

Jak wspomagać rozwój osobowości dziecka z dysleksją?

Dziecko z dysleksją zazwyczaj potrzebuje więcej czasu na naukę, a także musi włożyć więcej wysiłku, by dorównać poziomem swoim rówieśnikom, co może znacznie obniżać poczucie własnej wartości oraz wpływać negatywnie na rozwój osobowości. Jednak wsparcie ze strony najbliższych może temu zapobiec. Aby dziecko było świadome własnej wartości, wykorzystywało swoje potencjalne możliwości, dobrze czuło się w szkole i odnosiło w niej sukcesy, warto zacząć nad tym pracować i to jak najwcześniej.

Krok I: Budowanie poczucia własnej wartości

Poczucie własnej wartości pełni istotną rolę w naszym życiu. Kształtuje się na podstawie tego jak postrzegamy siebie na tle innych, efekty naszych działań, a także to w jaki sposób jesteśmy oceniani przez osoby z otoczenia. Osoby odznaczające się wysokim poczuciem wartości potrafią adekwatnie reagować w trudnych sytuacjach, podejmować przemyślane decyzje oraz rozwijać swoje pasje i zainteresowania. Dlatego tak ważne jest, aby dzieci już od najmłodszych lat budowały pozytywny obraz siebie.

Wskazówki dla rodziców pomocne w kształtowaniu poczucia wartości u dziecka z dysleksją:

- ✓ nie porównuj dziecka dyslektycznego z jego rodzeństwem ani rówieśnikami;
- ✓ okazuj mu zainteresowanie i troskę, pokaż, że je akceptujesz;
- ✓ chwal, nagradzaj słownie, nie mów „dobrze zrobiłeś, ale...”;
- ✓ dziel się z innymi członkami rodziny pozytywnymi uwagami o swoim dziecku;
- ✓ w rozmowach podkreślaj rzeczy dobre, pozytywne, nawet drobne osiągnięcia;
- ✓ nie pomagaj dziecku robiąc coś za nie, ani nie podsuwaj mu bezpiecznych, gotowych rozwiązań i odpowiedzi;
- ✓ daj dziecku możliwość wykonania pewnych zadań, pełnienia ról i przeżywania tego powodu satysfakcji.

Krok II: Wyznaczanie celów

Wyznaczanie celów jest bardzo przydatne w świadomym podążaniu w wyznaczonym kierunku. Wyobrażanie sobie jak można wykorzystać nabyte umiejętności i wiedzę, często nie jest dla dziecka łatwe, dlatego warto go w tym zadaniu wspomóc. Ważne jest aby nie określać celu zbyt ogólnie, na przykład: zostać dobrym uczniem, lecz wyznaczać konkretne zadania, na przykład: nauczyć się nazw liter w alfabecie lub nazw miesięcy.

Wyznaczanie celów może być przedstawione graficznie według poniższych wskazówek:

Imię.....

MÓJ CEL UCZENIA SIĘ

.....

Zrealizuję w terminie.....

Moje postanowienia:

- *
- *
- *
- *
- *

Realizując MÓJ CEL UCZENIA SIĘ, mogę uzyskać POMOC od:

- *
- *
- *

Udało mi się zrealizować:

- *
- *
- *
- *
- *

Nie udało mi się zrealizować:

- *
- *
- *
- *
- *

MÓJ CEL UCZENIA SIĘ udało mi się osiągnąć!!! ☺

Data i podpis.....

Krok III: Wzbudzanie motywacji

Motywacja dziecka do nauki odgrywa zasadniczą rolę w procesie uczenia się. Gdy dziecko osiąga choć małe sukcesy, to wzrasta jego chęć do pracy, którą zaczyna wykonywać z coraz większą wytrwałością. Dlatego bardzo ważne jest, aby doceniać wysiłek i nawet najmniejszy wkład pracy dziecka oraz mówić mu o tym. Motywacja wzrasta, kiedy zachęcamy dziecko do marzeń, przekazujemy jak najwięcej entuzjazmu, by myślało pozytywnie o ich realizacji. Zwykle pocieszenie, wspieranie w trudnościach pomaga przezwyciężyć zniechęcenie i chwilowe kryzysy.

W motywowaniu dziecka ważną rolę odgrywa poczucie kompetencji. Gdy dziecko dojdzie do przekonania, że zadanie do wykonania przekracza jego możliwości, zniechęca się. W takiej sytuacji należy przede wszystkim pomóc zrozumieć dziecku, gdzie tkwi trudność zadania. Czasami pomaga podzielenie zadania na mniejsze części: nie musimy dziś przeczytać całej książki, przeczytajmy tylko część.

Krok IV: Rozwijanie zainteresowań

Rozwijanie zainteresowań i uzdolnień odgrywa ważną rolę w doznawaniu przyjemności z pracy i wysiłku, a to uruchamia motywację do pracy nad zadaniami i sobą. W trakcie wykonywania różnych czynności związanych z zainteresowaniami umysł dziecka pracuje i rozwija się, czego efekty widać w szkole. Ponadto dzieci, które samodzielnie realizują różnorodne zadania i rozwiązują problemy, nie oczekują ciągłej pomocy od dorosłych. Nabierają do siebie zaufania, a także utwierdzają się w przekonaniu, że same wiele potrafią i są zdolne. Takie nastawienie umacnia dzieci w gotowości do przezwycięzania wszelkich trudności, także tych szkolnych.

Krok V: Wyrabianie odporności emocjonalnej na trudności

Pozytywne nastawienie i dobry nastrój sprzyjają osiągnięciu wysokich wyników w nauce. Gdy uczniowie nie potrafią radzić sobie z napięciem emocjonalnym, odczuwają dolegliwości fizyczne takie jak: napięcie ciała, skrępowane ruchy, suchość w ustach, uczucie słabości czy zaburzenia koordynacji. Gdy dziecko nie umie pozbyć się nagromadzonej energii emocjonalnej, żyje w ciągłym napięciu i podenerwowaniu, co może skutkować niechęcią do pracy oraz słabą motywacją do wysiłku. Dlatego tak istotne jest wytworzenie bezpieczniejszej atmosfery podczas uczenia się oraz niwelowanie napięcia emocjonalnego. Regularne stosowanie ćwiczeń ruchowych i relaksacyjnych oraz właściwa dieta, sprzyjają zdrowiu psychicznemu. Ćwiczenia ruchowe całego ciała takie jak: gimnastyka przy muzyce, pływanie, spacerowanie na świeżym powietrzu nad wodą czy w lesie, wizualizacja ćwiczenia kinezylogii edukacyjnej, pomagają osiągnąć stan odprężenia, rozluźnienia mięśni i uspokojenia umysłu.

Najważniejszą sprawą, nie tylko w zakresie motywowania do nauki, lecz w całym procesie wychowania dziecka, jest jego akceptacja przez rodziców, bez względu na to, jakie dziecko jest czy jak się zachowuje. Dziecko, które dorasta w atmosferze akceptacji, poczuciu, że jest kochane i szanowane, łatwiej przejmie nasz punkt widzenia. Nasza wiara w możliwości dziecka oraz pomoc w przekonaniu go do wiary w siebie może czynić cuda. A dziecko, które nabierze wiary i pewności siebie, będzie lepiej radzić sobie z problemami i chętniej stawiać czoła przeciwnościom.

Opracowanie na podstawie:

- Uczeń z dysleksją w domu : poradnik nie tylko dla rodziców / Marta Bogdanowicz, Anna Adryjanek, Małgorzata Rożyńska. - Gdynia : Wydawnictwo Pedagogiczne Operon, 2007
- https://euroidea.files.wordpress.com/2012/10/przewodnik-dla-rodzic3b3w-dzieci-z-dysleksji485_e-book-pdf-web1.pdf

mgr Agnieszka Maćkowska