

O czym warto pamiętać w sprawnej komunikacji z osobą z dysleksją*

1. W przypadku większości dorosłych osób z dysleksją czytanie nie stanowi zwykle poważnej trudności, pod warunkiem że nie znajdują się pod presją czasu, silnego stresu, a materiał nie jest zbyt skomplikowany.
2. Osoby studiujące z dysleksją mogą poczuć się niekomfortowo, gdy zostaną poproszone o przeczytanie czegoś na głos.
3. Osoby dorosłe z dysleksją wypracowały przez lata własne strategie adaptacyjne w sytuacjach edukacyjnych i społecznych oraz sposoby uczenia się, o które warto zapytać i je poznać.
4. Osoby studiujące z dysleksją mogą potrzebować więcej czasu, aby przeczytać zadane teksty, zlokalizować słowo w słowniku, zrozumieć, co objaśniano i/lub napisano na tablicy czy sprawdzić coś, np. w rozkładzie jazdy autobusów lub pociągów.
5. Presja czasu powoduje, że osoby z dysleksją mogą mieć trudności z szybkim wykonaniem instrukcji podawanych ustnie, z ich rozumieniem słuchowym lub realizacją zadań pisemnych, np. w czasie wejściówki czy kolokwium. Bywa, że preferują odpowiedzi ustne na egzaminach.
6. Osoby z dysleksją mogą mieć trudności z nauką nowych symboli i zapamiętywaniem listy słów, zwłaszcza jeśli poszczególne elementy w ciągu muszą być ułożone we właściwej kolejności.
7. Osoby z dysleksją mogą mieć trudności w odtwarzaniu i odczytywaniu tabel arytmetycznych.
8. Osoby z dysleksją mogą czuć się zawstydzone, że nie zapamiętują nazwisk osób prowadzących zajęcia.
9. Osoby z dysleksją mogą ukrywać swoją neuroróżnorodność, jeśli nie jest zauważalna bądź nasilenie trudności w ich funkcjonowaniu jest nieznaczne.
10. Wiele osób studiujących może podchodzić z humorem do swojej neuroróżnorodności i z łatwością mówić o trudnościach przez nią spowodowanych. Warto jednak pamiętać, że minione upokorzenia mogły zostać w pamięci i wpłynąć na obniżenie poczucia własnej wartości.
11. Osoby z dysleksją mogą błędnie zapisywać tekst, w tym pomijać słowa lub części słów, lub przestawiać litery w słowach.
12. Podczas mówienia zdarza się im wypowiedzianie słów i sylab w niewłaściwej kolejności.
13. Niektóre osoby mogą mylić numery podczas dzwonienia lub w ogóle unikać rozmów przez telefon.
14. Osoby z dysleksją mogą mieć trudności w dotrzymaniu terminów zadań.
15. Osoby z dysleksją mogą mieć trudności w zarządzaniu własnym studium i organizacją czasu, w tym poczuciem upływu czasu, sekwencjonowaniem w czasie i planowaniem. Im silniejsze są u osób z dysleksją preferencje dotyczące myślenia wizualnego i całościowego przetwarzania, tym trudniej jest im kontrolować czas.
16. Niezwykle trudne jest dla osób z dysleksją słuchanie długich, monottonnych i złożonych wypowiedzi.

17. Do osób z dysleksją trzeba mówić wyraźnie, w nieco wolniejszym tempie. Dotyczy to zarówno spotkań grupowych, jak i konsultacji indywidualnych. Pomocne bywa również dawanie czytelnych i prostych komunikatów werbalnych oraz upewnianie się odnośnie do zrozumienia treści.
18. W trakcie zajęć uczenie się osób z dysleksją przebiega lepiej, jeśli materiał prezentowany jest w oparciu o różne metody włączające, np. werbalizowanie instrukcji wraz z ich zapisaniem na tablicy lub wyświetleniem na ekranie prezentacji.
19. Więcej niż pomocne bywa korzystanie podczas zajęć z map umysłu, diagramów graficznych, wykresów z wykorzystaniem różnych kolorów oraz faktur.
20. Osobom z dysleksją warto udostępniać notatki i/lub prezentacje multimedialne przed zajęciami. Czasem pomocna jest dla nich możliwość robienia w czasie zajęć zdjęć slajdów prezentacji lub zapisków z tablicy.
21. Dobrze jest pamiętać, że osoby z dysleksją mogą podchodzić do zagadnień akademickich z nietypowych perspektyw. Mogą być kreatywne i łatwo generować nowe pomysły. Mogą też być twórcze w myśleniu hipotetycznym i wykazywać wnikliwość i motywację w czasie pracy nad pasjonującymi je tematami.

* Na podstawie „Poradnika wrażliwej komunikacji, czyli jak komunikować się z osobami z niepełnosprawnościami i trudnościami w obszarze zdrowia psychicznego”, praca zbiorowa pod red. dr Magdaleny Cyrklaff-Gorczy, Toruń 2024



Link do pełnej wersji Poradnika.