

Dysleksja

Co to jest dysleksja?. Na pewno nie jest to żadna choroba, a według praktyków Neurolingwistycznego Programowania NLP jest to inna organizacja mózgu. Ważne! – inna , co absolutnie nie znaczy zła. Na pewno jest wiele definicji tego zjawiska i wiele przyczyn, ale NLP skupia się w dużej mierze na tym, aby pozytywnie zaprogramować umysł młodego człowieka na sukces i wskazywać możliwe metody złagodzenia lub całkowitego wyeliminowania dysleksji.

Co to znaczy inna organizacja mózgu? Otóż ktoś, kto pisze prawa ręką i chce przywołać zdarzenia z przeszłości, spogląda w lewą stronę, czyli odwołuje się do lewej półkuli mózgowej – to jest normalna organizacja mózgu. Jeżeli natomiast spogląda w prawą stronę, żeby sobie coś przypomnieć, to jest to inna organizacja mózgu. Zjawisko to jest ściśle związane z funkcjami prawej i lewej półkuli mózgu.

Uczniowie dyslektyczni, oprócz tego, że odwołują się do prawej półkuli mózgowej w momencie przypominania sobie zdarzeń z przeszłości, najczęściej są kinestetykami, czyli mają swój własny styl uczenia się oparty na elementach ruchu. Nie każdy jednak kinestetyk jest dyslektykiem.

Jak poznać kinestetyka? To nasz wiercipięta, którego wszędzie pełno, nie potrafi wysiedzieć dłużej niż pięć minut w jednym miejscu. Bazgroli, ile się da, czyta fatalnie, zeszyty tych uczniów wyglądają jakby przeżyły kataklizm, często żują gumę, albo obgryzają ołówek. Kinestetycy potrzebują dużo ruchu, aby się skoncentrować na pracy, bo w innym razie odczuwają znużenie i całkowity brak zainteresowania tym, co się wokół dzieje. W związku z tym należy takie dziecko z nadmiarem energii zmobilizować do wykonywania innych obowiązków np. podlanie kwiatków, wytarcie stolika i innych prostych czynności, czasami nawet zbędnych. Kinestetycy potrzebują również dużo ruchu na świeżym powietrzu.

W jaki jeszcze inny sposób można pomóc dziecku z dominującą prawą półkulą mózgową, które jest dyslektykiem-kinestetykiem? Bardzo skuteczne są ćwiczenia z kinezylogii edukacyjnej Dennisona., które mogą wykonywać osoby w każdym wieku, chcące ćwiczyć swój mózg, aby być sprawnym do późnej starości. Te ćwiczenia mają jeszcze jedną ważną zaletę. Oprócz tego, że nie ma ograniczeń wiekowych przy ich wykonywaniu, mają formę zabawową, którą można jeszcze urozmiścić poprzez odpowiedni podkład muzyczny.

Jedno z wielu ćwiczeń, proste, a zarazem skuteczne, nadające się do wykonywania wszędzie i z każdą osobą: są to ruchy naprzemienne. Ćwiczenie polega na wykonywaniu ruchu prawa nogą i lewą ręką lub na odwrót czyli lewą nogą i prawa ręką. Może to być ruch do przodu, do tyłu, w bok, w tempie wolnym lub szybkim, z muzyką lub bez. Jest to jedno z całej gamy ćwiczeń usprawniających proces uczenia się na każdym etapie edukacji szkolnej. Ważne jest, że takie ruchy naprzemienne można wykonywać , relaksując się przed telewizorem zjadając coś pysznego! Trudno więc nie polubić takiego ćwiczenia.

Dzieci dyslektyczne muszą pamiętać o najważniejszej zasadzie przyswajania wiedzy: zawsze powinien im towarzyszyć ruch.

Źródło: Pomóc uwierzyć w sukces, Elżbieta Matusiewicz, Głos pedagogiczny, październik 2013