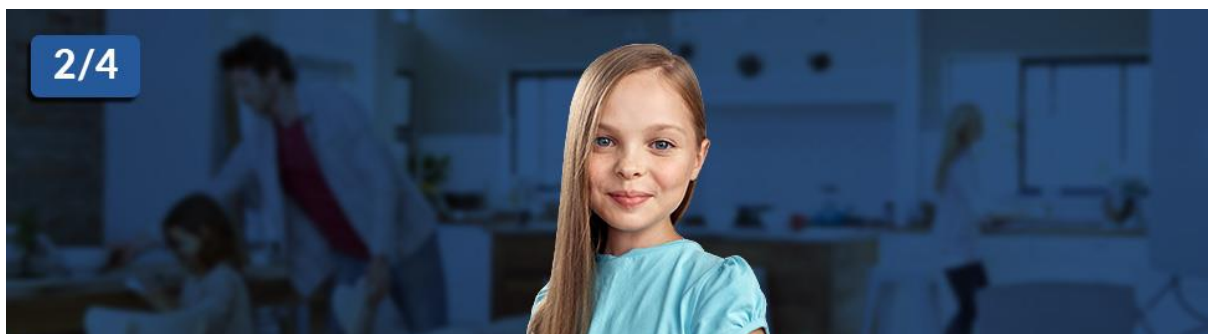


Dysgrafia - jak wspierać dziecko



Słowo dysgrafia pochodzi z języka greckiego od czasownika grapho – „piszę”, „rysuję” oraz przedrostka “dys”. Są to trudności w opanowaniu właściwego poziomu graficznego pisma (tzw. brzydkie pismo). Objawy dysgrafii są rozpoznawalne u dzieci, które mają już za sobą naukę pisania. Pismo ucznia, który ma dysgrafię jest nieestetyczne i często nieczytelne. Trudność ta nie ma nic wspólnego z rozwojem intelektualnym. Zdarza się, że towarzyszą jej dysleksja i dysortografia. Jak pomóc dziecku, które ma diagnozę dysgrafii?

Dla większości z nas pisanie to naturalna umiejętność, nad którą nawet się nie zastanawiamy. Piszemy niemal mechanicznie. **Jednak dla dziecka z diagnozą dysgrafii to bardzo złożony proces.** Pisanie wymaga bowiem nie tylko dobrej koordynacji ruchowej w zakresie tzw. motoryki małej (zręczność palców),

ale i wzrokowej (dobrej znajomości liter i automatyzmu w ich rozpoznawaniu) oraz słuchowej (wyłapywaniu różnic w podobnie brzmiących literach). **Nieestetyczne i nieczytelne pismo nie jest efektem braku uwagi czy staranności ze strony dziecka, to właśnie dysgrafia.** Jej diagnozę opiniuje poradnia psychologiczno-pedagogiczna, a wczesne rozpoczęcie ćwiczeń pozwala dziecku na lepsze opanowanie umiejętności sprawnego pisania.

Jakie są objawy dysgrafii

Dysgrafia to nie tylko nieczytelne lub mało czytelne pismo, to również:

- **Niekształtne litery, zwykle o różnej wielkości** np. duża litera w środku lub na końcu wyrazu.
- **Nieumiejętne odtwarzanie liter** tzn. mylenie liter podobnych graficznie np. d-p-b.
- **Stawianie liter, które nie mieszczą się w liniaturze.**
- **Pomijanie drobnych elementów liter** tzw. kresek, ogonków. Są one nazywane znakami diakrytycznymi.
- **Niedopełnienie kształtu liter**, niewłaściwe ich łączenie lub brak łączenia.
- **Zniekształcenie linii pisania** lub mylenie się w liniaturze.
- **Niewłaściwe zagęszczenie liter w wyrazach** i wyrazów w zdaniach.
- Trudności z rozplanowaniem zapisu w obrębie strony.
- **Tzw. „chwiejące się” (drżące) pismo** – czyli zmiana kierunku pochylenia liter.

Do objawów dysgrafii należy też:

- Kurczowe trzymanie narzędzia piszącego.
- Mocny nacisk długopisu z powodu zbyt dużego napięcia mięśni ręki i palców. Skutkuje to bólem podczas pisania, zwłaszcza zbyt długiego. Dziecko po napisaniu kilkunastu linijek przerywa pisanie, masuje sobie rękę, strzepuje.
- Wolne tempo pisania i przepisywania. Dlatego dziecko potrzebuje więcej czasu na zadania wymagające pisania.
- Nieprawidłowy chwyt narzędzia piszącego.

Jakie są warunki sprzyjające pisaniu?

Każdy rodzic może zadbać o odpowiednie warunki zewnętrzne, które będą sprzyjać dziecku podczas pisania:

1. **Odpowiednio dostosowane do wzrostu biurko i krzesło.** Zbyt niskie lub zbyt wysokie skutkuje tym, że dziecko unosi lub opuszcza barki, co powoduje jeszcze większe napięcie mięśniowe i męczliwość.
2. **Prawidłowa pozycja podczas pisania** – krzesło z oparciem, prosty kręgosłup, ręce oparte o blat biurka, stopy dotykające podłoża.
3. **Dopasowana pozycja zeszytu**, nad którym pochylone jest dziecko. Zeszyt powinien być ułożony na linii środkowej ciała.
4. **Prawidłowy chwyt narzędzia pisarskiego.** Długopis powinien być trzymany około 1,5-2 cm od powierzchni kartki. Należy stosować trzymanie pęsetkowe, czyli łapiemy długopis pomiędzy kciukiem a palcem wskazującym i opieramy o palec środkowy.



Ćwiczenia dla dzieci z dysgrafią

Wszystkie ćwiczenia, które rodzic wykonuje z dzieckiem w domu, warto traktować jako zabawę, a nie naukę. Pomocne są wszelkiego rodzaju zadania angażujące motorykę małą np. rysowanie, malowanie, lepienie, kopiowanie. A ponadto:

- **Rysowanie szlaczków**, tak aby mieściły się w liniaturze.
- **Kopiowanie rysunków za pomocą kalki**, a następnie z pamięci.
- **Odrysowywanie rysunków z padającego cienia.**

- **Odryśowywanie kształtów z przygotowanych szablonów.**
- **Kreślenie tzw. „leniwych ósemek”** (ósemka leżąca) na papierze w powietrzu całą ręką.
- **Łączenie kolejnych punktów jedną linią**, aby uzyskać konkretny obrazek.
- **Ćwiczenia palców i dłoni** np. wystukiwanie melodii, rytmu, naciskanie każdym palcem oddzielnie na stół, robienie tzw. odcisków palców, zabawy „idzie rak nieborak”, „idzie kominiarz po drabinie”, udawanie gry na pianinie.
- **Ćwiczenie chwytu pęsetkowego** np. z użyciem gier zręcznościowych (bierki, domino). Nakręcanie zabawek ze sprężyną, sortowanie, nawlekane małych koralików. Zapinanie i odpinanie małych guzików, spinaczy do bielizny, wyszywanie, szydełkowanie, robienie na drutach.
- **Ćwiczenia manualne** (zarysowywanie, zamalowywanie dużych powierzchni farbami, wydzieranie, naklejanki, wycinanie nożyczkami, zabawy z plasteliną, modeliną, masą solną).
- **Zabawy z wykorzystaniem piasku kinetycznego, ryżu, grochu.**
- Budowanie, piętrzenie konstrukcji z klocków.

Dlaczego dziecku z diagnozą dysgrafii tak trudno pisać?

Kiedy dziecko uczy się pisać (zwykle w klasie I-III SP) to zastanawia się nad graficzną stroną liter, zanim przeleje je na papier. Zazwyczaj też, kiedy pisze to po cichu, wypowiada pisaną literkę, ponieważ to ułatwia jej zapamiętanie. **Uczeń z dysgrafią ma tak zawsze, czyli bez względu na to, w której jest klasie, za każdym razem musi sobie przypomnieć graficzną stronę litery.** Oczywiście im dłużej i intensywniej ćwiczy, tym łatwiej i szybciej pisze. W tej sytuacji rolą rodzica jest niedokładanie dziecku napięcia, czyli:

- niepośpieszanie pisania,
- niekaranie za nieestetyczne pismo, np. wrywaniem strony z zeszytu z poleceniem, żeby dziecko przepisało tekst, ale tym razem ładniej,
- niekrytykowanie czy ośmieszanie, że pisze „jak kura pazurem”.

Wszystkie te zachowania rodzica odbijają się na samoocenie dziecka oraz motywacji do pisania.

Dzisiejsza edukacja wymaga od ucznia szybkiego tempa pracy. Dziecko, które pisze wolniej nie jest w stanie nadążyć za tokiem lekcji. Jak usłyszałam od jednej uczennicy z IV klasy: „W szkole nie ma czasu na myślenie, trzeba szybko pisać i robić zadania”. Często, aby właśnie zdążyć na czas uczeń nie jest w stanie opanować jakości pisania. Dziecko ze zdiagnozowaną dysgrafią tym bardziej. Dlatego powinno mieć ono więcej czasu na wypowiedź pisemną, a jeśli to dla niego pomocne, to warto mu umożliwić pisanie większych prac na komputerze. Rodzic może zadbać o to, aby taki zapis pojawił się we wskazaniach dla nauczyciela w opinii z poradni psychologiczno-pedagogicznej.

Źródło: <https://portal.librus.pl/artykuly/dysgrafia-jak-wspierac-dziecko>