

Introducere

- Ai dificultăți cu temele de la școală, deși consideri că ești inteligent?
- Încerci să asculți profesorul, însă nu poți să ignori alte sunete sau mișcarea din clasă?
- Ți este greu să urmezi indicațiile la școală?
- Ți este greu să îți amintești temele sau alte lucruri?
- Intri în bucluc, uneori, la școală și nu înțelegi de ce?
- Ți-ai dori să ai mai mulți prieteni, însă, pur și simplu, nu știi cum să spui sau să faci ce trebuie?
- Simți că ești diferit de ceilalți – ca și cum nu știi unde te integrezi?
- Te simți singur, ca și cum nimeni nu te înțelege, nici măcar tu însuși?
- Dacă răspunsul este DA la oricare dintre aceste întrebări, atunci citește în continuare

Capitolul 1

Ce sunt diferențele de învățare?



Atunci când o persoană prezintă diferențe de învățare, el sau ea „învăță diferit“. Acești oameni învață diferit deoarece creierul lor prelucrează – sau procesează – informațiile în mod diferit. Uneori, oamenii se gândesc la diferențele de învățare ca fiind un „handicap de învățare“, însă a avea diferențe de învățare nu înseamnă că nu poți învăța – înseamnă doar că vei învăța în felul tău. Este posibil chiar să înveți unele lucruri mai bine decât persoanele fără diferențe de învățare. Așadar, atunci când vei vedea termenul „diferențe de învățare“ în această carte, gândește-te că vine de la modul tău diferit de a învăța“.

Drake are 12 ani și diferențe de învățare. El citește cu voce tare pentru a înțelege cuvintele mai bine.

Drake



Ce înseamnă diferențele de învățare pentru diverși copii

Nu toți copiii cu diferențe de învățare sunt la fel. Unii prezintă doar câteva dificultăți de învățare – poate că se descurcă excelent la citire, însă au probleme la altă materie, precum matematica. Este posibil ca alții să aibă dificultăți de învățare în toate domeniile, de la matematică la scriere și citire sau chiar în a reuși să lege prietenii.

Câțiva elevi au probleme cu toate temele pentru acasă. Însă este posibil ca aceștia să învețe foarte repede alte lucruri, precum cântatul la pian, construirea unei machete de avion sau utilizarea celor mai noi tehnologii.

Află mai multe despre tine



Capitolul 1 te-a ajutat să înțelegi mai bine ce înseamnă dificultățile de învățare. Răspunde la întrebările de mai jos pentru a afla mai multe despre tine. (Psst! Nu există răspunsuri corecte sau greșite). Notează răspunsurile într-un caiet sau obține o copie a acestor pagini pentru a scrie direct pe ea.

Bifează răspunsul care ți se potrivește cel mai bine pentru întrebările de mai jos.

1. Ce părere despre sine ai din pricina diferențelor de învățare?

- Uneori, cred că sunt prostuț/ă și nu pot învăța.
- Pot învăța, numai că în alt mod față de alți copii.

2. Care crezi că este cauza diferențelor tale de învățare?

- Nașterea mea a fost una problematică sau au existat probleme înainte de naștere.
- Am avut o boală sau am suferit un traumatism imediat după naștere.
- Am o rudă cu diferențe de învățare.
- Nu știu cauza.



Capitolul 3

De ce le este greu copiilor cu diferențe de învățare să învețe?



În capitolul anterior am vorbit despre diferitele tipuri de diferențe de învățare și este posibil să fi înțeles mai bine propriile diferențe de învățare. În acest capitol vom vorbi despre motivul pentru care diferențele de învățare le creează dificultăți celor afectați.

Vederea și auzul

Copiii cu diferențe de învățare pot crede că simt și aud lucrurile în mod diferit. Și tu simți că vezi și auzi altfel lucrurile? Pentru a afla acest lucru, răspunde la întrebările de mai jos

- Îmi este greu să spun care sunt literele dintr-un cuvânt?
- Sar peste cuvinte sau alineate atunci când citesc?
- Râd într-un moment nepotrivit atunci când cineva face o glumă?
- Pot să-mi amintesc doar o parte din indicațiile oferite de profesor?
- Simt adesea că nu înțeleg ceea ce citesc, văd sau aud?



Creierul tău și diferențele de învățare

În ce fel îți este mai greu să înveți din cauza diferențelor de învățare? Răspunde la întrebările de mai jos pentru a afla acest lucru. Poți să notezi răspunsurile (sau doar literele) pe o foaie de hârtie sau poți scana și printa testul pentru a scrie direct pe acesta. Poți găsi interpretarea rezultatelor obținute în paginile de mai jos.

1. Cum funcționează creierul tău atunci când profesorul sau profesoara îți adresează o întrebare?

- Pot auzi întrebarea, însă nu pot gândi răspunsul.
- Pot găsi răspunsul, însă nu îl pot rosti imediat.
- Nu pot găsi răspunsul dacă întrebarea este prea lungă.
- Nu pot răspunde dacă trebuie să scriu întrebarea, însă pot răspunde dacă este nevoie doar să vorbesc.

2. Cum funcționează creierul tău atunci când citești o carte?

- Uneori, citesc greșit cuvintele.
- Uneori, sar peste cuvinte importante.
- Pot citi cuvintele, însă nu înțeleg ce înseamnă unele dintre ele.
- Cuvintele sunt amestecate.



Sase moduri prin care te poți ajuta să te simți mai bine

Te simți, uneori, deprimat/ă? Iată șase lucruri pe care le poți face pentru a te simți mai bine.

1. Fă câteva exerciții „mă plac“. Dacă faci exerciții pentru brațe, mușchii din acea zonă vor deveni mai puternici. La fel, dacă exersezi zona din creier responsabilă pentru sentimentul „mă plac pe mine însumi/însămi“, aceasta va deveni mai puternică.

Iată câteva exerciții „mă plac“ pe care le poți încerca.

Dimineața:

- Privește-te în oglindă și gândește-te la cinci lucruri care îți plac la tine. Spune cu voce tare fiecare dintre aceste lucruri: „Îmi place _____ meu/mea“.
- Gândește-te la cinci lucruri pe care ți-ar plăcea să le faci mai bine. Spune-le și pe acestea cu voce tare.





Viața după liceu

Ți-ai făcut un plan pentru viitor? Nu îți face probleme, cei mai mulți copii nu știu ce vor face. Însă poți să te gândești la următoarele întrebări. Nu este nevoie să răspunzi acum, însă faptul că te gândești cum ai putea răspunde la ele te poate ajuta să te gândești la viitorul tău. Poți face o copie scanată a acestei pagini pentru a o avea pentru mai târziu.

- Crezi că vrei să continui studiile după liceu? La ce opțiune te-ai gândit și de ce?
- Crezi că ai prefera să te angajezi imediat după ce termini liceul? De ce?
- Ce loc de muncă îți dorești?
- Care sunt temerile sau fricile pe care le ai în legătură cu viitorul? Cu cine poți vorbi despre ele?
- Ce te face să te gândești cu bucurie la viitor?

Este posibil să nu-ți poți planifica singur/ă cel mai bun viitor posibil pentru tine. Așadar, poți vorbi cu părinții și consilierul vocațional. Arată-le aceste întrebări și discutați despre răspunsurile tale. Aceste întrebări te vor ajuta să porți o discuție constructivă despre viitorul tău cu părinții și consilierul vocațional.