

OPTODYSLEKSJA – dysleksja wzrokowa

Nie wszyscy rodzice zdają sobie sprawę z tego, że problemy ich pociech w nauce czytania i pisania mogą wynikać z **niezdiagnozowanych problemów w pracy narządu wzroku**. Dzieje się tak dlatego, że dzieci rzadko komunikują swoje problemy z widzeniem, nie mając wiedzy na temat, jak powinno ono wyglądać.

Optodysleksja to trudności w uczeniu się spowodowane zaburzeniami akomodacji oka, widzenia obuocznego oraz nieprawidłowymi ruchami oczu lub inaczej zaburzenie widzenia, które może wpłynąć na zdolność czytania i pisania. Mają one podobne objawy do dysleksji rozwojowej. Natomiast o **dysleksji** mówimy wtedy, kiedy pomimo prawidłowej pracy aparatu wzrokowego utrzymują się te same charakterystyczne objawy. Warto zauważyć, że optodysleksja nie jest chorobą, ale pewną dysfunkcją wynikającą z zaburzonej pracy aparatu wzrokowego.

Kilka wskazówek, które mogą pomóc w rozpoznaniu optodysleksji:

1. **Trudności w czytaniu:** Osoba z optodysleksją może mieć trudności w odczytywaniu słów, przeskakiwaniu linii lub zamienianiu liter miejscami.
2. **Błędy w pisowni:** Częste błędy ortograficzne, np. zamiana liter lub sylab w słowach.
3. **Zaburzenia koordynacji wzrokowo-ruchowej:** Osoba może mieć trudności w śledzeniu wzrokiem ruchomych obiektów lub w precyzyjnym wykonywaniu ruchów ręką (np. pisanie).
4. **Zmęczenie wzroku:** Częste zmęczenie oczu podczas czytania lub pisanie
5. **Zaburzenia percepcji przestrzennej:** Osoba może mieć trudności w ocenianiu odległości, przestrzeni i kształtów.

Dla porównania objawami dysleksji mogą być m.in.:

Zaburzenia podczas pisania:

- trudności z utrzymaniem pisma w liniaturze zeszytu,
- zniekształcanie graficznej strony pisma,
- trudności w przepisywaniu, w pisaniu ze słuchu,
- błędy ortograficzne wynikające ze słabszej pamięci wzrokowej,
- wolne tempo pisania,
- złe rozmieszczenie pracy pisemnej w przestrzeni;

Zaburzenia podczas czytania:

- niechęć do czytania, zwłaszcza głośnego,
- wolne tempo, niepewne, „wymęczone”,
- błędy w czytaniu: zamiana liter, opuszczanie liter, zamiana brzmienia, nieprawidłowe odczytywanie całych wyrazów,
- rozpoznawanie napisów po cechach przypadkowych – zgadywanie,
- opuszczanie linii lub odczytanie jej ponownie, gubienie miejsca czytania,
- opuszczanie całego wiersza,
- zmiana kolejności liter i wyrazów,
- przestawianie liter w wyrazie, co zmienia jego sens
itd.;

Do wystąpienia **optodysleksji** mogą przyczyniać się:

- wady narządu wzroku m.in. krótkowzroczność, dalekowzroczność lub astygmatyzm,
- zaburzenia w pracy narządu wzroku czyli problemy z procesem widzenia (zaburzenia akomodacji oka czy widzenia obuocznego),

- nieprawidłowe funkcjonowanie mózgu - optodysleksja może być związana z nieprawidłowym działaniem części mózgu odpowiedzialnej za analizę i syntezę wzrokową.

Dziecko, które cierpi z powodu optodysleksji doświadcza, że tekst, na który patrzy, jest niestabilny – zamazuje się, rozdważy, pulsuje lub sprawia wrażenie, jakby się poruszał. Uczeń musi włożyć dużo wysiłku w pokonywanie tych trudności, co powoduje u niego ogólne zniechęcenie i niechęć do nauki szkolnej. Gdy dziecko nie widzi dobrze czytanego tekstu, słabo czyta. Jeśli nie widzi dobrze linijek w zeszytach – ma trudności z pisaniem. W konsekwencji osiąga słabsze wyniki w nauce, niż jego rówieśnicy.

Jeśli zauważasz u siebie lub u kogoś innego te objawy, warto skonsultować się z lekarzem lub specjalistą ds. terapii wzroku - ortoptystą.

Optodysleksję można skorygować poprzez terapię wzroku, która obejmuje ćwiczenia u wykwalifikowanego ortoptysty.

Ortoptysta to swego rodzaju rehabilitant oczu - prowadzi terapię widzenia, w odróżnieniu od optometrysty czyli osoby zajmującej się diagnostyką wad refrakcji i ich korekcją.

Zalecana w przypadku optodysleksji jest terapia widzenia, która polega na regularnych ćwiczeniach oczu wraz ze zmianą nawyków wzrokowych. Dzięki odpowiednio dobranym ćwiczeniom ortoptysta usprawni nieprawidłowo rozwinięte lub utracone funkcje wzrokowe i przez odpowiednio dobrane ćwiczenia pomoże osobom z optodysleksją w nauce czytania i pisania. Terapia wzrokowa jest szczególnie efektywna u dzieci ze względu na wysoką neuroplastyczność ich mózgu.

Ćwiczenia, które pomagają w leczeniu optodysleksji:

- zabawy ze skakanką,
- zabawy piłką, balonem, woreczkami,
- ćwiczenia na równoważni,
- ćwiczenia w marszu, biegu,
- rzucanie do celu,
- przenoszenie piramidek klocków tak, by się nie rozsypały,
- rozpoznawanie przedmiotów z zawiązanymi oczami,
- kreślenie w powietrzu kształtów geometrycznych, linii
- odbijanie podwieszzonego balonika w pozycji siedzącej i stojącej,
- wodzenie wzrokiem za poruszającym się przedmiotem,
- „przeskakiwanie” wzrokiem z przedmiotów bliższych na dalsze,
- malowanie pędzlami na arkuszach różnej wielkości,
- wydzieranki, wyklejanki, wycinanki, kolorowanki.

Opracowano na podstawie:

- „Wspomaganie rozwoju dziecka z ryzyka dysleksji” pod redakcją Anety Rudzińskiej-Rogoży,
- „Opto - dysleksja a dysleksja. Moje dziecko niechętnie czyta i pisze”.
- „Konsekwencje edukacyjne zaburzeń wzrokowych u dzieci – Optodysleksja” – publikacja z dnia 3 kwietnia 2020 przez LEO-NET i innych artykułów internetowych.