

Pomoc psychologiczna uczniowi z dysleksją

Jeżeli będziesz traktował osoby tak, jak na to zasługują, będziesz je czynił gorszymi. Jeżeli będziesz je widział takimi, jakimi mogą się stać, uczynisz je takimi naprawdę.

J.W. Goethe

Pomoc psychologiczna odnosi się do wielorakich oddziaływań ukierunkowanych na korzyść jednostki. W zależności od specyficznych potrzeb biorcy i kompetencji oraz zasobów dawcy, korzyść ta może mieć charakter emocjonalny, informacyjny, instrumentalny lub/i wartościujący. Wsparcie należy do zjawisk opartych na relacji społecznej pomiędzy pomagającym i wspomaganym. Podstawowym warunkiem zaistnienia kontaktu pomocowego jest otwartość biorcy i kompetencje dawcy. Decyzja o nawiązaniu tej interakcji oparta jest na bilansie strat i korzyści dokonanych przez obie strony. Wejście w rolę wspomaganego stanowi niełatwe zadanie dla ucznia z dysleksją (a także jego rodziców, nauczycieli). Oznacza bowiem konieczność konfrontacji z własną słabością, ograniczeniami, które podważają wartość społeczną jednostki. Z drugiej jednak strony daje nadzieję na przezwyciężenie przeżywanych sytuacji trudnych. Nawiązanie kontaktu stanowi szansę przeżycia bliskiej pozytywnej relacji, ale może także przyczynić się do poczucia zależności od innych. Towarzyszyć temu może doświadczenie lęku przed ujawnieniem i wstyd. Z kolei przyjęcie roli pomagającego obarczone jest odpowiedzialnością etyczną i prawną, kosztami emocjonalnymi (współprzeżywania trosk innych), choć jednocześnie daje możliwość sukcesu, potwierdzenia poczucia własnej wartości i prestiżu społecznego.

Gdy przewidywane koszty (m.in. emocjonalne, finansowe) przekraczają oczekiwane korzyści, wówczas interakcja nie dochodzi do skutku lub jest wygaszana. Podstawowym powodem otwartości ucznia z dysleksją na pomoc jest doświadczenie nieradzenia sobie w ważnych aspektach życia.

We współczesnej praktyce wyróżniamy następujące formy wsparcia psychologicznego: promocja zdrowia, poradnictwo psychologiczne, profilaktyka patologii, interwencja kryzysowa, psychoterapia i rehabilitacja (Czabała, Sęk 2005). Wymienione działania różnicuje kategoria osoby wspomaganej i rodzaj oferty. W odniesieniu do ucznia z dysleksją szczególne znaczenie mają działania związane z promocją zdrowia (wzmacnianie własnych zasobów i odpowiedzialności za pracę korekcyjną w zakresie własnych trudności szkolnych), poradnictwem psychologicznym (przezwyciężanie kryzysów rozwojowych i trudności adaptacyjnych), prewencją psychopatologii (ochrona przed utratą zdolności do samoregulacji i samokontroli w postaci różnych form zaburzeń zachowania), a czasami psychoterapii (odbudowa pozytywnego obrazu siebie, świata i własnej przyszłości).

Promocja zdrowia wykorzystuje głównie formy edukacyjne i jest adresowana do każdego człowieka jako autonomicznego podmiotu zdolnego podejmować racjonalne decyzje dotyczące własnego zdrowia soma-

tycznego, psychicznego i duchowego. Należy rozumieć ją jako proces umożliwiający uczniowi dyslektycznemu zwiększenie oddziaływania na własne zdrowie w sensie jego poprawy i utrzymania poprzez:

- podnoszenie **świadomości** mechanizmów i czynników zdrowia bio-psycho-społecznego (w tym wiedzy o własnych możliwościach i ograniczeniach),
- umożliwienie człowiekowi **kontroli** nad procesami zdrowia (w tym możliwości terapii pedagogicznej zmierzającej do ograniczenia problemów w pisaniu i czytaniu),
- rozwój i **umacnianie zasobów** zdrowotnych tkwiących w człowieku i środowisku.

Promocja zdrowia ucznia z dysleksją zakłada konieczność postrzegania go jako podmiotu ukierunkowanego na realizację różnych zadań rozwojowych. Należą do nich nie tylko obowiązki szkolne, ale także relacje z rówieśnikami, rodzicami, formowanie własnej tożsamości, potrzeby seksualne, pierwsze problemy mitosne, wybór wykształcenia i zawodu, wybór partnera życiowego itd. Wspomaganie psychologiczne powinno zatem uwzględniać specyfikę rozwojowych aspiracji, pragnień dziecka i adolescenta powiązanych z systemem oczekiwań społecznych (Havighurst, za: Kurtek 2009). Sprawdzanie wszystkich jego problemów życiowych do specyficznych trudności w pisaniu i czytaniu byłoby błędem determinizmu.

Dysleksja staje się subiektywnym problemem dla dziecka w okresie szkolnym, dlatego w tym artykule ograniczam się do zadań rozwojowych okresu szkolnego.

Wyzwania życiowe okresu późnego dzieciństwa (6–12 r.ż.)

można zaklasyfikować do czterech grup kompetencji:

- ruchowych – sprawności fizyczne potrzebne w codziennych zabawach,
- poznawczych – używanie pojęć niezbędnych w codziennym życiu oraz techniki szkolne,
- społecznych – umiejętność obcowania z rówieśnikami, uczenie się roli płciowej oraz kształtowanie się postaw wobec grup społecznych i instytucji,
- osobowościowych – respektowanie reguł moralnych obowiązujących w danej kulturze, wartościowanie zachowań, ukształtowanie adekwatnej różnicowanej samooceny (Kurtek 2009).

Realizacja zadań ruchowych jest zagrożona w przypadku dzieci dyslektycznych, które przejawiają trudności w koordynacji wzrokowo-ruchowej, co wyraża się niepowodzeniami, na przykład w nauce jazdy rowerem, pływania, biegania, grach zespołowych (na lekcjach wychowania fizycznego), co powoduje, iż w ocenie społecznej uchodzą za gapowate, niezdarne. Z kolei obniżone zdolności kodowania i dekodowania symboli

Przedmioty refleksji młodzieży i odpowiadające im zadania rozwojowe R. Havighursta (Kurtek 2009)

Przedmiot refleksji	Zadania rozwojowe R.Havighursta
1. Ja fizyczno-psychiczne Tożsamość indywidualna (Rozwój świadomości intrapersonalnej)	<ul style="list-style-type: none"> • Akceptowanie swojego wyglądu i efektywne korzystanie ze swojego ciała • Osiągnięcie męskiej i kobiecej roli społecznej • Przygotowanie się do zawodu
2. Ja fizyczno-psychiczne Tożsamość grupowa (Rozwój świadomości intrapersonalnej)	<ul style="list-style-type: none"> • Osiągnięcie emocjonalnej niezależności od rodziców i innych dorosłych • Osiągnięcie nowych, dojrzałych relacji z rówieśnikami obu płci • Przygotowanie się do życia w rodzinie i małżeństwie • Rozwijanie umiejętności intelektualnych i pojęć związanych z postawą obywatelską • Dążenie i osiągnięcie społecznie odpowiedzialnego zachowania
3. Świat kultury, wartości, religii Tożsamość kosmiczna (Rozwój świadomości aksjologicznej)	<ul style="list-style-type: none"> • Rozwijanie własnego światopoglądu (systemu wartości i stosunku do Transcendencji)

utrudniają im opanowanie technik pisania i czytania języka ojczystego i języków obcych, a także czasami naukę matematyki. Tym samym są narażone na niepowodzenia w zakresie wymienionych wyzwań edukacyjnych.

Wymienione utrudnienia w realizacji zadań rozwojowych mogą przyczyniać się do negatywnej pozycji w grupie rówieśniczej i negatywnego autoportretu. Natomiast kluczowym zadaniem okresu dorastania staje się formowanie własnej tożsamości. W tabeli zaprezentowano główne wymiary tożsamości i związane z nimi zadania rozwojowe młodzieży.

Promocja zdrowia oznacza wzmocnienie umiejętności ucznia w zakresie wymienionych obszarów zadań rozwojowych. Dysleksja nie przekreśla szans dziecka i adolescenta na sprostanie zadaniom rozwojowym. Należy zwrócić uwagę, iż okres szkolny stanowi kluczowy moment w rozwoju człowieka na odnalezienie potencjalnych zdolności dziecka (a nie tylko jego ograniczeń i słabości). Efektem skutecznej pomocy jest zatem zwiększanie świadomości własnych uzdolnień, która stanowi istotny czynnik tendencji rozwojowych i kompensacji przeżywanych trudności szkolnych. Zasadniczym bowiem psychicznym motywem aktywności ucznia jest przezwyciężenie konfliktu pomiędzy poczuciem własnej wartości a kompleksem niższości (Erikson 1997). Pracowitość w przeciwieństwie do lenistwa stanowi objaw pozytywne przepracowanego tego kryzysu rozwojowego. Tym samym objawy niskiej motywacji do nauki (bierności, wycofania) u ucznia z dysleksją można interpretować jako wynik przewagi doświadczenia niepowodzeń nad sukcesami szkolnymi. Aby przeciwdziałać negatywnemu autoportretowi i tym samym modyfikować motywację do nauki, należy wspierać ucznia w odkrywaniu i realizacji jego talentów. Liczne przykłady uczo-nych, pisarzy z dysleksją potwierdzają możliwość samorealizacji i spełniania pomimo objawów dyslektycznych. Bogatą ofertę możliwych rodzajów

uzdolnień zaprezentowali H. Gardnem, M.L. Kornhaber i W.K. Wake (2001) w koncepcji inteligencji wielorakich. Autorzy wymieniają uzdolnienia:

- językowe (*literat, gawędziarz*),
- matematyczno-logiczne (*naukowiec, prawnik, filozof*),
- ruchowe (*majsterkowicz, tancerz, sportowiec*),
- wizualno-przestrzenne (*artysta, plastyk*),
- muzyczne (*muzyk, śpiewak, instrumentalista*),
- przyrodnicze (*odkrywca, badacz*),
- interpersonalne (*lider, działacz społeczny*),
- intrapersonalne (*psycholog*).

Pomoc w odkryciu wymienionych uzdolnień stanowi szansę potwierdzenia wartości społecznej dzieci i młodzieży i pozwala formować pozytywny obraz siebie. Tym samym znaczenie własnej dysleksji – jako czynnika udaremniającego poczucie skuteczności – zostaje ograniczone. Obraz siebie zarówno w ujęciu aktualnym jak i perspektywicznym nabiera blasku. Obraz siebie kształtuje się jednak nie tylko w oparciu o efektywność własnych działań, ale także rezonans społeczny. A ten wobec uczniów dyslektycznych staje się obecnie nie najlepszy. Przypadki nadużywania dysleksji jako środka nieuzasadnionego wsparcia w pokonywaniu szczebli edukacji szkolnej stanowią powód konfliktów między rówieśnikami i przyczyniają się do procesów generalizacji i uprzedzeń wobec tej grupy uczniów.

Wzmocnienie wskazanych zasobów stanowi nie tylko szansę samorealizacji ucznia z dysleksją, ale stanowi czynnik chroniący przed ewentualnymi zagrożeniami zdrowia psychicznego i negatywnym wizerunkiem społecznym. Tym samym stanowi przejaw pozytywnej strategii działań prewencyjnych.

Prewencja psychopatologii oznacza bowiem zespół działań, w których wykorzystuje się metody i środki psychologiczne w celu obniżenia prawdopodobieństwa wystąpienia zaburzeń w funkcjonowaniu somatycznym, psychicznym i społecznym. Cel osiąga się poprzez

przeciwdziałanie czynnikom ryzyka i wzmacnianie zasobów. Wspomaganie odporności psychicznej zwiększa szansę na konstruktywne przezwyciężanie sytuacji trudnych, które są udziałem dyslektyka. Dzieci nieodporne – łatwo zniechęcają się wobec niepowodzeń szkolnych (przejawiają zachowania neurotyczne – lękowe lub/i agresywne). Natomiast samorealizujące się (w wymiarze różnych zadań rozwojowych) potrafią w sytuacjach niepowodzeń modyfikować plan działania, gdyż mają poczucie własnych kompetencji (co chroni je przed rozczarowaniem sobą).

Istotne znaczenie w przezwyciężaniu problemów społeczno-emocjonalnych dyslektyka może odegrać grupa wsparcia. Stanowi ona środowisko wzajemnej, różnorodnej pomocy w rozwiązywaniu wspólnych problemów osobistych i społecznych, zrzeczające na zasadach dobrowolności osoby o podobnych doświadczeniach. W takiej grupie aktualizować mogą się następujące czynniki wspomagania rozwoju, a czasem i terapii grupowej:

- akceptacja – doświadczenie więzi, bliskości w relacjach partnerskich,
- nadzieja na sprostanie życiowym wyzwaniom szkolnym i zawodowym,
- altruizm (pomaganie innym) – możliwość bycia pomocnym innym jako czynnik wzmacniania autoportretu,

- uniwersalizacja – doświadczanie problemów podobnych do innych przeciwdziała poczuciu odmienności,
- wgląd (lustro społeczne) – możliwość zobiektywizowania własnego ja, jego mocnych i słabych stron dzięki informacjom zwrotnym od innych,
- katharsis (wentylacja) wypartych uczuć, idei – możliwość bezpiecznej autoekspresji,
- autoprezentacja – możliwość potwierdzenia własnej wartości w układach społecznych,
- interpersonalne uczenie się nowych zachowań – szansa na eliminację negatywnych nawyków społecznych (unikowych) i wzmacnianie kompetencji w zakresie inteligencji interpersonalnej (empatii, wglądu społecznego, współpracy),
- czynnik egzystencjalny – oznacza odkrywanie lub przepracowanie własnego systemu wartości.

Pomoc psychologiczna nie powinna utrzymywać negatywnego obrazu siebie i tendencji zależnościowych. Wprost przeciwnie – winna pozwolić odkryć własne potencjalności, pozwalające na potwierdzenie własnej wartości, i tym samym akceptację tych ograniczeń, z którymi przyszło nam żyć. ■

Bibliografia

- Cz. Czabała, H. Sęk, *Pomoc psychologiczna*, [w:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*, t.3, Gdańsk 2005, s. 605–621.
- E.H. Erikson, *Dzieciństwo i społeczeństwo*, Poznań 1997.
- H. Gardner, M.L. Kornhaber, W.K. Wake, *Inteligencja. Wielorakie perspektywy*, Warszawa 2001.
- P. Kurtek, *Dziecko z niepełnosprawnością wobec zadań rozwojowych późnego dzieciństwa*, [w:] W. Pilecka, M. Rutkowski (red.), *Dziecko ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w drodze ku dorosłości*, Kraków 2009, s. 391–406.
- P. Kurtek, *Młodzież z niepełnosprawnością wobec zadań rozwojowych*, [w:] W. Pilecka, M. Rutkowski (red.), *Dziecko ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w drodze ku dorosłości*, Kraków 2009, s. 391–405.