez nie emocji, zaprzeczania im lub lekceważenia ich. Z czasem dziecko będzie miało coraz większy problem z rozpoznawaniem, nazywaniem i radzeniem sobie z emocjami. Dziecko może też zacząć odbierać swoją emocjonalność jako coś negatywnego, niedobrego, co z czasem może doprowadzić do wystąpienia różnych zaburzeń emocjonalnych.

Pamiętajmy, że kształtowanie pozytywnej samooceny dziecka jest jednym z najważniejszych zadań rodziców i największy wpływ na sukces w tej dziedzinie ma sposób, w jaki rodzic traktuje swoje dziecko. Postawa pełna miłości i szacunku do dziecka ma nieopisaną wartość dla budowania wysokiego poczucia własnej wartości dziecka, a co za tym idzie dla osiągnięcia sukcesów szkolnych naszej pociechy.

Patrycja Włoczevska, pedagog szkolna

w Szkole Podstawowej nr 10 we Włocławku



„Lepiej się koncentruję, ładniej piszę i rysuję”- kilka słów o programie stymulacji rozwoju dla dzieci z deficytem uwagi i zaburzoną motoryką

Do opracowania programu skłoniły mnie wnioski wynikające z przeprowadzanych przeze mnie w Poradni badań, które wskazywały na dość liczną grupę uczniów z klas I-III z oznakami wzmoczonego napędu psychoruchowego, u których stwierdzono deficyt uwagi oraz słabszą sprawność w zakresie motoryki małej. Te utrudnienia rozwojowe często stanowiły przyczynę niepowodzeń edukacyjnych tych dzieci. Program „Lepiej się koncentruję, ładniej piszę i rysuję” powstał z myślą właśnie o tych uczniach. Zajęcia realizowane w jego ramach miały przyczynić się do usprawniania sfer deficytowych oraz poprawić funkcjonowanie emocjonalne dzieci, aby umożliwić im osiągnięcie sukcesów edukacyjnych.

W dużym uproszczeniu ADHD można sprowadzić do odmiennej pracy mózgu, która uniemożliwia dziecku skuteczne kontrolowanie swoich zachowań, a więc kontrolowanie uwagi, ruchów i emocji. Dziecko nadpobudliwe nie ma za dużo energii, ma za mało zdolności do wewnętrznej kontroli i hamowania swojego zachowania. Reaguje szybko, bezmyślnie i często nieodpowiednio do sytuacji.

Objawy zespołu nadpobudliwości psychoruchowej układają się w trzy grupy obejmujące: kłopoty z kontrolą własnej impulsywności, nadmierną aktywność ruchową, zaburzenia koncentracji uwagi. Około 6-7 roku życia większość dzieci uczy się skupiać na jednym wybranym przez siebie bodźcu i ignorować wszystkie pozostałe. Umiejętność tę posiadamy potem przez całe życie i jest ona bardzo ważna, ponieważ na niej oparty jest cały model nauki oraz wychowania dzieci w wieku szkolnym. Zarówno nauczyciele, jak i rodzice, zakładają, że dziecko - idąc do szkoły -potrafi się skupić na wybranym przez dorosłego bodźcu, pominać czynniki rozpraszające i wykonać powierzone mu zadanie. Nie dotyczy to jednak dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej.

Dzieci nadpobudliwe nie potrafią z dochodzących do nich bodźców wybrać najważniejszego, odbierają każdy bodziec napływający z otoczenia i w związku z tym nie są w stanie skupić się na jednej rzeczy, ciągle coś je rozprasza, powodując nadmierne pobudzenie w układzie nerwowym. Nadmiar bodźców powoduje, że ich uwaga jest chwiejna. Często deficytowi uwagi towarzyszą zaburzenia w zakresie motoryki małej m.in.: mała wyćwiczalność w zakresie ruchów drobnych (brak precyzji ruchów) związana z nadmiernym lub za małym napięciem mięśni oraz koordynacji ruchów palców, dłoni i przedramienia, zakłócenia koordynacji wzrokowo- ruchowej przy czynnościach wykonywanych pod kontrolą wzroku (niski poziom graficzny oraz trudności w innych zadaniach plastycznych), szybkość ruchów rąk niedostosowana do zadania, niechętnie podejmowanie czynności manualnych.

Dzieci te często nieprawidłowo trzymają ołówek, nie lubią rysować, a ich rysunki mają uproszczoną formę i niski poziom graficzny. Prace robią wrażenie niedbale wykonanych. Dzieci te niechętnie budują z klocków, gdyż ich budowle łatwo rozpadają się z powodu wadliwej konstrukcji, często psują i niszczą zabawki. Podczas zajęć plastycznych niezręcznie wycinają, szarpią papier.

Nadmierne napięcie mięśniowe powoduje zbyt silny nacisk ołówka lub długopisu, łamanie kredek. Ruchy ręki są gwałtowne, mało płynne, co powoduje, że w rysunkach przeważają linie proste. W przypadkach zbyt małego napięcia mięśniowego linie rysunku są nikle, linie proste – nierówne, faliste lub przerywane. Zauważa się przewagę rysunków drobnych i małych.

W wieku przedszkolnym mała sprawność ruchowa rąk przejawia się często niechęcią dziecka do samoobsługi, np. zapinania guzików, sznurowania butów, używania widelca, nożyczek i zabaw manipulacyjnych, np. nawlekania koralików. Słaba koordynacja wzrokowo- ruchowa jest przyczyną trudności związanych z budowaniem z klocków u przedszkolaków, a w wieku szkolnym brzydkiego pisma, niechęci do rysowania i pisania, problemów z mieszaniem się w liniaturze, zbyt mocnego nacisku narzędzia pisarskiego, szybkiego męczenia się ręki. Trudności dzieci prowokują rodziców do pomocy, wyręczania dzieci, które chętnie korzystają również z pomocy kolegów. Efektem tego jest wówczas brak okazji do usprawniania motoryki oraz powstawanie wtórnych zaburzeń w sferze emocjonalno- motywacyjnej. Dzieci te widzą niekorzystną różnicę między możliwościami swoimi i kolegów, głęboko odczuwają kpiny osób, które nie rozumieją przyczyn ich trudności.

Dotychczas nie wyróżniono jednej, konkretnej przyczyny ADHD - uważa się, że jest to zaburzenie neurorozwojowe, którego występowanie jest uwarunkowane wieloczynnikowo. Z wpływem na pojawianie się u dzieci zaburzeń hiperkinetycznych powiązane są przede wszystkim geny. W 2018 roku oceniono ADHD jako jedno z najlepiej przebadanych pod kątem genetyki zaburzeń, nie ustalono jednak jednoznacznie genów odpowiedzialnych za jego występowanie. Przez wiele lat uważano, że przyczyną ADHD jest nieprawidłowa sytuacja domowa lub błędy wychowawcze popełniane przez rodziców. Najnowsze wyniki badań oraz odkrycie mechanizmów biologicznych, odpowiedzialnych za powstawanie objawów ADHD, sprawiły, że teoria ta okazała się niesłuszna.

ADHD nie wynika z błędów wychowawczych ani czynników psychogennych. Można jedynie stwierdzić, że trudna sytuacja domowa (m.in. rozpad rodziny, zbyt wygórowane oczekiwania wobec dziecka, brak czasu dla niego), brak stałych norm, zasad oraz niekonsekwencja i znaczna impulsywność rodziców mogą nasilać objawy zespołu nadpobudliwości. Niekorzystne jest również spędzanie wolnego czasu głównie przy telewizji i grach komputerowych, z których większość zawiera elementy przemocy, „tempo życia”- deficyt kontaktów ze stale zapracowanymi i przemęczonymi rodzicami, życie w świecie konsumpcji i rozwoju technologicznego - człowiek z różnych stron otoczony jest nadmiarem informacji, reklam, elektroniki.



Główne cele programu „Lepiej się koncentruję, ładniej piszę i rysuję” to:

- nauka kontrolowanych sposobów odreagowania napięcia emocjonalnego i fizycznego,
- stworzenie okazji do rozpoznawania treści przeżywanych emocji,
- stworzenie okazji do przeżycia pozytywnych doświadczeń społecznych korygujących obraz siebie,
- wzmocnienie procesu koncentracji uwagi,
- poprawa grafomotoryki,
- pedagogizacja rodziców.

Program był skierowany do uczniów z klas II-III, u których na podstawie badań psychologiczno- pedagogicznych w Poradni zdiagnozowano deficyt uwagi i obniżoną sprawność motoryczną. Miał na celu doskonalenie umiejętności kierowania uwagą oraz podnoszenie poziomu sprawności motorycznych, w tym: sprawności manualnej i grafomotorycznej. Kryteriami doboru uczestników programu były: wiek ucznia, norma intelektualna, zdiagnozowane deficyty w zakresie rozwoju motorycznego oraz uwagi (na podstawie opinii wydanej przez Poradnię Psychologiczno- Pedagogiczną), prawidłowa artykulacja, pozytywna motywacja do pracy zadaniowej, prawidłowy rozwój sfery emocjonalnej i gotowość do podjęcia pracy usprawniającej w domu.

Zajęcia odbywały się w grupie liczącej 6 uczniów. Obejmowały 8 cotygodniowych spotkań po 45 minut. Dodatkowo odbyły się dwa spotkania z rodzicami uczniów: wstępne (w sprawach organizacyjnych) i końcowe (podsumowujące cykl spotkań z uczniami, efekty pracy, wskazówki dla rodziców co do dalszej pracy wraz ze spisem ciekawych pozycji książkowych, uświadamiające znaczenie odpowiedniego odżywiania, uprawiania sportu, odpowiedniej ilości snu dla lepszej koncentracji i przyswajania wiedzy przez dzieci) oraz bieżące konsultacje z rodzicami każdorazowo po zakończonym zajęciu w celu przekazywania spostrzeżeń na temat bieżących postępów uczniów oraz wskazówek do pracy w domu.

Każde zajęcia zaczynały się od omówienia ćwiczeń wykonanych w domu. Potem następowała zasadnicza część spotkania. Zajęcia prowadzone były zarówno w formie indywidualnej (ćwiczenia przy stolikach), jak i w formie ćwiczeń grupowych.

Początkowe zajęcia służyły integracji grupy, budowaniu poczucia bezpieczeństwa i rozładowaniu napięcia emocjonalnego. Na kolejnych zajęciach uczestnicy doskonalili umiejętność rozpoznawania emocji u siebie i innych ludzi, rozwijania komunikacji pozawerbalnej, wykonywali ćwiczenia służące nabywaniu umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć. W trakcie wszystkich spotkań pracowaliśmy nad doskonaleniem sprawności grafomotorycznych, umiejętności koncentrowania uwagi i wyciszaniem nadpobudliwości u dzieci. W trakcie zajęć uczestnicy wykonywali proste ćwiczenia odpężające, rozluźniające, zapobiegające lub zmniejszające stres, zwiększające wydajność umysłową. Ćwiczenia były połączone z oddziaływaniem muzyki relaksacyjnej, w celu obniżenia nadmiernej pobudliwości, wyciszenia umysłu i ciała. Dużym problemem we współczesnej grupie klasowej jest utrzymanie koncentracji, dlatego należy wprowadzać więcej technik wspierających u dzieci utrzymanie dłuższej uwagi i koncentracji. Cykl zajęć zakończył się wypełnieniem przez rodziców ankiety ewaluacyjnej. Wyniki ewaluacji, a także sygnały od rodziców i nauczycieli o zapotrzebowaniu na tego typu zajęcia, przekonały mnie o konieczności ich kontynuowania na terenie Poradni w roku szkolnym 2019/2020 z nową grupą dzieci.

Opracowała: M. Biesiacka- psycholog PPP Włocławek



PROGRAM Wczesnego Rozpoznawania
Ryzyka Dysleksji

CO WARTO WIEDZIEĆ O RYZYKU DYSLEKSJI



PRAKTYCZNE
WSKAZÓWKI
DLA RODZICÓW
PRZEDSZKOLAKA

WŁOCŁAWSKI ODDZIAŁ POLSKIEGO TOWARZYSTWA DYSLEKSJI

Opóźnienie rozwoju orientacji w schemacie ciała i w przestrzeni
(np. mylenie kierunków, ręki lewej i prawej).

Brak ustalenia ręki dominującej (oburęczność)

Trudności w nauce czytania:

- czytanie wolne, metodą głoskowania, często bez syntezy głosek, liczne zniekształcenia wyrazów, problemy ze zrozumieniem treści.

Trudności w próbach pisania:

- pisanie liter i cyfr odbicie lustrzane,
- zniekształcenia szlaczków literopodobnych,
- odwzorowywanie od strony prawej do lewej.

Uwaga

do rozpoznania zagrożenia dysleksją nie wystarczy stwierdzenie pojedynczego objawu. Im więcej symptomów ryzyka dysleksji zauważymy, tym jest ono bardziej prawdopodobne.

Jak pomóc...

Dzieci „ryzyka dysleksji” powinny korzystać z pomocy specjalistów, nadrobić opóźnienia rozwojowe jeszcze przed podjęciem nauki szkolnej. Skuteczna pomoc będzie zależna od tego jak szybko rozpoznamy problem i w jakim stopniu uda się wyrównać dysharmonie w rozwoju psychomotorycznym dziecka.

Dziecko „ryzyka dysleksji” nie musi stać się uczniem dyslektycznym.

Osoby i instytucje wspierające rodziców...

- dyrektor i nauczyciele przedszkola, logopeda,
- specjaliści w Poradni Psychologiczno Pedagogicznej,
- oddziały terenowe Polskiego Towarzystwa Dysleksji.

Ulotkę opracowały członkinie Włocławskiego Oddziału PTD:

mgr Mirosława Żbikowska - pedagog - terapeuta

mgr Małgorzata Latecka - pedagog - logopeda

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna we Włocławku

mgr Małgorzata Pawłowska - nauczyciel - terapeuta

mgr Jolanta Kwiatkowska - nauczyciel - terapeuta

Zespół Szkół Integracyjnych nr 1 we Włocławku

Specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu (dysleksja rozwojowa) rozpoznawane są zbyt późno, często wtedy, gdy zaczynają decydować o dalszej karierze szkolnej ucznia. Tymczasem pierwsze niepokojące symptomy tych trudności można zaobserwować już w wieku przedszkolnym. Zachowania, które wielu dorosłych często uznaje za brak zdolności i talentu mogą dotyczyć problemu dzieci „ryzyka dysleksji”.

Termin „ryzyko dysleksji” stosuje się wobec młodszych dzieci (najczęściej w wieku przedszkolnym oraz wczesnoszkolnym), wykazujących wybiórcze zaburzenia w rozwoju psychoruchowym, które mogą warunkować wystąpienie specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu, pomimo co najmniej przeciętnej inteligencji, dobrze funkcjonujących narządów zmysłów i zastosowania prawidłowej opieki dydaktycznej i wychowawczej.

Przyczyny...

Zaburzenia rozwojowe dotyczą głównie funkcji językowych, spostrzegania (wzrokowego, słuchowego), a także motoryki, uwagi, pamięci (słuchowej, wzrokowej, ruchowej), procesu lateralizacji (stronności ciała) i orientacji w przestrzeni. Uwarunkowane są one nieprawidłowym funkcjonowaniem centralnego układu nerwowego.

Kogo dotyczy...

Ryzyko dysleksji jest prawdopodobne u dzieci :

- pochodzących z nieprawidłowych ciąż i porodów,
- obciążonych genetycznie (dysleksja występuje rodzinnie),
- u których można zaobserwować dysharmonie w rozwoju psychoruchowym.

Rodzice! Obserwujcie uważnie rozwój swojego dziecka.

Jak rozpoznać...

Dziecko „ryzyka dysleksji”, począwszy już od wieku niemowlęcego może wykazywać wiele opóźnień rozwojowych. Ich zakres wzrasta w miarę rozwoju dziecka i rozszerzania się jego aktywności.

Wiek niemowlęcy i poniemowlęcy (do 3 roku życia)

Opóźniony rozwój ruchowy:

trudności z utrzymaniem równowagi w pozycji siedzącej i stojącej, z automatyzacją chodu.

Opóźniony rozwój motoryki rąk:

- nieporadność w samoobsłudze (jedzenie, mycie ubieranie),
- problemy z rysowaniem, malowaniem.

Opóźniony rozwój mowy:

Późne wypowiedzanie pierwszych wyrazów i zdań.

Wiek przedszkolny (3-5 lat)

Ogólnie niska sprawność ruchowa:

dziecko słabo biega, jest nieporadne w zabawach ruchowych.

Mała sprawność ruchowa rąk:

- trudności w rysowaniu: nieprawidłowy chwyt i nacisk ołówka, rysunki uproszczone,
- niechęć do zabaw manipulacyjnych,
- problemy z zapinaniem guzików i zawiązywaniem sznurowadeł,
- trudności z układaniem puzzli, składaniem obrazka z części.

Zaburzenia rozwoju mowy:

- nieprawidłowa artykulacja wielu głosek,
- trudności z wypowiedzianiem złożonych wyrazów,
- trudności z zapamiętywaniem nazw, ich sekwencji (np. nazw miesięcy), dłuższych poleceń, wierszy, piosenek,
- mały zasób słownictwa i problemy z budowaniem zdań.

Brak przejawów dominacji jednej ręki.

Klasa „O” (6-7 lat)

Objawy jak wyżej, oraz:

Utrzymująca się obniżona ogólna sprawność ruchowa:

dziecko słabo biega, skacze, rzuca piłką, z trudnością uczy się jeździć na rowerze.

Mała sprawność manualna i graficzna:

- trudności z wykonywaniem ruchów precyzyjnych (np. zawiązywaniem na kokardkę),
- problemy z rysowaniem (nieprawidłowy chwyt, rysunki ubogie, schematyczne), malowaniem, wycinaniem, odwzorowywaniem kształtów (np. figur geometrycznych).

Zaburzenia funkcji językowych :

- wadliwa wymowa (zamiany głosek), agramatyzmy,
- trudności w tworzeniu wypowiedzi kilkuzdaniowej,
- mylenie wyrazów i głosek o podobnym brzmieniu,
- trudności w dokonywaniu analizy (podziału) sylabowej i głoskowej wyrazu,
- trudności z dokonywaniem syntezy (scalaniu) sylab i głosek w wyraz,
- obniżony poziom pamięci słuchowej (trudności z zapamiętywaniem nazw, treści wierszy i piosenek).