



KAIP SUSIDRAUGAUTI SU DISLEKSIJA?

Patarimai mokiniams

Kaip ir suaugusieji, vaikai, turintys disleksiją, patenka į „užburta ratą“ neigiamai save vertindami. Jiems sunku mokykloje, patiria didesnę stresą, labiau pavargsta atlikdami namų darbus, pagaliau kartais jaučia nerimą bendraudami su kitais žmonėmis ir bendraamžiais. Pamėginkite neigiamas mintis paversti teigiamais įsitikinimais.

- ✓ Vietoje *Aš toks nevykėlis*, pamėginkite galvoti *Aš nesu nevykėlis, tiesiog turiu mokymosi problemų.*
- ✓ Vietoje *Man nepavyks (aš nesugebėsiu)*, pamėginkite pasakyti *Aš galiu tai padaryti, tiesiog reikia išbandyti kitą būdą arba tam skirti daugiau laiko.*
- ✓ Vietoje *Kodėl Linui taip lengvai sekasi parašyti rašinėlį?* sakykite *Aš sugebu geriau padaryti kitus darbus, ko negali Linas. Kiekvienas žmogus turi stiprių ir silpnų pusių.*
- ✓ Vietoje *Mano mokytoja visada barasi; Aš tikriausiai esu kvailas*, pagalvokite *Ji gal būt nepakankamai žino, kaip dirbti su vaikais turinčiais disleksiją. Man reikia su kažkuo apie tai pasikalbėti ir paprašyti pagalbos.*
- ✓ Vietoje *Man reikia daugiau laiko, nei kitiems*, pamėginkite *Aš privalau labiau stengtis, bet tikrai žinau, kad galiu išmokti (pasiekti tam tikrų rezultatų).*
- ✓ Vietoje *Aš niekada neužbaigsiu šios užduoties*, pamėginkite *Aš galiu tai padaryti.*
- ✓ Vietoje *Tai neteisinga, kad aš turiu disleksiją*, pamėginkite galvoti *Man pasisekė, kad turiu draugus, kurie padeda, ir šeimą kuri mane supranta.*