



Γράφει
η **TATIANA
ΣΚΟΥΤΑΡΗ**

Οπτομέτρης,
επικουρος καθηγήτρια
Πανεπιστημίου
Complutense
της Μαδρίτης,
εισηγήτρια και
εξειδικία στην
Ευρωπαϊκή Ένωση
e-mail:
mtoptics@otenet.gr

Η δυσλεξία είναι συνώνυμο της δυσκολίας εκμάθησης κι επεξεργασίας της γλώσσας, η αδυναμία μεταφοράς του προφορικού σε γραπτό λόγο και αντίστροφα και δεν έχει σχέση με το δείκτη ευφυΐας. Επιπλέον προβλήματα και ανωμαλίες της όρασης, όπως είναι η υπερμετρωπία, ο υψηλός υπερμετρωπικός αστιγματισμός, η ανισομετρωπία, η ανεπαρκής σύγκλιση των ματιών, η υπερφορία, ο στραβισμός, η αμβλυωπία, αλλά και γενικά η κακή διόφθαλμη όραση, μπορούν να δυσκολέψουν σημαντικά την απόδοση ενός παιδιού. Τα παιδιά, πάντως, με οπτική δυσλεξία παρουσιάζουν σημαντικά μειωμένα ικανότητα εστίασης και τα μάτια τους κάνουν μη φυσιολογικές κινήσεις.



διού. Αυτές οι διαθλαστικές ανωμαλίες και ο ελλιπής συντονισμός των ματιών είναι απαραίτητο να διαγνωσθούν και με τα κατάλληλα οπτικά μέσα να βελτιωθούν ή να εξουδετερωθούν.

Ο **μηχανισμός** της όρασης είναι άμεσα συνδεδεμένος με την αρτιότητα της διάφθαλμης ικανότητας (της καλής συνεργασίας των δύο ματιών). Η διάφθαλμη όραση ορίζεται από τη σωστή σύγκλιση των ματιών και από την ικανότητα προσαρμογής. Όταν είναι ανεπαρκείς, αποτέλούν ανωμαλίες. Είναι δυνατόν να παρουσιαστούν ανεξάρτητα, αλλά και να συνυπάρχουν, δυστυχώς όμως δεν βελτιώνονται επαρκώς με διορθωτικούς φακούς ούτε με ειδικές ασκήσεις.

Κατά τη διαδικασία του διαβάσματος το μάτι πρέπει να εστιάζουν, να συγκλίνουν και να μετακινούνται ομαλά από λέξη σε λέξη. Τα παιδιά με οπτική δυσλεξία παρουσιάζουν σημαντικά μειωμένη ικανότητα εστίασης και τα μάτια τους κάνουν μη φυσιολογικές κινήσεις. Είναι πολύ αποτελεσματικό αν χρησιμοποιούν ένα μαύρο χαρτόνι (τυποσκόπιο) με μια οριζόντια εγκοπή στο μέγεθος μιας σειράς βιβλίου, απομονώνοντας έτσι την πραγματοποιημένη και επόμενη σειρά που μπερδεύει τα γράμματα, και να τη μετακινούν.

Ενας άλλος σημαντικός παράγοντας είναι ο φωτισμός. Οι λάμπες φθορίου που υπάρχουν στις τάξεις είναι ο πλέον ακατάλληλος φωτισμός όχι μόνο για παιδιά με δυσλεξία, αλλά για όλους μας. Αυτό οφείλεται στο ότι οι λάμπες φθορίου δεν είναι συνεχούς ροής ρεύματος και κάνουν παύσεις που μπορεί να μη γίνονται αντιληπτές από τα μάτια, αλλά ο εγκέφαλος τις αντιλαμβάνεται κι έτσι η διαδικασία του διαβάσματος καταπονεί το οπτικό σύστημα. Ωφέλιμο είναι να αντικατασταθούν με λάμπες πυράκτωσης. Επίσης, οι οθόνες υπολογιστή καθοδικού σωλήνα δημιουργούν ακριβώς τα ίδια συμπτώματα με τις λάμπες φθορίου.

Με τη χρήση ειδικών φίλτρων, γυαλιών, μεγεθυντικών φακών, κλείνοντας εναλλάξ ένα ένα τα μάτια και χρησιμοποιώντας τον κατάλληλο φωτισμό, τα προβλήματα δυσλεξίας θα μειωθούν στο ελάχιστο και οι επιδόσεις στα μαθήματα προοδευτικά θα βελτιωθούν. +

Οπτική δυσλεξία και σχολείο

Ερευνες έχουν αποδείξει ότι πάνω από το 15% των παιδιών έχουν δυσλεξία. Χιλιάδες μαθητές του Δημοτικού αγνοούν ότι πάσχουν από αυτήν τη μαθησιακή διαταραχή. Η δυσλεξία είναι συνώνυμο της δυσκολίας εκμάθησης κι επεξεργασίας της γλώσσας, η αδυναμία μεταφοράς του προφορικού σε γραπτό λόγο και αντίστροφα.

Η δυσλεξία δεν έχει σχέση με το δείκτη ευφυΐας και σ' αυτό το πάρισμα συγκλίνουν οι απόψεις όλων των ειδικών. Αντιθέτως, για την αιτία που την προκαλεί και κατά πόσον είναι μόνον κληρονομική οι γνώμες δίσταται. Το βέβαιο είναι ότι δεν

μπορούμε να μιλάμε για δυσλεξία μέχρι το παιδί να γίνει 6 ετών και να ενταχθεί στο Δημοτικό. Συνήθεις και λάθη που παρατηρούνται, παρόμοια με αυτά της δυσλεξίας σε παιδιά μικρότερης ηλικίας, οφείλονται στο νεαρό της ηλικίας τους.

Η δυσλεξία είναι μία από τις πιο συνήθεις μαθησιακές δυσκολίες και παρ' ότι είναι γνωστή πάνω από έναν αιώνα, ακόμα και σήμερα δεν είναι ξεκαθάρη η αγωγή που πρέπει να εφαρμοστεί για την αντιμετώπισή της. Η έγκαιρη διάγνωση της είναι η καλύτερη λύση του προβλήματος.

Η δυσλεξία μπορεί να είναι κληρονομικού χαρακτήρα (παρτηρείται και σε άλλους συγγενείς του παιδιού, πρώτου βαθμού) και οι ρίζες της εντοπίζονται σε συγκεκριμένο γονίδιο σύμφωνο με πρόσφατες έρευνες, αλλά μπορεί, βάσει άλλης θεωρίας, να είναι άμεσα συνδεδεμένη με το οικογενειακό και σχολικό περιβάλλον.

As δούμε όμως ποια είναι τα πιο συχνά συμπτώματα που παρουσιάζει ένα παιδί με δυσλεξία:

- ▶ Διαβάζει και ξαναδιαβάζει ένα κείμενο δίχως να κατανοεί το νόημα.
- ▶ Παραπονιέται για ζαλάδα, πονοκέφαλο ή ακόμα και για στομαχικό ήλιγγο όταν διαβάζει.
- ▶ Μπερδεύει τα γράμματα και τους αριθμούς, γράφοντας π.χ. ε αντί για 3, συγχέει συλλήβες και λέξεις, π.χ. ΝΟΤΟΣ αντί ΤΟΝΟΣ.
- ▶ Νιώθει ότι τα γράμματα «κορεύουν» όταν διαβάζει, γράφει ή αντιγράφει.
- ▶ Όταν γράφει ή διαβάζει κάνει επαναλήψεις, προσθέσεις, μεταθέσεις, αντικατα-

στάσεις, ακόμα και αντιστροφές γραμμάτων ή αριθμών.

- ▶ Κάνει λάθη ορθογραφικά. Τα γραπτά του είναι δυσανάγνωστα και γεμάτα μουτζούρες. Οι λέξεις και οι παράγραφοι δεν διαχωρίζονται καλά και δεν υπάρχουν σημεία στίξης.
 - ▶ Έχει δυσκολία στο χρωματισμό και στη στίξη των προτάσεων.
- Μοιάζει να έχει ιδιαίτερο πρόβλημα με την άραση του, χωρίς όμως να υπάρχει παθολογική αιτία που το προκαλεί. Τα δυσλεξικά παιδιά παρουσιάζουν έντονη υπερκινητικότητα, αδυνατούν να συγκε-

ντρούν και να εμπεδώσουν αυτά που διδάσκονται. Η επίδοσή τους στις προφορικές εξετάσεις έχει μεγάλη διαφορά από τις γραπτές και γενικά αργούν να συνδυάσουν πληροφορίες που προέρχονται από δύο ή περισσότερες αισθήσεις.

▶ Προβλήματα και ανωμαλίες της όρασης, όπως είναι η υπερμετρωπία, ο υψηλός υπερμετρωπικός αστιγματισμός, η ανισομετρωπία, η ανεπαρκής σύγκλιση των ματιών, η υπερφορία, ο στραβισμός, η αμβλυωπία, αλλά και γενικά η κακή διόφθαλμη όραση, μπορούν να δυσκολέψουν σημαντικά την απόδοση ενός παι-

Οι διαθλαστικές ανωμαλίες και ο ελλιπής συντονισμός των ματιών πρέπει να διαγνωσθούν και με τα κατάλληλα οπτικά μέσα να βελτιωθούν ή να εξουδετερωθούν