

## Как распознать дислексию у ребёнка... и можно ли с ней бороться

*Приложите к книжной странице зеркало и попробуйте прочитать текст в отражении. Теперь вы примерно понимаете, что каждый раз видит дислектик вместо обычных строчек. Он не болен и не страдает нарушениями развития — просто по-другому воспринимает привычные всем знаки.*

Термин «дислексия» ввёл в оборот офтальмолог Рудольф Берлин ровно 130 лет назад. Именно он впервые описал нарушение, при котором человек с нормальным интеллектом и зрением не способен научиться (вообще или хорошо) читать и писать, несмотря на нормальные физические и интеллектуальные способности. Многие врачи описывали схожие случаи: подросток или взрослый, в остальном совершенно нормальный, как будто страдает «словесной слепотой». Сколько его ни учи чтению, он остаётся совершенно неграмотным.

В 1925 году невропатолог Самуэль Ортон систематизировал эти случаи и стал исследовать этот феномен. С тех пор интерес к дислексии не угасает, но единого мнения о причинах её развития до сих пор нет. Единственное, что наука знает точно: дислексия — не болезнь. В её основе лежат определённые нейробиологические отличия от «условной нормы», которые с высокой вероятностью наследуются. Дислексию можно упрощенно описать как нарушение связей между правым и левым полушариями мозга.

Дислектик — человек, который немного, незаметно «дезориентирован в пространстве». Этой небольшой дезориентации достаточно для того, чтобы затруднить восприятие двумерных букв, слов, фраз и текстов в целом. Мозг дислексика как бы читает неправильно — «переворачивает» буквы и слова. И человеку приходится тратить дополнительное внимание на то, чтобы расшифровать их обратно. Попробуйте научиться читать в зеркальном отражении, писать левой рукой или делать перевёрнутые надписи, и вы приблизительно поймёте сущность школьных страданий дислексика.

### Дислексия, или дисграфия: как понять ошибки моего ребёнка

Полные, если можно так выразиться, тяжёлые дислексии встречаются редко, и они действительно совсем или почти совсем не способны воспринимать и воспроизводить письменную информацию. Чаще мы имеем дело с дислексиком, которому удалось с грехом пополам договориться со своими полушариями и наладить сложную, энергозатратную систему «дешифровки букв». Но именно с грехом пополам. Подросток-дислектик (всё, что написано ниже, относится не к первокласснику, а к ребёнку, который учится уже в третьем классе или старше) интеллектуально развит на возрастную норму, но всё равно:

- переставляет буквы при чтении;
- читает с ошибками, пытается угадывать слова по первым буквам;
- читает медленно;
- не может понять, где остановились, читая в прошлый раз;
- не понимает фразу, которую только что прочитал;
- с трудом пересказывает прочитанное, даже если текст понравился (хотя сам может ярко и живо рассказать любую историю);
- на письме делает множество ошибок, даже при списывании текста;
- делает типичные «дисграфические» ошибки (дислексия на письме называется дисграфией): пишет «лишние палочки» или забывает их дописать, вместо «ц» получается «ч», потому что забыл сделать хвостик;
- пропускает и переставляет буквы на письме;
- ему никак не помогают ни правила орфографии, ни прилежное переписывание текстов — ошибок не убавляется;
- может написать слово правильно, а рядом то же самое слово неправильно;
- имеет проблемы с почерком: ему трудно писать по линейке, буквы нередко пляшут и их наклон и нажим сильно зависят от настроения и состояния ребёнка;
- не понимает при прочтении условие задачи, не может сообразить, чем «в два раза больше деревьев» отличается от «на два дерева больше» (хотя в жизни отлично это понимает);
- с трудом запоминает «порядок действий» и не может решить длинный пример, хотя уже овладел навыками устного счёта и легко мог бы совершить в уме все имеющиеся в примере действия;

- и наконец — так как на «дешифровку знаков» требуется много напряжённого внимания и концентрации — создаётся ощущение, что у дислектика дефицит внимания, хотя на самом деле это совершенно не так. Просто дислектику приходится обрабатывать во много раз больше информации в секунду, чем ребёнку без этих трудностей.

Вдобавок ко всему этому дислектик часто не умеет рисовать. Не может, например, даже в 9-10 лет изобразить лису, потому что не понимает, где у неё голова, а где хвост. Он путает левое и правое. Не может нарисовать схему, разместив на листе бумаги стрелочки или квадратики и так далее. Молва приписывает дислексикам своеобразие, одарённость и необычность суждений. Часто они бывают левшами или амбидекстрами.

### **Как отличить дислексию от других особенностей или нарушений**

**Во-первых**, дислексические особенности — достаточно специфические и узнаваемые. Они проявляются при овладении конкретным «пучком навыков» — чтения, письма и счёта. Если ребёнок и до начала обучения буквам демонстрировал, например, задержку речи или дефицит внимания (не мог сосредоточиться ни на еде, ни на слушании книжки), если у него всегда существовали трудности с координацией, интеллектом или общением — то школьные проблемы такого ребёнка связаны не с дислексией.

**Во-вторых**, следует обратить внимание на то, сколько ребёнку лет, как давно его начали учить чтению и письму и каково его (ребёнка) отношение к этому обучению.

Если ребёнок в шесть лет не хочет знать буквы, потому что ему больше нравится играть в Лего, то это не дислексия.

Если третьеклассник читает со сносной скоростью, но делает много ошибок в диктантах, это тоже не дислексия.

**В-третьих**, нужно обращать внимание именно на специфические дислексические ошибки и особенности, перечисленные выше. Зеркальные буквы и неправильное держание ручки — ещё не признак дислексии, но если при этом десятилетний ребёнок легко может прочитать «кот» как «кто» или «ток» — то это уже на неё похоже. В целом о дислексии можно говорить, если ребёнок уже больше трёх лет упорно учит чтению и письму, а результаты (при интеллектуальной норме) совсем неудовлетворительные.

Если ребёнка в течение трёх лет обучают чтению и письму, а результаты такого обучения неудовлетворительные, то можно говорить о дислексии.

### **Что же делать, если у вас растёт дислектик**

Приведённые ниже рекомендации даны мной — мамой девочки с относительно небольшими проявлениями дислексии (в десять лет читает медленно, переставляет слова и буквы, с большим трудом овладевает навыками письма, делает множество дислексических ошибок) и опрошенной мной мамы мальчика с дислексией серьёзной (начал учиться читать в пять лет с частным логопедом-дефектологом и к 11 годам всё ещё испытывает трудности с чтением).

**1. С самого начала учим читать осмысленно.** Медленно и спотыкаясь, но чтобы каждое слово было понятно.

**2. Читать только вместе и только интересно.** Покупать красивые книги с картинками, чтобы сенсорное восприятие книги помогало ребёнку.

**3. Приучим читать так:** родитель медленно читает книгу, ребёнок следит глазами за текстом, и когда готов прочесть несколько слов, делает родителю знак и читает сколько может. Дальше опять вступает родитель.

**4. Затем продолжим читать так:** одну фразу читает родитель, другую ребёнок. Родитель не перебивает, но поправляет ребёнка в конце. Если трудностей очень много, стоит повторить фразу ещё раз до понимания.

**5. Читать ребёнку вслух, пока готов слушать.** Дислектик, особенно «трудный», всё равно останется таковым. И возможно, стоит отчасти довериться аудиокнигам.

**6. Когда вам удастся научить дислектика читать про себя**, вы обнаружите, что некоторые тексты ему проще читать именно так. Дело в том, что дислектику всё равно приходится дешифровать слова, а когда он читает про себя, то некоторые слова можно пропускать без особого ущерба для смысла. Получается быстрее. Конечно, это относится не ко всем текстам. Условия задач так читать невозможно, а вот «Денискины рассказы» — самое то.

7. **Если читать совсем трудно**, стоит сделать широкую закладку с длинным вырезанным окошком посередине, чтобы были закрыты нижние и верхние строчки. Так буквы будут меньше плясать. Но этот приём, как и вождение пальцем по строчкам, следует в какой-то момент отставить.
8. **Можно брать книги с большим шрифтом**, перепечатывать тексты на принтере большими и, если есть возможность, цветными буквами. Есть специальные шрифты для дислектиков, например латиница.
9. **Читать тексты**, где главная опора в понимании идёт на картинки. Например, есть много хороших комиксов.
10. **Этот пункт очень труден в исполнении**, но дислектика нельзя учить писать по школьным правилам. Во всяком случае надо убрать все стандарты письма. У нас нет цели выучить дислектика писать грамотно — есть цель дать возможность получать удовольствие от процесса письма. Пусть ребёнок пишет с ошибками, переворачивает буквы, как это делают академически одарённые дошкольники четырёх-пяти лет, но пусть он использует эту деятельность в своей жизни, пишет авторские тексты, письма, комиксы и книжки.
11. **Научить писать с разной скоростью**, писать, проговаривая буквы, писать, специально делая ошибки, или списывать «ровно и красиво», писать по кривым и прямым линиям, срисовывать картинки по клеточкам и так далее.
12. **Очень полезно писать разными ручками**, карандашами, фломастерами и кисточками, лепить буквы и слова из пластилина, стараться угадать, уместится ли слово на листе, стараться «сжать» или «расширить» почерк.
13. **Можно тренироваться делать на листе схемы** или срисовывать карты, на которых размещать надписи разными способами.
14. **Убрать оценки**. Даже если они есть в школе, стоит объяснить всем заинтересованным сторонам, что долбить дислектика за двадцать ошибок в диктанте и заставлять его учить правила — жестоко и бессмысленно.

---

Дислексия на самом деле всего лишь другой способ восприятия письменного текста, другие отношения с ним. Это не болезнь и даже не нарушение. Многие дислектики вполне приспособились к своим особенностям и успешно адаптировались в жизни. Говорят, некоторые из них даже стали писателями: за письменным столом вместо них сидели их машинистки или жены, а сами они бегали по кабинету и диктовали.