

ΑΛΙΣ ΟΥΙΝΤΟΝ

Δυσλεξία



τα πιο
χρήσιμα
πράγματα

που ίσως δεν έμαθες
στο σχολείο

Δυσλεξία

Οδηγός αυτοβοήθειας
για μεγάλα παιδιά και εφήβους

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις της ελληνικής νομοθεσίας (Ν. 2121/1993, όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδειάς του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο (ηλεκτρονικό, μηχανικό ή άλλο) αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Εκδόσεις Πατάκη – Πρακτικοί οδηγοί / Για το παιδί και τους γονείς

Άλις Ουίντον, *Δυσλεξία – Οδηγός αυτοβοήθειας για μεγάλα παιδιά και εφήβους*

Alais Winton, *The self-help guide for teens with dyslexia*

Μετάφραση: Μαρία Ψωμά

Υπεύθυνη έκδοσης: Υβόνη Καρύδη

Διορθώσεις: Ελίνα Πάντου

DTP: Νίκη Αντωνακοπούλου

Φιλμ-μοντάζ: Μαρία Ποινοπούλου-Ρένεση

Copyright© Alais Winton, 2015

Copyright© για την ελληνική γλώσσα Σ. Πατάκης Α.Ε.Δ.Ε. (Εκδόσεις Πατάκη), Αθήνα 2017

All rights reserved

Πρώτη έκδοση στην αγγλική γλώσσα από Jessica Kingsley Publisher Ltd (www.jkp.com),

73 Collier Street, N1 9BE, Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο, 2015

Πρώτη έκδοση από τις Εκδόσεις Πατάκη, Αθήνα, Σεπτέμβριος 2018

KET B328 ΚΕΠ 73/18

ISBN 978-960-16-7555-8



ΠΑΝΑΓΗ ΤΣΑΛΔΑΡΗ (ΠΡΩΗΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ) 38, 104 37 ΑΘΗΝΑ,

ΤΗΛ.: 210.36.50.000, 210.52.05.600, 801.100.2665 - FAX: 210.36.50.069

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ: ΕΜΜ. ΜΠΕΝΑΚΗ 16, 106 78 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210.38.31.078

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΒΟΡΕΙΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ: ΚΟΥΥΤΣΑΣ (ΤΕΡΜΑ ΠΟΝΤΟΥ – ΠΕΡΙΟΧΗ Β΄ ΚΤΕΟ)

570 09 ΚΑΛΟΧΩΡΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ, Τ.Θ. 1213, ΤΗΛ.: 2310.70.63.54, 2310.70.67.15 - FAX: 2310.70.63.55

Web site: <http://www.patakis.gr> • e-mail: info@patakis.gr, sales@patakis.gr

ΑΛΙΣ ΟΥΙΝΤΟΝ

Δυσλεξία

Οδηγός αυτοβοήθειας
για μεγάλα παιδιά
και εφήβους

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Μαρία Ψωμά



ΕΚΔΟΣΕΙΣ
ΠΑΤΑΚΗ

Στη Hannah, που με καταλαβαίνει – σου είμαι
ευγνώμων κάθε μέρα.

Στον Gordon – σ' ευχαριστώ για την αγάπη
και τη στήριξή σου, για την επιμέλεια του κειμένου
μου και για ακόμα περισσότερα.

Στον Zac και τον Jacob – γνωρίζω ότι έχετε
αντιμετωπίσει δυσκολίες στη μάθηση,
αλλά γνωρίζω επίσης ότι θα είστε και οι δύο
καταπληκτικοί σε οτιδήποτε διαλέξετε
να ασχοληθείτε.

Ευχαριστίες

Ευχαριστώ πολύ τη Mia Broomhall που υπήρξε το διακριτικό και πολύ υπομονετικό μοντέλο μου. Ευχαριστώ, επίσης, και την υπόλοιπη οικογένεια Broomhall για τη στήριξη και ενθάρρυνση όλο αυτό το διάστημα. Ευχαριστώ τον Gordon για την επιμέλεια του βιβλίου μου. Ευχαριστώ τη Mandy και την οικογένειά της για την τεράστια στήριξη και συνεισφορά στη δουλειά μου. Πολλές ευχαριστίες στη Sarah Hoss για τις συμβουλές και υποδείξεις της, καθώς και για την ακλόνητη και συνεχή πίστη της σ' αυτή την ιδέα, ακόμη και όταν υπήρχε μόνο στο μυαλό μου. Ευχαριστίες στη Hannah Rackham, επειδή ήταν αυτή που ήταν. Ευχαριστίες στον Jacob Broomhall και τον Zac Millard, γιατί με ενέπνευσαν να το κάνω. Τέλος, ευχαριστίες σε όλους όσοι με βοήθησαν και με στήριξαν στη συγγραφή αυτού του βιβλίου.

Περιεχόμενα

1. Καλώς όρισες στον κόσμο μου	11
2. Είμαι σίγουρος ότι έχω ξεχάσει κάτι!	15
3. Έχει δει κανείς το τηλέφωνό μου; Και τι είχα σκοπό να κάνω σήμερα;	25
4. Κάν' το εικόνα	35
5. Να διαβάζει ή να μη διαβάζει κανείς; Ιδού η απορία!	51
6. Τι σημαίνει αυτό;	63
7. Δεν ξέρω καν με ποιο γράμμα αρχίζει	71
8. Μια λέξη για τους αριθμούς	79
9. Έκρηξη άγχους!	91
10. Συμπέρασμα (Τι έχω μάθει μέχρι τώρα;)	103
11. Εργαλεία και πηγές	113
Βιβλιογραφία	120
Ευρετήριο όρων	122

Καλώς όρισες στον κόσμο μου

Θα ήθελα να αρχίσω λέγοντας «γεια σου», όποιος κι αν είσαι, αναγνώστη, και να σου πω λίγα λόγια για την ιστορία μου και για ποιο λόγο αποφάσισα να γράψω αυτό το βιβλίο.

Είμαι δυσλεξική. Μπορεί να είσαι δυσλεξικός κι εσύ ή να γνωρίζεις κάποιον κοντινό σου που είναι κι αυτός, και πιθανώς να ξέρεις τι σημαίνει για σένα, αλλά εδώ θα σου περιγράψω τι σημαίνει για μένα: Παλεύω με την ανάγνωση (συχνά οι λέξεις κινούνται πάνω στη σελίδα· όταν κουράζομαι, γκρεμίζονται στο τέλος της πρότασης σαν τα τρωκτικά των βορείων χωρών που πηδάνε στους γκρεμούς, και μερικές φορές δεν καταλαβαίνω το νόημα αυτού που έχω διαβάσει). Αρκετές φορές κάνω ορθογραφικά λάθη και δεν μπορώ να τα εντοπίσω όταν ξανακοιτάω το γραπτό μου. Χάνω εύκολα πράγματα, και τον εαυτό μου χάνω (ακόμη και με GPS!), και ξεχνάω εύκολα.

Όλη αυτή η κατάσταση κάνει τη μάθηση για μένα δυσκολότερη απ' ό,τι θα ήταν για κάποιον που δεν έχει να παλεύει με αυτό κάθε μέρα!

Από την άλλη πλευρά, ένα βασικό πλεονέκτημα είναι ότι σκέφτομαι με τρισδιάστατες εικόνες. Αυτό σημαίνει ότι είμαι ικανή να σκηνοθετήσω μια θεατρική παράσταση, να δημιουργήσω ένα γλυπτό ή να συνθέσω μια χορογραφία για μια ομάδα χορευτών, κι όλα αυτά μέσα στο μυαλό μου. Είμαι δημιουργική, έξυπνη και με ενδιαφέρει η ανθρώπινη επαφή – αν σου τύχει να είσαι δυσλεξικός, είναι ζωτικής σημασίας να μην ξεχνάς στις δύσκολες στιγμές τα πράγματα στα οποία είσαι ικανός.

Αφιέρωσα τη ζωή μου στη μάθηση, από το γυμνάσιο και το λύκειο ως το πτυχίο και το μεταπτυχιακό μου δίπλωμα στην εκπαίδευση. Παράλληλα, έχω κάνει μαθήματα χορού της κοιλιάς, συντήρησης αυτοκινήτων, ψυχολογίας, αισθητικής, ανατομίας και φυσιολογίας, και σουηδικού μασάζ.

Ως καθηγήτρια κολεγίου πάντα προτρέπω τους φοιτητές να μάθουν. Η μάθηση μπορεί να είναι μια καταπληκτική εμπειρία και καμιά φορά μπορεί να σου ανοίξει πόρτες που δε φαντάζεσαι – αλλά ως δυσλεξική υπήρξαν στιγμές, ακόμη και ως ενήλικη, κατά τις οποίες η προσπάθεια της μάθησης στην πράξη κατέληξε για μένα σε δάκρυα ή θυμό και σύγχυση. Μέσα σ' αυτό το βιβλίο περιλαμβάνονται ιδέες και τεχνικές που έχω χρησιμοποιήσει και με έχουν βοηθήσει στη μάθηση.

Χωρίς αυτές τις στρατηγικές δε θα είχα ολοκληρώσει τις σπουδές μου στο θέατρο και τα αγγλικά και θα είχα δυσκολευτεί πολύ στις μετέπειτα.

Δεν είμαι σε θέση να σου προσφέρω γιατρεία – αν είσαι δυσλεξικός όπως κι εγώ, τότε θα βλέπεις πάντοτε τα πράγματα διαφορετικά. Αυτό όμως που μπορώ να σου προσφέρω είναι κάποιες λύσεις σε κοινά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι δυσλεξικοί που ενδιαφέρονται να μάθουν. Ελπίζω οι προτάσεις αυτού του βιβλίου να είναι χρήσιμες, αλλά πάνω απ’ όλα, εύχομαι να είσαι ικανός να κάνεις οτιδήποτε ονειρεύεσαι στη ζωή σου και τα εργαλεία αυτά να σε βοηθήσουν να κατακτήσεις τη γνώση που χρειάζεσαι σε όλη τη διαδρομή σου.

Μερικά από τα πιο επιτυχημένα και εφευρετικά άτομα στην ιστορία ή στην εποχή μας βρήκαν δυσκολίες στη διαδικασία της μάθησης. Ζήτω η διαφορετικότητα! Αν η σφήνα δεν εφαρμόζει στην τρύπα, θα πρέπει να δώσουμε στην τρύπα διαφορετικό σχήμα και όχι στη σφήνα. Έτσι, την επόμενη φορά που το μυαλό σου θα πει «δεν το καταλαβαίνω», αυτό δε σημαίνει ότι δε θα το καταλάβεις ποτέ, αλλά απλώς ότι δεν έχει εξηγηθεί με έναν τρόπο λειτουργικό για σένα.