

A ZSENIK BETEGSÉGE EGY MŰKÖDÉSI ZAVAR

Betegség vagy fogyatékoság helyett csupán egy zavar a diszlexia, amely nem csak a gyermekek sajátja. Felnőtteket is érinthet a probléma, amelyre a digitális kor vívmányai megoldást kínálnak. Dr. Gyarmathy Éva pszichológus szerint egyszerű módszerekkel fejleszthetők a másként működő területek.

PSZICHOLÓGIA

Tom Cruise, Agatha Christie és Szent-Györgyi Albert - mi a közös bennük? A színész, az író és a Nobel-díjas kutató is beírta magát a történelembe, mellesleg diszlexiás. A közhiedelem szerint ez a zavar csupán a gyermekeket érinti, ám a felnőttek körében is tapasztalható, a populáció 3-6 százalékát érinti ténylegesen. A szakember szerint ez a zavar nem feltétlenül baj, inkább csak probléma. - Az olvasási zavarokban, betű- vagy szótagcserékben megnyilvánuló diszlexia egy feladat elé állít, amelyet meg lehet oldani - kezdte bizakodó magyarázatát dr. Gyarmathy Éva pszichológus, az MTA Pszichológiai Kutatóintézetének tudományos főmunkatársa.

A diszlexia se nem betegség, se nem fogyatékoság: az agy jobb és bal féltekéjének akadozó együttműködését jelenti. Az intelligenciától teljesen független, ezt bizonyítja, hogy történelmünk olyan zsenijei, mint Leonardo da Vinci vagy gróf Széchenyi István is tapasztalták tüneteit. Súlyossága szerint többféle diszlexiát különböztethetünk meg, amelyek a felnőttkorba is bárkit elkísérhetnek. De köztük is magas az áldiszlexiások száma, akik valamilyen szorongás miatt olvasnak nehezen. Az iskolai tanítás túl korán kezdi erőltetni az olvasást még éretlen részképességekkel. Sokan a kezdeti kudarc miatt szoronganak. - Ha ez a probléma, már egy-két terápia után megoldódhat - hívta fel a figyelmet a pszichológus. A felszíni diszlexia esetén a szavak egészében történő észlelése a probléma, de mindenkivel megeshet, hogy idegen szavak zavarják meg a feldolgozást, például a "gyros" szót "gyors"-nak olvassuk. - Minél többet látunk leírva egy szót, annál jobban berögzül a képe. A digitális felületeken gyakran látjuk helytelenül a szavakat, így bizonytalanabbá válik a belső képük, amely hátráltatja az olvasást - magyarázta a pszichológus.

Azonban aki mélydiszlexiás, az is tehet problémája ellen. -Ma már számtalan technikai vívmány segíthet. Ilyenek a felolvasó- vagy az ingyenes fájlátalakító programok, amelyek könnyebben feldolgozható formájúvá teszik a nehezen olvasható szövegeket. Mondjuk a felsőoktatásban az előadásokon nem muszáj jegyzetelni, hangfelvételtől is tanulhatunk, egy-egy szöveg megértéséhez pedig közelebb jutunk, ha először az összefoglalásukat olvassuk el, és gondolattérképen ábrázoljuk annak összefüggéseit. A két agyfélteke kapcsolatát eredményesen lehet fejleszteni gyorsúszással, kaszkáldabázással vagy sakkozással - folytatta Gyarmathy Éva.

A pszichológus arra is felhívta a figyelmet, hogy ma már bárki érvényesülhet problémája ellenére az élet valamennyi területén, ha képes rugalmasan alkalmazni az őt segítő eszközöket. Több cég pedig kifejezetten diszlexiás munkavállalókat keres, ők ugyanis még problémamegoldási stratégiákkal végzik munkájukat.

MIT TEHET A SZÜLŐ?

A diszlexiás gyerekek számára az iskola, az órák nagy terhet jelentenek, ezért mire hazaérnek, nagyon fáradtak. Éppen ezért nem tanácsos a gyermeket azonnal ismét füzet vagy könyv elé ültetni, hasznosabb előbb egy rövid, a szülővel együtt végzett mozgás. Nagyon hasznosak a mozgásfejlesztő gyakorlatok, amelyek segítségével a gyermek ellazulhat, oldódhat, játszhat. Ilyenek például az indiánszökdelés, a különböző egyensúlyi gyakorlatok, az ugróiskola, az ugrókötelezés, az ugróasztal vagy a célba dobás. Nagyon fontos, hogy ezek a játékok valóban játékok maradjanak, ne legyen teljesítménykényszer alatt a gyerek.

Szerző: Kiss Tímea Megjelent: Kisalföld (10. oldal) 2014. május 13.