



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος: Σημείωμα για τους γονείς	9
Έγραψαν για το βιβλίο	11
Εισαγωγή: Τι είναι οι μαθησιακές δυσκολίες	13
1. Ποιες είναι οι μαθησιακές δυσκολίες	29
2. Τα χαρακτηριστικά των παιδιών με μαθησιακές δυσκολίες	45
3. Πώς να αναγνωρίσετε τα πρώτα σημάδια	73
4. Πώς εκδηλώνονται οι μαθησιακές δυσκολίες στο σχολείο	89
5. Τι να κάνετε εάν υποπτευθείτε ότι το παιδί σας έχει μαθησιακές δυσκολίες	117
6. Τι πρέπει να ξέρετε για τη διάγνωση	123
7. Πώς να πάρετε σημαντικές αποφάσεις για την εκπαίδευση του παιδιού σας	137

8.	Πώς να συνεργαστείτε με τον δάσκαλο του παιδιού σας	149
9.	Πώς να μιλήσετε στο παιδί σας για τις μαθησιακές δυσκολίες του	163
10.	Πώς να μιλήσετε στην υπόλοιπη οικογένεια για τις μαθησιακές δυσκολίες του παιδιού	173
11.	Πώς μπορείτε να βοηθήσετε εσείς το παιδί στο σπίτι	181
12.	Υποστήριξη για την ανάγνωση και τη γραφή	207
13.	Πώς να ενισχύσετε ψυχολογικά το παιδί σας	223
14.	Πώς να φροντίσετε τον εαυτό σας	251
15.	Τεχνικές επιβίωσης για τους γονείς των παιδιών με μαθησιακές δυσκολίες	257
	Δραστηριότητες για σας και τα παιδιά σας	263
	Πανελλήνια Ομοσπονδία Σύλλογων Γονέων και Κηδεμόνων Παιδιών με Δυσλεξία και Μαθησιακές Δυσκολίες	318

Πρόλογος ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

- *Μα είναι πανέξυπνο! Τι θα πει έχει δυσλεξία;*
- *Πού πρέπει να απευθυνθώ;*
- *Πώς πρέπει να του εξηγήσω;*
- *Πώς μπορώ να βοηθήσω εγώ;*

Αυτές είναι μόνο μερικές από τις συνηθισμένες ερωτήσεις που κάνουν συχνά γονείς οι οποίοι ανησυχούν για τη σχολική πρόοδο του παιδιού τους. Αυτές οι ερωτήσεις ωστόσο αρκετές φορές μένουν αναπάντητες, όχι γιατί οι γονείς αδιαφορούν, αλλά γιατί δυσκολεύονται να πάρουν ξεκάθαρες απαντήσεις.

Αυτή είναι η αποστολή του βιβλίου που κρατάτε στα χέρια σας: να απαντήσει σε όσο το δυνατόν περισσότερες ερωτήσεις για τις μαθησιακές δυσκολίες του παιδιού σας, είτε είναι προσχολικής, είτε σχολικής, είτε εφηβικής ηλικίας. Οι απαντήσεις, επιστημονικά σύγχρονες και τεκμηριωμένες, αλλά διατυπωμένες με πολύ απλό και σαφή τρόπο, δεν στέκονται μόνο στην ανίχνευση και στη διάγνωση των μαθησιακών δυσκολιών και της δυσλεξίας. Εστιάζουν επίσης στις

καθημερινές σχέσεις, στο σχολείο και φυσικά σε ολόκληρη την οικογένεια. Τα παραδείγματα από την καθημερινότητα και η συστηματική καθοδήγηση θα σας επιτρέψουν να ξεκαθαρίσετε πολλές σύνθετες έννοιες που ακούτε από τους ειδικούς και τους εκπαιδευτικούς, να κατανοήσετε σε βάθος τις δυσκολίες του παιδιού σας και να κάνετε ορθές επιλογές για την καθημερινότητα αλλά και το μέλλον του. Ακολουθώντας μάλιστα τις πρακτικές προτάσεις που θα βρείτε στο βιβλίο, μπορείτε και οι ίδιοι να βοηθήσετε αποτελεσματικά στο σπίτι, ανάλογα με τις ειδικές δυσκολίες του παιδιού σας. Και κάτι εξίσου σημαντικό: το βιβλίο δίνει συνειδητά έμφαση σε θέματα που αφορούν εσάς τους γονείς, τα συναισθήματά σας, τα βιώματά σας και τις σχέσεις σας στην οικογένεια, μαζί με πρακτικές συμβουλές για το πώς να φροντίσετε τον εαυτό σας.

Το βιβλίο είναι αφιερωμένο σε όλους τους γονείς που έχουν παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες. Αυτοί μου έδωσαν την ιδέα και το κίνητρο για τη συγγραφή του. Χάρη σ' αυτούς γνώρισα από κοντά τις ανησυχίες, τη σύγχυση, το πάθος και κάποιες φορές την απόγνωση που βιώνουν. Εδώ και πολύ καιρό είχα την επιθυμία να γράψω ένα βιβλίο απλό, κατανοητό και χρήσιμο, που να απευθύνεται ειδικά στους γονείς. Σήμερα, μετά από 25 χρόνια έρευνας και διδασκαλίας στις μαθησιακές δυσκολίες, ελπίζω να το έχω πετύχει.

Σουζάνα Παντελιάδου

ΕΓΓΡΑΨΑΝ ΓΙΑ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

Ένας πολύτιμος οδηγός για γονείς που έρχονται για πρώτη φορά αντιμέτωποι με ερωτήματα σχετικά με την ύπαρξη μαθησιακών δυσκολιών στο παιδί τους, τη διερεύνηση της διαγνωστικής διαδικασίας και την εύρεση της κατάλληλης υποστήριξης. Μια διαδικασία που είναι συχνά επίπονη, καθώς οι γονείς προσπαθούν να αντιπαρέλθουν τη σωρεία των παρερμηνειών και ψευδοεπιστημονικών πεποιθήσεων που κυκλοφορούν ευρέως γύρω από το θέμα αυτό.

Στο βιβλίο αυτό οι ενδιαφερόμενοι γονείς θα βρουν σύγχρονη και έγκυρη πληροφόρηση για τις πολλαπλές διαστάσεις του φαινομένου: τυπικές εκδηλώσεις στο σχολείο, ειδικές γνωστικές δυσκολίες που εμφανίζουν οι μαθητές με δυσλεξία και δυσαρρυθμία, κοινές συναισθηματικές και κοινωνικές επιπτώσεις των παραπάνω δυσκολιών. Θα βρουν επίσης πολλά χαρακτηριστικά παραδείγματα εμφάνισης των δυσκολιών μάθησης στο σχολείο καθώς και μια σειρά προτεινόμενων ασκήσεων για το σπίτι. Η μεγαλύτερη αξία του βιβλίου μάλλον έγκειται στη χρήση του ως εργαλείου ενδυνάμωσης των γονέων, οι οποίοι καλούνται να αναλάβουν πιο ενεργό ρόλο στη διαχείριση του γνωστικού και συναισθηματικού φόρτου που συχνά επιφέρουν οι δυσκολίες του παιδιού τους στο σχολείο (και όχι μόνο).

Εκτός από τους γονείς, το βιβλίο είναι ένα εξαιρετικό βοήθημα ψυχοεκπαίδευσης για ψυχολόγους και ειδικούς παιδαγωγούς που καλούνται να δώσουν σαφείς και εμπειρισταμένες πληροφορίες στους γονείς τόσο πριν όσο και μετά την ανακοίνωση της διάγνωσης.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΙΜΟΣ
Καθηγητής Εξελικτικής Νευροψυχολογίας
Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Κρήτης

ΕΓΓΡΑΨΑΝ ΓΙΑ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

Είναι αλήθεια ότι οι μαθησιακές δυσκολίες αποτελούν ένα πεδίο στο οποίο εμπλέκονται επαγγελματίες και επιστήμονες διαφόρων ειδικοτήτων (εκπαιδευτικοί, λογοθεραπευτές, ψυχολόγοι κ.ά.). Παρ' όλα αυτά, οι γονείς των παιδιών είναι αυτοί που επωμίζονται το βαρύ φορτίο της αναζήτησης και επιλογής των στρατηγικών και των πλαισίων για την αποτελεσματική διαχείριση των εκπαιδευτικών αναγκών και των κοινωνικοσυναισθηματικών δυσκολιών που συχνά συνοδεύουν τις ειδικές μαθησιακές δυσκολίες. Το βιβλίο αυτό παρουσιάζει με διαύγεια τις επιστημονικές πληροφορίες για τη δυσλεξία και υπογραμμίζει τον σημαντικό ρόλο της επικοινωνίας και συνεργασίας με τα κύρια πρόσωπα που συμμετέχουν στη διάγνωση και την εκπαιδευτική διαδικασία.

Η συγγραφέας, αντλώντας από τη βαθιά γνώση και τη μακρόχρονη ερευνητική της δραστηριότητα στον χώρο των ειδικών μαθησιακών δυσκολιών, υιοθετεί και παρουσιάζει μια ολοκληρωμένη και συστηματική προσέγγιση για κάθε στάδιο και πτυχή της δύσκολης πορείας που ακολουθούν οι γονείς, από την αναγνώριση έως την αντιμετώπιση των μαθησιακών δυσκολιών, αλλά και την ουσιαστική επικοινωνία με το παιδί τους και με τα άλλα μέλη του οικογενειακού και σχολικού περιβάλλοντος.

Με δυο λόγια, οι γονείς που μεγαλώνουν παιδιά με ειδικές μαθησιακές δυσκολίες έχουν στα χέρια τους έναν πολύτιμο οδηγό κατανόησης, ενδυνάμωσης και επιβίωσης. Έναν οδηγό που πάνω απ' όλα μεταφέρει το ισχυρό μήνυμα ότι και οι ίδιοι μπορούν να βοηθήσουν ουσιαστικά στην επιτυχημένη υποστήριξη των πολύπλευρων αναγκών του παιδιού τους.

SOFIA MAVROPOULOU
Senior Lecturer, Faculty of Education,
Queensland University of Technology, Australia