

**Gradivo je za starše pripravila Damjana Šmid, soc.pedag.
Objavljeno v reviji ABC zdravja**

Moj otrok grdo piše

O grafomotoriki običajno ne razmišljamo, dokler se ne pojavijo težave. Ljudje, ki obvladamo prostor na papirju s pisavo, ki je berljiva, se niti ne sprašujemo, kako bi bilo lahko drugače. Pa so drugačne zgodbe precej boleče, tako za otroke kot za starše. Za otroke zato, ker jih pogosto smatramo za lene, nemotivirane, raztresene in površne. Starši pa v teh zgodbah nastopajo kot spodbujevalci, preganjalci, trenerji, zaviralci ali gledalci - z večno mislijo na neberljive čačke v zvezku, ki jih je potrebno izboljšati. Tako v enih kot v drugih pa lahko začne rasti strupeno seme dvoma v otrokove sposobnosti in začne se začarani krog.

V tem krogu tečejo različni tekmovalci - zdravniki, ki iščejo organske napake, psihologi, ki najdejo dejavnike v okolju, genetiki, ki pokažejo zapise s katerimi so bile otroku dodeljene težave pri pisanju že v zibelki. Vmes tečejo zaskrbljeni starši, ki kažejo na zmešane, stisnjene in manjkajoče črke, dele besed in največkrat prazne liste. Izgubljeni nekje med spodbujanjem in priganjanjem otroka valijo občutke krivde zdaj na en, zdaj na drugi konec. Tako se v primežu krivde znajdejo učitelji, starši in seveda otrok. Prav otrok pa je tisti, ki prvi začne opozarjati na začaran krog, bodisi s svojim vedenjem ali s telesnim odzivanjem, kajti njegove zaloge energije se porabijo že prej, še preden se dirka zares začne. Za otroka, ki ima težave pri pisanju niso tako zelo važni vzroki, zanj je bolj pomembna mreža pomoči, ki naj bi nastala takoj, ko opazimo prve težave. S tem prispevamo k temu, da otrok ne zasovraži šole.

Kaj je disgrafija (dysgraphia)

Disgrafija je motnja pisanja. Poznamo več vrst disgrafije, ki so pogojene z različnimi sposobnostmi, kajti pisanje ne pomeni samo oblikovanja črk in znakov.

- Pri vizualni disgrafiji se pojavlja zamenjava grafično podobnih črk in znakov (m-n, u-n, d-b,..), obračanje črk (zrcalno pisanje), motena je prostorska orientacija.
- Slušna disgrafija je pogojena z nerazvitim fonematskim sluhom, otrok zamenja fonetično podobne glasove (d-t, z-s, g-k,..), ima slabše razvit slušni spomin, kar se najbolj očitno kaže pri narekih.
- Pri jezikovni disgrafiji je vzrok težav v slabše razvitem govoru oz. jeziku, kar je videti kot pomanjkljiv besedni zaklad in zato ima otrok težave pri samostojnem pisnem izražanju.

- Grafomotorična disgrafija pa je tista, ki določa pisavo kot »grdo«, nečitljivo. Težave izhajajo iz slabših motoričnih spretnosti, ne-usklajevanja različnih mišičnih skupin in koordinacije oko-roka.

Vse naštetu nam daje vedeti, da je pisanje zapleten proces, pri katerem potrebujemo tako intelektualne kot senzorične sposobnosti. Prav tako je pisanje tesno povezano z govornim in jezikovnim področjem, s spominom, s prostorsko orientacijo ter motoričnim razvojem. Če k temu prištejemo še socialno in telesno zrelost otroka, okolje ter motivacijo, potem lahko razumemo, zakaj postane ta širok krog začaran in zakaj je včasih potrebno več let, da rečemo bobu – bob. Otrok se neprestano razvija in le ob opazovanju in spremljanju vsega naštetega lahko vplivamo na težave, ki jih zaznamo prej ali kasneje.

Znaki, na katere bodimo pozorni:

- otrok je med pisanjem napet, skrčen, je preblizu zvezka (»piše z nosom«)
- pogosto se naslanja na roko ali pa se oprijema stola
- roko ima potisnjeno s komolcem navzven, ramena so dvignjena
- otrok pri pisanju roko dviga, jo prestavlja
- nepravilno drži pisalo (palec drži čez ostale prste, drži pisalo z vsemi prsti, preveč nizko ali previsoko oprijema svinčnik)
- v zvezku oz. na listu nima orientacije, izpušča strani, vrste, presledki med črkami so različni, črke ne ležijo na črti
- črke so različno velike, besede oz. črke so stisnjene skupaj ali razpotejnene
- strešice nad črkami so zelo velike ali zelo majhne
- otrok črke težko povezuje med seboj, oblikovanje črk mu dela težave
- pisava je neberljiva, črke zamenjuje, izpušča
- pri matematiki ne zaključí z risanjem lika, zrcalno piše številke
- otrok ima težave pri zapisovanju v stolpce, pri razvrščanju predmetov po velikosti, obliki, barvi in podobno
- več časa kot otrok piše, slabša je pisava
- pri otroku opazimo očitno razliko med pisnimi izdelki in ustnimi odgovori

Praktični nasveti za boljšo grafomotoriko

- Poskrbimo za pravilno namestitev pri pisanju (stol, miza) in držo telesa. Določimo približno razdaljo od zvezka do glave in jo otroku čim bolj praktično prikažimo.

- Če otroka moti, da se mu zvezek ali list premikata, poskrbimo za neдрsečo podlago.
- Roka, s katero otrok piše, naj bo do komolca na mizi, pokažimo mu, kako jo vodi med pisanjem od leve proti desni.
- Otroku priskrbimo ustrezna pisala oz. pripomočke za pisanje. Svinčnik naj se prilega roki, ima naj dober oprijem in obliko, ki omogoča bolj sproščeno pisanje. Priporočljive so barvice, svinčniki in ostala pisala, ki so rezana na tri stranice in tako že s samo obliko omogočajo t.i. pincetni prijem. Pisalo naj otrok drži med tremi prsti – palcem, kazalcem in sredincem kot bi držal pinceto, prsti naj bodo od konice oddaljeni približno dva centimetra.
- Odlično se obnesejo »pencil grip« nastavki za pisala, ki jih otrok poljubno menja na različnih svinčnikih in so oblikovani kot majhna držala, ki se prilegajo prstom oz. omogočajo pravilni prijem svinčnika.
- Pri težavah s pisanjem v prvi triadi se pri otrocih uporablja učenje skozi igro, kar pomeni, da so naloge predstavljene kot igra in ne kot naloge – pomembno je namreč, da otrok dobi veselje do pisanja.
- Uspeh je večji, če je pozornost usmerjena na pridobivanje tako grobih kot finih motoričnih spretnosti. Otroci naj se čim več plazijo, žogajo (vodijo žogo, jo lovijo, brcajo, odbijajo, ciljajo v tarčo ipd), tekajo, plezajo, skačejo, vozijo kolo, se rolajo in naj razvijajo svoje gibalne sposobnosti. K temu dodajmo igre z loparji, pikado, namizni tenis, mini golf, balinanje, iskanje zaklada, orientacijo v prostoru in podobno.
- Risanje in pisanje naj bosta najprej usmerjena na velike ploskve, otroci radi rišejo s kredo na asfalt, s prstom po mivki, z brivsko peno po okenskem steklu ali ogledalu.
- Koristna vaja za sproščeno zapestje je vijuganje avtomobilov po različnih progah, ki jih izdelamo skupaj z otroki, nadgradnja tega je vijuganje (pisanje) s svinčniki po smučarskih progah, ki jih narišemo na velike plakate.
- Fantje imajo radi privijanje vijakov, izdelovanje lesenih ali papirnatih modelov, vozlanje različnih vozlov, sestavljanje lego kock, prepogibanje papirja (origami)
- Deklice rade vadijo fino motoriko z nizanem perlic, s šivanjem, z mešanjem in gnetenjem testa, z izdelovanjem izdelkov iz fimo mase in podobno.
- Za vse otroke je priporočljivo čim več rezanja s škarjami, lepljenje, igranje s frnikolami, pobiranje drobnih stvari s pinceto, lupljenje mandarin, rezanje zelenjave, trganje solate, lupljenje krompirja, trganje papirja, mečkanje večjih in manjših kroglic papirja (naj bo mehek), igre z magneti, igranje s taktilnimi dominami in reševanje

labirintov. Če k temu prištejemo še vaje pisanja, ki so prilagojene posameznim otrokom, potem se pisava običajno izboljša.

Pri vseh predlogih pa je najbolj pomemben individualni pristop. Ugotovimo, kaj otroka veseli, kdaj najboljšo sodeluje, kako lahko uporabimo računalnik (sploh pri mladostnikih), kateri šport mu je všeč, kakšen odnos ima do šole. Šele prave vaje ob pravem času, na pravi način in s pravim odnosom dajejo upanje, da bo otrok izboljšal pisavo. Postavimo realne cilje in gremo veselo na delo, na pisanje...