

Dysleksja a funkcjonowanie społeczno- emocjonalne

Dzieci dotknięte dysleksją od wczesnych lat doświadczają niepowodzeń szkolnych oraz większych trudności w edukacji niż ich rówieśnicy. Okres szkolny, który wiąże się z nabywaniem umiejętności pisania i czytania to czas gdy kształtuje się tożsamość, a to z kolei jest związane z nabywaniem kompetencji i poczucia sprawczości. Obraz własnej osoby oraz osobowość kształtują się w ścisłej relacji z doświadczeniami szkolnymi. Należy więc pamiętać, że nie pozostaje to bez wpływu na ich funkcjonowanie społeczno- emocjonalne, a także na realizowanie typowych zadań rozwojowych. Doświadczenie pasma niepowodzeń nie może pozostać bez konsekwencji psychologicznych. Sytuacja staje się tym bardziej trudna jeśli dysleksji współtowarzyszą, co nierzadkie, inne zaburzenia rozwojowe, takie jak np. ADHD.

Z dysleksją wiąże się również szereg okoliczności, które wpływają na pogorszenie funkcjonowania społeczno- emocjonalnego. Frustrację wywołuje niewspółmierny do rezultatów lub braku efektów wysiłek wkładany w nabywanie umiejętności związanych z pisaniem i czytaniem. Dodatkowo dzieci doświadczają częstych doświadczeń niepowodzenia, co utrwala ten wzorzec, są także przemęczone z powodu nadmiaru pracy. Nierzadko ograniczone jest także ich uczestnictwo w sytuacjach komunikacyjnych przez co mogą doświadczać poczucia alienacji i odrzucenia. Gindrich (2004) wskazuje na niższy poziom samooceny wśród uczniów dotkniętych dysleksją. Wśród wtórnych symptomów wymienia się: poczucie lęku i osamotnienia, nieporadność, niezadowolenie z siebie, brak motywacji do działania, zniechęcenie, niskie poczucie własnej skuteczności. Może to skutkować przedwczesnym przerwaniem nauki.

Dzieci stosują różne strategie radzenia sobie z napięciem. W reakcji na trudną sytuację i stres z nią związany reagują w dwojaki sposób, mogą ***wycofywać się*** i stosować ***reakcje kompensacyjne***. Reakcje wycofania obejmują między innymi objawy lęku (np. drżenie rąk), potrzebę stałego motywowania, regresję (np. moczenie się, ssanie kciuka) czy zaburzenia psychosomatyczne (np. bóle brzucha, bóle głowy). Z kolei reakcje kompensacyjne mogą ujawniać się poprzez zachowania trudne, takie jak przyjmowanie roli klasowego „żartownisia”, dezorganizowanie zajęć, wagary czy wrogie postawy społeczne. Jest to motywowane ukrywaną frustracją oraz lękiem przed niepowodzeniem. Jedną z częściej wymienianych konsekwencji dysleksji w odniesieniu do sfery emocjonalnej jest również ***depresja***. Uczniowie Ci także częściej przypisują niepowodzenia własnym niskim umiejętnościom, a źródeł sukcesu upatrują w czynnikach zewnętrznych, co jest związane ze stosowaniem ***niekorzystnej atrybucji*** (Ridsdale, 2005). Utrudnia to odczuwanie satysfakcji z odnoszonych sukcesów przy jednoczesnym obarczaniu się winą za porażki.

Uczniowie doświadczający dysleksji, a nie otrzymujący potrzebnego wsparcia, są zagrożeni narastaniem problemów szkolnych. Im więcej trudności w czytaniu doświadczają dzieci, tym rzadziej i niechętniej czytają. Zjawisko to opisywane jest przez Keith E. Stanovich'a jako „***efekt Mateusza***” i odnosi się do mechanizmu błędnego koła. Zdaniem autora zjawisko to powodowane jest między innymi niskim poziomem oczekiwań, niewystarczającą ilością ćwiczeń w tym zakresie oraz niską motywacją związaną z nieudanym startem w nauce czytania.

Są jednak także dzieci u których obserwuje się pozytywny wpływ utrudnień na osobowość i funkcjonowanie. Uczniowie ci częściej wybierają ***strategię skoncentrowaną na***

zadaniu. Tym bardziej powinno się jak najwcześniej wskazać dziecku odpowiedni sposób i kierunek pracy.

Warto wiedzieć, że dzieci dyslektyczne charakteryzują się ogólnie **wyższym poziomem lęku** w odniesieniu do funkcjonowania szkolnego. Uczniowie którzy korzystali z **regularnej terapii** wykazują znacząco niższy poziom lęku od tych, którzy doświadczali nieregularnej, często przypadkowej pomocy terapeutycznej. Dlatego **kluczowym jest by dziecko dyslektyczne zostało objęte pomocą i wsparciem otoczenia.** To od otoczenia zależy jak dziecko poradzi sobie z niepowodzeniami i to w jaki sposób będzie spostrzegać siebie, problemy oraz wyzwania. Jak pisze Łodygowska (2017, s. 108): „Osoby dorosłe, często bezradne wobec konsekwencji, jakie rodzi dysleksja rozwojowa, próbują poradzić sobie z problemem, delegując odpowiedzialność na dzieci i motywując je poprzez stosowanie presji do samodzielnego uporania się z niezależnymi od nich trudnościami”. Dlatego tak ważnym jest by rodzice i nauczyciele udzielający wsparcia uczniom dotkniętym dysleksją mieli świadomość trudności, zarówno edukacyjnych, jak i emocjonalnych, które są nierozdzielnie związane z tym zaburzeniem. **Systematyczna, zorganizowana i długotrwała specjalistyczna pomoc** daje szansę na zminimalizowanie poznawczych konsekwencji dysleksji, a także zniwelowanie lęku, wzmocnienie motywacji oraz zwiększenie poczucia skuteczności.

Warto także zapewnić dziecku **wczesny kontakt z czytaniem.** Wspólne czytanie oprócz wielu wartości terapeutycznych, pogłębiających więź z rodzicem, może sprawiać, że czytanie nie będzie się kojarzyć wyłącznie z trudnościami, zyska również pozytywne zabarwienie emocjonalne. Wśród dzieci z zaburzeniem brak doświadczeń wspólnego czytania działa jako czynnik pogłębiający obciążenie genetyczne (Kamhi, Catts, 2005).

Dysleksji nierzadko towarzyszą **trudności z planowaniem** i kontrolowaniem przebiegu swoich działań. Dotyczy to między innymi organizacji miejsca nauki oraz zarządzania czasem. W związku z tym warto wypracować u dziecka pozytywne nawyki, takie jak np.

- wprowadzenie kolorów ułatwiających organizację pomocy dydaktycznych, np. naklejki lub okładki w tym samym kolorze dla danego przedmiotu,
- wykorzystanie kalendarza, planera, zapisywanie zaplanowanych działań czy zadań domowych,
- unikanie wyręczania dziecka, pozwolenie na wypracowanie samodzielnego właściwego zachowania,
- unikanie przeciążania zadaniami.

Podsumowując, dzieci z dysleksją oraz ryzykiem uczenia się wykazują charakterystyczne cechy funkcjonowania emocjonalnego i społecznego. Kluczowym jest, by uczeń taki jak najszybciej otrzymał wsparcie i został objęty odpowiednią, specjalistyczną opieką, co zminimalizuje jego poczucie zagubienia i zwiększy poczucie sprawstwa.

Opracowała: Julia Chojnacka - psycholog

Źródła:

Krasowicz-Kupis, G. M. (2019). *Nowa psychologia dysleksji.*

Łodygowska, Ewa. (2017). *Dysleksja a problemy emocjonalne dzieci i młodzieży: przegląd badań.*