**Dyslexia nie je len čítanie s chybami**

Pre každého, kto je zdravý, je ťažké pochopiť, čo dyslexia v živote človeka skutočne znamená. Na svete je okolo [10 – 15 percent](http://www.dyslexia-add.org/) ľudí, ktorí žijú s týmto problémom. Poďme si bližšie vysvetliť, čo samotné čítanie vlastne znamená a ako si zjednodušene priblížime *dyslexiu - poruchu čítania.*

Čítanie môžeme zjednodušene nazvať ako určité **dekódovanie.** Mnohí autori tvrdia, že *čitateľ, zdatný v dekódovaní, je čitateľ, ktorý vie čítať izolované slová rýchlo, presne a potichu.* Dekódovanie zabezpečuje preklad písaného slova do hovoreného. Čítanie bez dekódovania nie je možné, rovnako ako samotné dekódovanie nepostačuje na čítanie.

Čítanie je celkovo zložitý proces a svojimi slovami to potvrdzuje aj Guinevere Edenová, riaditeľka Centra pre štúdium učenia na Georgetownskej univerzite vo Washingtone: „Čítanie je pre náš mozog vlastne jedna veľká drina. Keď čítame, náš mozog je nútený používať centrá, ktoré pôvodne využíva na niečo úplne iné – a používať ich na čítanie.” Príslušné centrá v našom mozgu musia najprv rozpoznať písmená, potom z nich vytvárajú jednotky, tie sa spájajú so zvukmi, a nakoniec tieto zvuky vytvárajú slová. Tento proces sa zdá byť na prvý pohľad veľmi jednoduchý, no pre milióny ľudí s dyslexiou je veľmi komplikovaný.

Dyslexia je charakteristická tým, že *ovplyvňuje rýchlosť, správnosť i porozumenie čítaného textu.* Ak je porucha závažnejšieho charakteru, môžeme vidieť, že *čítanie je značne pomalé, takýto človek si mýli písmená, vynecháva písmená alebo slabiky, text si domýšľa a robí množstvo chýb.* Zhoršená je i samotná orientácia v texte, reprodukcia nie je presná a často takýto človek nevie na strane pohotovo nájsť údaje.

Jonathan Gohrband, 31-ročný video-grafik z Chicaga, pre ktorého je dyslexia už neoddeliteľnou súčasťou života, hovorí: *„Je to ako keby ste sa pozerali na cudzie slovo.“*

**Čo všetko zohráva dôležitú úlohu pri čítaní?**

1. **Zrakové vnímanie**

Nedostatočne rozvinuté zrakové vnímanie, nemá nič spoločné s poruchami zraku, ktoré môžeme korigovať dioptrickými okuliarmi. Prvé prejavy môžeme sledovať už v predškolskom veku. Dieťa nerozlišuje obrázky, nevníma na nich detaily, polohu v priestore, nerado skladá puzzle. Do dospelosti má ťažkosti s vyhľadávaním informácií i obrázkov, napr. pri hľadaní výrazu na stránke alebo pri hľadaní konkrétneho čaju v obchode. Vývojové deficity sa podieľajú na chybách v čítaní podobných slov. Oslabenie zrakového vnímania v kombinácii s pomalým čítaním spôsobuje zdĺhavú a nepresnú orientáciu v tzv. prezentovanom materiáli (zápis na tabuli, bežiaca prezentácia). Ťažko sa orientuje v zápisoch, ktoré sú chaoticky napísané alebo zápisoch napísaných na nedostatočne zotretej tabuli.

1. **Pravo-ľavá a priestorová orientácia**

 Určovanie pravej a ľavej strany môže byť celoživotným problémom, napr. pri šoférovaní. Taktiež pri čítaní je nutná pravo-ľavá orientácia predovšetkým pri sledovaní riadku zľava doprava. Orientácia v priestore a určovanie pravej a ľavej strany sa podieľajú na orientácii na mape, v budove, na neznámom mieste, pri čítaní napríklad ovplyvňuje vnímanie stránky (hore/dole, odstavce, riadky) a vnímanie kapitol. Deficit v tejto oblasti znamená taktiež neschopnosť orientovať sa v chaotickom zázname poznámok vyučujúceho na tabuli. Napriek tomu, že človek zvládne izolované úlohy, ako je napr. určenie strany, so zložitými úlohami má problémy. Preto potrebuje viac času ja úlohy typu: *„Pozrite sa na graf vľavo hore, urobte dva kroky doprava, choďte druhou ulicou vľavo.“*

1. **Reč a komunikácia**

 Neexistuje priama závislosť medzi dyslexiou a koktavosťou či nesprávnou výslovnosťou hlások. Zároveň však ťažkosti v reči znamenajú u niektorých ľudí celý komplex problémov. Deficit vo vnímaní a porozumení reči spôsobuje stratu súvislostí v konverzácii, pri prednáške alebo pracovnej porade. Pri vyslovovaní artikulačne náročných slov sa môže objaviť tzv. artikulačná neobratnosť. Pri pomalej výslovnosti a výslovnosti o slabikách sa ťažkosti neobjavujú, ale v plynulej reči môžu hovoriaceho potrápiť. Chce rýchlo niečo povedať, ale jazyk ho náhle neposlúcha a výsledkom sú smiešne skomolené slová. Patrí sem tiež pomalšie vybavovanie si pojmov, mien a názvov. Nejde o nevedomosť, to len mozog „nedodá“ vhodný výraz. Ak sa k uvedeným prejavom pridá oslabenie krátkodobej pamäti, nízka koncentrácia pozornosti, nedostatok sebadôvery kvôli opakovaným chybám, výsledkom môže byť strach z vystupovania na verejnosti.

1. **Fonematický sluch**

Nedostatočne rozvinutý fonematický sluch je považovaný za jednu z hlavných príčin dyslexie. Zaisťuje spojovanie hlások do slov, rozklad slov na hlásky. Dovoľuje rozlíšiť či počujeme slovo kos alebo slovo kôš, mačka alebo kačka. Pri nedostatočne rozvinutom fonematickom sluchu môžeme nepresne rozlišovať slová v hovorenej reči, a to v materskom alebo cudzom jazyku. Výsledkom je nepresné porozumenie pri konverzácii. Nedostatočný vývoj sluchového vnímania spôsobí, že jedinec nezvláda činnosti vo zvukovo náročnom prostredí, stačí šum v škole či na pracovisku. Sluchové vnímanie a následné spracovanie počutých informácií je preto nepresné. Tento stav zhoršujú problémy s koncentráciou pozornosti.

1. **Koncentrácia pozornosti**

Oslabenie koncentrácie pozornosti spôsobuje problémy v sledovaní prednášky, priebehu diskusie, porady. Znemožňuje dlhodobé štúdium či sústavnú prácu na danej úlohe. Niekomu trvá dlho, kým sa „skoncentruje“. Niekto váha, úlohe sa skôr vyhýba, iný zase začína pracovať hneď, ale po krátkej dobe nastupuje únava, sústredenie tak končí. Rýchlo ho vyrušia čo i len malé podnety (telefón, šepot). Človek s poruchou sústredenia môže zase ostatných rušiť svojim nepokojom, ako je napr. vrtenie sa na stoličke, kopanie do stolu, trasenie nohou. Neschopnosť sústrediť sa súčasne na viacero činností alebo ich súčasne robiť je ďalším problémom, napr. počúvať výklad a zapisovať si súčasne z toho poznámky. Pokiaľ to ten jedinec zvláda, vyžaduje si to neúmerné množstvo energie v porovnaní s inými ľuďmi – preto sa oveľa skôr a viac unaví a to následne vedie aj k chybám.

1. **Pamäť**

 Pamäť je pre život dôležitá funkcia s niekoľkými úrovňami. Krátkodobá pamäť dovoľuje udržať v pamäti informácie po dobu niekoľkých sekúnd (mená, telefónne čísla, pokyny). Dôležitá je pri počúvaní, v rozhovore, pri písaní. Je nutná pri vnímaní diskusie a aktívnej účasti v nej. Nedostatočne rozvinutá krátkodobá pamäť môže byť jednou z príčin chýb pri opisovaní textu a číslic, pri zabúdaní úloh v dennom živote (kde idem, kde som to uložil), aj v neschopnosti udržať myšlienkovú líniu pri rozprávaní. Osoby s dyslexiou majú výrazný deficit v slovnej krátkodobej pamäti, nie v zrakovej, preto si videnú informáciu zapamätajú lepšie. Pracovná pamäť slúži k uchovávaniu a spracovávaniu informácií počas kratšej doby. Oslabenie pamäti je jedna z charakteristík dyslexie. Systém krátkodobej i pracovnej pamäti je menej účinný. Ak je preťažený, informácie nie sú ukladané efektívne, uložené sa ťažko vybavuje.

1. **Automatizácia**

 Automatizácia poznatkov a praktických schopností je pre človeka dôležitá. Umožňuje vykonávať radu činností bez výrazného sústredenia a premýšľania, ako sú opakovanie násobkov čísel, jazda na bicykli, šoférovanie. Automatizácia je výsledkom mnohonásobného opakovania. u ľudí s dyslexiou je proces automatizácie oslabený. K dobrému zvládnutiu učiva potrebujú viac času a viacnásobné opakovanie. Pokiaľ nemajú poznatky dostatočne zautomatizované, zabudnú ich. Ťažkosti v automatizácii vedú k tomu, že úlohy, ktoré sa zdajú byť jednoduché, dieťa či dospelý nezvláda, ale dobre rieši zložitejšie úlohy vyžadujúce si logické uvažovanie. Mechanické činnosti si dlhší čas nemôže osvojiť. Má to svoje „ale“ - ťažkosti v automatizácii vedú k neustálemu hľadaniu nových ciest, k tvorivosti, originalite. To je jedna z kladných stránok dyslexie.

1. **Organizácia seba samého a času**

 Organizácia seba samého a organizácia času patria k najčastejším problémom osôb s dyslexiou. Prejavom je neschopnosť organizovať si prácu, určiť si priority a poradie činností. V zmätku zabúdajú veci, pomôcky do školy, materiály do práce. Takisto je tomu tak pri plánovaní času na relaxáciu a bežné činnosti, s tým súvisí meškanie, zabúdanie miesta a času stretávok či dôležitých termínov.

1. **Sekvenčná analýza**

 Spracovanie informácií podľa následnosti je náročné a vyžaduje si mnoho času i postup podľa inštrukcií. Problémy sa prejavujú pri písaní i opisovaní čísel, textov, robení poznámok, vyplňovaní formulárov, menovaní dní v týždni, mesiacov v roku. Problémy v sekvenčnej analýze postihujú aktivity, kde sa celok delí na časti a tie sa usporadúvajú podľa poradia.

1. **Pohyb**

 Problémy s osvojovaním pohybových zručností a nedostatočná koordinácia pohybov nemusia znamenať dyspraxiu. Pohyb je dôležitý v bežných denných činnostiach, aj keď si to možno ani neuvedomujeme. Niektorí jedinci s dyslexiou sú neobratní pri každom pohybe, narážajú do ľudí a predmetov, zhadzujú predmety, sú ťažkopádni. Tieto pohyby označujeme ako hrubú motoriku. Pojem jemná motorika slúži pre označenie pohybov, ktoré vyžadujú činnosť jemných svalov a svalových skupín. Ich vývoj ovplyvňuje písanie, zapínanie gombíkov, ovládanie malých tlačidiel na mobile, manipulovanie s pinzetou, malým šróbovákom, apod. Pohyb súvisí s orientáciou v priestore a so zmyslovým vnímaním. Spolupráca oka a ruky dovoľuje presné vedenie pohybov pri navliekaní nite, šróbovaní malých matiek a iné. Pri písaní zaisťuje umiestnenie tvarov písmen v riadku, podieľa sa na rysovaní. Uvedené deficity sa prejavujú v odlišných kombináciách a majú rôznu závažnosť. Preto neexistuje jediný typ dyslexie s rovnakými prejavmi a odporúčaniami pre reedukáciu či podporu. Možno si myslíte, že podobné ťažkosti má každý, a budete mať i častokrát pravdu. U dospelých s dyslexiou sú tieto ťažkosti intenzívnejšie a vzájomne sa kombinujú.

Deti s poruchami učenia sú často nútené vysporiadať sa s výsmechom ich okolia. Už vyššie spomínaný Jonathan Gohrband však našiel vo svojom boji niečo pozitívne. Vďaka dyslexii musí každý deň vystúpiť zo svojej komfortnej zóny, stal sa kreatívnejším a tolerantnejším. „Dyslexia mi priniesla jednu dôležitú skúsenosť: Keď veci nejdú ľahko, naučíte sa skúšať nové veci a tvrdo na tom pracujete.“

**Spracovala:** Mgr. Karolína Spodniaková, špeciálny pedagóg CPPPaP v Nitre

**Použitá literatúra:**

Marína Mikulajová a kolektív:*Čítanie, písanie a dyslexia s testami a normami,* Slovenská asociácia logopédov, Bratislava, 2012

Olga Zelinková, Miloslav Čedík: *Mám dyslexii (Pruvodce pre dospívající a dospelé se specifickými poruchami učení)*, Portál s.r.o., Praha, 2013

<https://eduworld.sk/cd/anna-hurajova/3118/schopnost-dobre-citat-a-pisat-nie-je-samozrejmost-dyslektikov-su-medzi-nami-miliony>