

Empowering
PARENTS



DÜSLEKSIAGA LASTE VANEMATE TOETAMINE

JUHEND VANEMATELE



Projekti "Empowering Parents for support of their Children with Dyslexia" partnerid:



Loodud projekti "Empowering Parents for support of their Children with Dyslexia" käigus.



Lifelong Learning Programme

DÜSLEKSIAGA LASTE VANEMATE TOETAMINE

Juhend vanematele

Autorid: **Eva Birzniece** (Läti), **Eha Kondratjev** (Eesti),
Lenka Krejčová (Tšehhi), **Kadi Lukanenok** (Eesti), **Ene Mägi** (Eesti),
Brunella Pasquino (Itaalia), **Aurora Puccio** (Itaalia),
Thomas Schmit (Läti), **Sirje Torim** (Eesti), **Terje Äkke** (Eesti)

Tõlkijad: **Hele Aluste**, **Gertrud Kasemaa**, **Kadi Lukanenok**
Toimetaja: **Helin Puksand**
Eestikeelse väljaande kaaned: **Jana Kadastik**

2015

Latvijas Disleksijas Biedriba, Eesti Lugemisühing,
DYS-centrum® Praha o.s.,
CO.RI.S.S. – Cooperative Riunite Socio Sanitarie

ISBN 978-9949-38-537-9 (trükis)
ISBN 978-9949-38-538-6 (pdf)

Juhendi valmimist on toetanud Tallinna Ülikool ja kirjastus Koolibri.

Sisukord

Eessõna	3
Eessõna eestikeelsele väljaandele	5
Lapsevanema pöördumine	7
1. Sissejuhatus – mis on düsleksia?	10
2. Räägime lapsega tema düsleksiast	18
3. Abi koolitöodes	21
4. Lugemisõpetus	26
5. Tunded ja emotsioonid – laps vajab eduelamust ja temasse uskumist	32
6. Spetsiifiliste õpiraskustega laste vanemate toimetulek	36
Kirjandus	40
Lisad – seadusandlus	42
1. Seadusandlus Tšehhi Vabariigis	42
2. Seadusandlus Eesti Vabariigis	44
3. Seadusandlus Itaalias	47
4. Seadusandlus Läti Vabariigis	48

Eessõna

Düsleksia on kõige levinum õppimisega seotud raskus, see mõjutab ligikaudu 5–10% kõigist inimestest. Düsleksiast põhjustavad neurobioloogilised kahjustused, mis mõjutavad lugemis- ja kirjutamisoskuse kujunemist, ning ei tulene vähestest vaimsetest võimetest ega puudulikest õpetamisest.

Lugemine ja kirjutamine ei ole inimesele evolutsiooniliselt omased bioloogilised funktsioonid. Inimese aju on võimeline eristama kõnet muudest helidest ning märkama ja nimetama seda, mida nähakse. Lugema ja kirjutama õppimisel kasutame neid oskusi „laenuks”. Lapsed, kellel nimetatud oskuste areng ei toimu tavapäraselt, kogevad tavaliselt lugemis- ja kirjutamisraskusi.

Koolihariduse andmisel on kolm põhilist eesmärki: kirjaoskuse omandamine, üldhariduse omandamine ning ettevalmistus tööks või edasisteks õpinguteks. Nende eesmärkide nimel õpetatakse lapsi lugema, kirjutama ja arvutama (liitma, lahutama, korrutama ja jagama) ning neid oskusi kasutama ja hankima uusi teadmisi. Esimese kolme-nelja kooliaasta jooksul pannakse alus kirjaoskuse omandamisele ning õpitakse lugemist ja kirjutamist ning harjutatakse kuni teatud vilumuse saavutamiseni. Vilunud ja sorav lugemine tähendab, et lugemine toimub kiiresti, veatult (või minimaalsete vigadega), ilmekalt ning mõistetakse loetud teksti. Omandatud kirjaoskusega mõistetakse ka suhtlemist tekstide lugemise ja kirjutamise kaudu ning võimet pidada meeles põhifakte arvutamise jaoks. Esimesed kooliaastad on ainus aeg, mil kooli tähelepanu on suunatud lugemise, kirjutamise ja arvutamise ehk akadeemiliste põhioskuste õppimisele ning õpetamisele. Akadeemilised põhioskused (lugemine, kirjutamine, ja arvutamine) on olulised edasise haridustee ja kaasaegses ühiskonnas hakkamasaamise seisukohalt.

Kui akadeemilised põhioskused on omandatud, liigub tähelepanu nende õppimiselt rakendamisele. Lugema õppimisest saab õppimine lugemist kasutades. Kirjutamisoskus võimaldab suhelda ning väljendada oma mõtteid ja tundeid ka ilma otsese kokkupuuteta teiste inimestega.

Arvutamisoskus aitab lahendada elus ette tulevaid probleeme. On väga oluline, et lugemiraskuse või mõne teise õpiraskusega (või riskiga) lapsed saaksid võimalikult vara tõhusat ja tõenduspõhist õpetamist.

Käesolev väljaanne annab lapsevanematele teavet düsleksia, selle põhjuste ja õpetamise kohta. Samuti annab see väljaanne teavet nelja Euroopa maa haridusseaduste, nende rakendusotsuste ning pakutavate haridustugi-teenuste kohta. Ma usun, et see raamatuke saab olema tõhusaks toeks düsleksia ning teiste spetsiifiliste õpiraskustega laste vanematele.

Eric Tridas, M.D.

*Rahvusvahelise Düsleksiaassotsiatsiooni
(International Dyslexia Association) endine president*

Eessõna eestikeelsele väljaandele

Hea lugeja!

Käesolev lapsevanematele mõeldud juhend on kirjutatud lugemisega seotud raskustest, täpsemalt düsleksias ehk spetsiifilisest lugemiskasusest (SLR). Raamat on valminud LLP Grundtvig projekti „Empowering Parents for Support of Their Children with Dyslexia” tegevusena Läti, Tšehhi, Itaalia ja Eesti partnerite koostöös.

Düsleksiaga (ehk SLR-ga) või selle riskiga lapsena nähakse last, kellel tähtede õppimine, sõnade kokku veerimine ja sõnade tähenduse äratundmine läheb vastu ootusi ja ülemääraselt raskelt ning kellel sorava lugemiseni jõudmine võtab märkimisväärselt kauem aega kui eakaaslastel. Käesolevas raamatus on valdavalt kasutatud terminit düsleksia, kuivõrd see kajastub raamatu autoreid koondanud projekti nimes, oli kasutusel töö käigus ning on rahvusvaheliselt mõistetav.

Lapsevanemate juhend kirjeldab düsleksia olemust ja tunnuseid ning annab ülevaate võtetest ja meetoditest, mis on osutunud tõhusateks düsleksiaga laste aitamisel. Raamat sisaldab praktilisi juhiseid lapsevanematele koduseks kasutamiseks ning kooli ja õpetajatega suhtlemiseks. Eesti lapsevanemate kogemused oma lapse lugemiskasusest ning nende haridustee korraldamisest on koondatud omaette peatükki. Juhendi lisa on esitatud ülevaated projektis osalenud partnermaade vastavast seadusandlusest. Juhendi peamiste lugejatena on nähtud lapsevanemaid, kelle lastel esinevad raskused lugemisel ja lugema õppimisel, kuid sellest raamatust saavad abi ka õpetajad lasteaedades ja koolides, samuti kasvatus- ja haridusvaldkonna üliõpilased. Koolijuhid ja teised koolielu suunajad võiksid samuti juhendis vahendatud teabe ja väljendatud seisukohtadega kursis olla. Kõik ikka selleks, et veel paremini mõista lugemise ja õppimise olemust, ilmnevaid raskusi ning teha pädevaid otsuseid iga lapse arengu toetamiseks.

Raamatu valmimisel andsid panuse Läti, Tšehhi, Itaalia ja Eesti asjatundjad ning lapsevanemad. Iga partner koostas oma peatükid temale

omases kirjutamise stiilis ja vormis ning arvestades kohalikke olusid. Rahvuskeelsete versioonideni jõudsime läbi mitmete tõlgete. Nähkem kokku pandud materjali võimalikku vormilist eklektilisust positiivse võimalusena tutvuda teiste maade stiilide ja iseärasustega. Düsleksia kui nähtuse keelte ja rahvuste ülesust näitab asjaolu, et materjali kokku panekul olid partnerid sisuliselt sarnastel seisukohtadel. Käesoleva juhendi ühe loojana soovin, et käesolev raamatuke juhataks ennekõike lapsevanemaid, aga ka kõiki teisi huvilisi uute teadmiste ja avastuste poole, annaks praktilist nõu igapäevaelukordades ja vastaks lugejate ootustele.

Palju tänu juhendi koostamise Eesti toimkonnas töötanud Hele Aluste, Jana Kadastikule, Gertrud Kasemaale, Eha Kondratjevile, Ene Mägile, Helin Puksandile, Sirje Torimile ja Terje Äkkele nende tundliku, täpse ja kiire panuse eest!

Projektis osalesid: Latvias Disleksijas Biedriba (Läti), DYS-centrum® Praha o.s. (Tšehhi Vabariik), CO.RI.S.S. – Cooperative Riunite Socio Sanitarie (Itaalia) ja Eesti Lugesühing (Eesti).

Eessõna eestikeelsele väljaandele kirjutas

*Kadi Lukanenok,
pedagoogikamagister, projekti Eesti koordinaator, Tallinnas 13. juunil 2015*

Lapsevanema pöördumine

Minu lapsel on düsleksia. Ma suudan selle rahulikult ja häbitundeta välja öelda. Selle tööni jõudmine võttis aega meie perel 4 aastat – aastad täis vahelduvalt nõutust, tülitsemist, leppimist, ahastust ning ebakindlust tuleviku ees, siis vahepeal jälle lootust ja siis jälle lootusetust. Kuid nüüd lõpuks oleme olukorraga leppinud ja tegutseme edaspidi teadlikult.

Düsleksia on probleem, mis mujal maailmas on juba ammu laiemat kõlapinda leidnud ja mis mitmete sellekohaste uurimuste alusel hõlmab isegi kuni 10% elanikkonnast. Sellegipoolest pole düsleksia Eesti õpetajate ja lapsevanemate teadvusesse selle ehedal kujul veel täielikult jõudnud. Mina kuulsin esimest korda düsleksiast mõni aasta tagasi juhuslikult televisioonist, vaadates dokumentaalfilmi Rootsi kroonprintsessist, kes muuhulgas oma lugemisprobleemist rääkis.

Hakkasime minu tänaseks 11-aastase pojaga tasapidi tähti õppima *ca* 5-6-aastaselt. Poiss polnud sellest üldse huvitatud ja tähed ei jäänud kuidagi meelde. Õppimissurvet me lapsele ei avaldanud, mõtlesime, et ta ju ikkagi veel laps ja las ta parem mängib. Pealegi oli ta juba lasteaias suhteliselt laia silmaringiga arukas poisiklutt. Sel hetkel mind tema tahtmatus õppida ei häirinud ja esimesi, tegelikult selgeid düsleksiaalgeid, ma tema käitumisest oma teadmatuse tõttu välja ei osanud peilida.

Kui poiss läks esimesse klassi, lootsin, et teiste lastega koos õppides saavad tal tähed üsna ruttu selgeks. Minu varasem kogemus kahe vanema lapsega oli andnud mulle enesekindluse, et lõpuks omandavad lapsed lugemise suhteliselt lihtsa vaevaga. Kuid noorema poisiga jätkus kõik samamoodi nagu lasteaiaski – laps praktiliselt ei veerinud ja tähed olid tal kõik segamini. Samas klassiõpetaja julgustas: „Ärge muretsege, küll millalgi hakkab edenema. Ta ju nii arukas poiss ja pole veel keegi lugemisoskuseta jäänud!” Üritasin siis mitte muretseda ja vaikselt jändasime tähtede õppimisega edasi. Aga läbimurret ei tulnud.

Esimese klassi jõulude paiku, kui teised klassikaaslased hakkasid tasapisi kirjatähtedega etteütlust harjutama, jõudis mu teadvusesse realselt kohale,

et mu laps pole tegelikult veel tähti üldse selgeks saanudki. Minu emotsioonid olid laes. Kuidas on võimalik, et tähed ei jää meelde? Kuidas on võimalik, et kui näitan talle E-d, siis laps pakub hoopis I-d või A-d? Kas mul on tõepoolest häbiväärne õpiraskusega laps? Või on ta hoopis laisk koolipoiss, kes lihtsalt ei viitsi õppida ega tähele panna? Või on tal mingi moodsa aja tähelepanuhäire? Või olen hoopis mina saamatu ning mõttetu lapsevanem ega oska lapsele asju selgeks teha? Küsimused vasardasid paaniliselt mu peas, aga head lahendust olukorra parandamiseks polnud.

Mulle meenus Rootsi kuningapere düsleksiast nähtud film, mis viis mind vargsi mõttele, et see võib olla ka minu poja probleemide allikas. Kohtumisel kooli logopeediga rääksingi oma lapse võimalikust omapoolsest düsleksia kahtlusest, aga tol hetkel logopeed ei toetanud mu versiooni, vaid julgustas mind mitte asjatult muretsema.

Kahjuks polnud mul tol ajal mingeid eriteadmisi ega infot düsleksia kohta. Polnud ka spetsiaalseid võtteid ega nippe, mida rakendada lugemisraskusega lapse lugema õpetamisel. Samuti puudus kokkupuude sellealase tugisüsteemiga. Seega püüsin tähtede õppimise ja veerimisega tuimalt edasi, tuginedes vaid omaenese vaistlikule tarkusele ja hambad ristas järjepidevusele. Esimese õppeaasta aprilli keskpaigaks suutis ta esimesed kolmesilbised sõnad kokku veerida (VAU!!!).

Järgneva õppeaasta jooksul sai selgeks, et võimsat kauaoodatud läbimurret lugemisoskuses tegelikult ei tulegi ja tulebki ainult õppida-harjutada-korrata. Järjest enam kinnistus mõte, et minu pojalt ongi lugemisraskus ehk düsleksia, kuigi ükski spetsialist polnud seda selleks hetkeks kinnitanud.

Alates kolmandast klassist on mu pojalt võimalus õppida kodukooli väikeklassis eripedagoogi käe all. Vaatamata oma eripärast tingitud õpiraskustele, on poisil säilinud rõõmus meel ja koolitahe. Viimase aasta jooksul oleme saanud iganädalalselt riikliku tugisüsteemi raames eralogopeedi tunde. Tänu viimasele olen saanud aimu düsleksia tõelisest olemusest ja sellest, et vaid õiged järjekindlad õpetamisvõtted ja -meetodid aitavad olukorda leevendada ning lapsel õppimisega kohanduda.

Meie pere kogemus oma armsa lapse düsleksia tuvastamisel võttis palju aega ja närvikulu. Tegelikult ei peaks tänapäeval teistel taolisse olukorda sattunud peredel see protsess nii rohkelt aega ja närvikulu võtma. Eesti riigis on olemas väga head vastava ala spetsialistid, kes oskavad edasise

tegevuse paikapanemisel asjatundlikku nõu anda. Järjest enam lasteaiatõpetajaid suudab lapse varases eas võimalikke düsleksiailminguid märgata ja üha rohkem koolitõpetajaid on saamas teadlikuks düsleksia olemusest ning viisidest, kuidas koolis taoliste õpilaste õppimist oleks mõistlik korraldada ja kohandada. Eesmärk on kõigil ühine – düsleksiaga lapsest peab kasvama tubli inimene, kes peab tulevikus iseseisvat täisväärtuslikku elu elama, ennast ja ümbritsevat hindama ning oma unistusi ellu viima.

Minul oli võimalus saada kaasatud Euroopa riikide koostöö projekti „Düsleksiaga laste vanemate toetamine” („Empowering Parents for Support of Their Children with Dyslexia”). Projekti eesmärk oli riikidevaheline koostöö düsleksiaga laste vanemate nõustamise alal, sellealase edumeelse kogemuse vahendamine ja töövahendite loomine vanemate nõustamise edendamiseks. Nimetat projekti üks käegakatsutav reaalne tulem ongi käesoleva raamatu „Käsiraamat düsleksiaga laste vanematele” koostamine. Loodetavasti on antud käsiraamat tõhus abivahend lapsevanemale düsleksia olemuse lahtimõtestamisel, selle probleemiga tegelema hakkamisel ja parimate võimalike tulemuste saavutamisel.

Omalt poolt soovitan siiralt antud juhendit lugeda kõigil lapsevanematel, kel on tekkinud oma lapse suhtes kasvõi pisimadki lugemisraskuse kahtlused.

Projektis osalenud lapsevanem

1 ● SISSEJUHATUS – MIS ON DÜSLEKSIA?

Kas mäletate seda hetke, kui teile öeldi, et teie lapsel on düsleksia? Või on mõni spetsialist seda teile just hiljuti öelnud. Teie pähe tulvas tõenäoliselt palju küsimusi:

- Mida see tähendab?
- Mida laps on võimeline tegema ja mida mitte?
- Kuidas me vanematena teda aidata saame?
- Kuidas me selgitame oma sugulastele, milles on probleem? Kas nad mõistavad ja aktsepteerivad seda?
- Kuidas mu laps koolis toime hakkab tulema? Kas õpetajad aktsepteerivad tema erivajadusi?
- Kes saab või oskab meid aidata?
- Kas düsleksiast saab ravida?
- Missuguseks kujuneb minu lapse koolielu? Kas ta tuleb toime? Kas ta saab hakkama kõigil haridustasemetel? Kas ta on võimeline õppima kõrgkoolis?
- ... ja nii edasi ja nii edasi

See raamat püüab vastata neile küsimustele või vähemalt mõnele neist. Vanematena olete oma lapse elus väga olulised. Kui laps seisab silmitsi raskustega, muutute te veelgi olulisemaks. See tähendab, et teil tuleb oma lapse muresid/probleeme mõista, samuti on teil vaja mõista, kuidas laps ja tema ümbruskond võiksid nendest probleemidest üle saada. See ei ole alati lihtne ja see kestab terve elu. Mida rohkem te aga oma last toetate, seda tõenäolisemalt lõpetab teie laps edukalt kooli. Kujutage ette, kui suure osa oma päevast veedab laps koolis. Kool on oluline koht lapse elus ja laps väärrib seal edukat toimetulekut ja motivatsiooni ning seda, et ta vähemalt osast oma haridusest ka rõõmu tunneks.

Alustame algusest. Vaatame kõigepealt, mis on düsleksia ja kuidas teie vanematena saate teistele inimestele selgitada, millised probleemid on teie lapsel.

Siin on **ametlik düsleksia definitsioon**, mille esitas Rahvusvaheline Düsleksia Ühing uue aastatuhande alguses.

„Düsleksiast iseloomustavad esmaselt kehv häälimine ja kokkulugemine ning raskused loetud sõnade täpsel ja/või kiire äratundmisel. Need raskused tulenevad tavaliselt keele fonoloogilise komponendi puudujäägist, mis ei ole seotud teiste kognitiivsete võimetega ja õpetamisega klassiruumis. Teised raskused võivad ilmnedada probleemidena loetust arusaamisel ja vähese lugemiskogemusena, mis omakorda takistavad sõnavara ja taustateadmiste kasvu.”

Kasutatakse ka **düsleksia mitteametlikku definitsiooni**, mis väldib sildistamist ja annab võib-olla ideid, kuidas lapsega töötada.

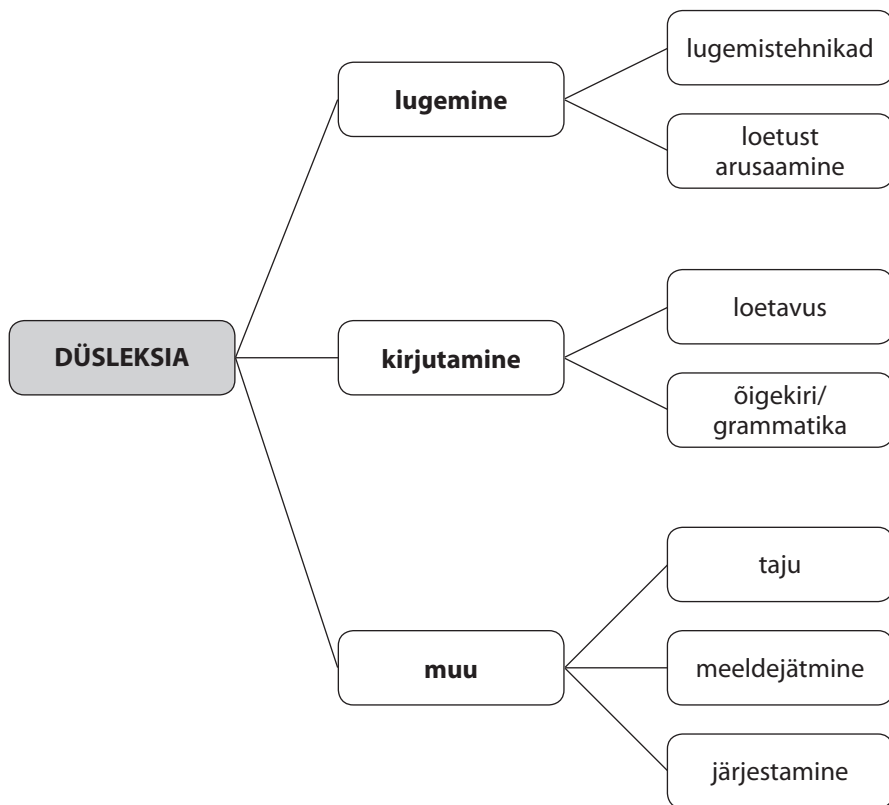
„Düsleksiaga inimesed on inimesed, kes kasutavad erinevaid viise, et saada infot, mida nad vajavad õppimiseks.”

See tähendab, et teie poeg või tütar suudab õppida lugema ja kirjutama. Tal on tugevad ja nõrgad küljed nagu kõigil inimestel. Oma kooliaja jooksul võib ta saavutada erinevaid asju teistega võrdselt. Ta võib õppida ülikoolis, kui ta seda soovib, ja võib olla edukas igal alal, kus iganes ta tööle hakkab.

Me peame leidma sobivaid viise, kuidas laps (ja ka nooruk ning täiskasvanu) saab kõige efektiivsemalt lugema ja kirjutama õppida. Sageli tähendab see, et lapsel võtab nende ja ka teiste oskuste omandamine rohkem aega. Mõningaid õpitegevusi tuleb sagedamini korrata. Siiski sõltub kõik viisist, kuidas neid õpetatakse. Kui me sunnime düsleksiaga last kordama oma koolitööd kõige traditsioonilisemal viisil, siis ei pruugi ta õppida eriti palju, vaatamata tohutule õppimisele pühendatud ajale. Pealegi on tõenäoline, et laps masendub, kaotab motivatsiooni ja tema võimed jäävad rakedamata. Seega on väga oluline mõelda, kuidas teie laps õpib, ja aidata tal iseseisvalt õppida. Me ei saa toetuda vaid neile viisidele, mida on hariduses aastasadu kasutatud. Isegi, kui see on töötanud teistega, ei tööta see praegu.

Informatsiooni saamine lugemise ja kirjutamise kaudu ei ole düsleksiaga inimeste jaoks parim õppimise viis.

Millised on düsleksiaga seotud **kõige levinumad probleemivaldkonnad?**



Joonis 1 – Düsleksiaga seotud raskused¹

Igal düsleksiaga inimesel on oma spetsiifilised tugevused ja nõrkused. Isegi kõige levinumad düsleksiasümptomid võivad varieeruda oma intensiivsuse ja avaldumise osas (nt mõned düsleksiaga inimesed ei oska üldse lugeda, samas teised loevad üsna soravalt, kuid mõistavad teksti halvasti;

¹ Demonet, Taylor, & Chaix, 2004; Nicolson, & Fawcett, 2008; Reid, 2003; Vellutino, Fletcher, Snowling, & Scanlon, 2004.

siis on veel inimesed, kes loevad väga aeglaselt ja suurte raskuste ning paljude vigadega, aga mõistavad teksti tähendust väga hästi). Sümptomid muutuvad koos vanusega – mõni probleem, mis on oluline koolitee alguses, võib hiljem muutuda üsna ebaoluliseks ja vastupidi. Sümptomid muutuvad kindlasti vähem tõsiseks pärast aastaid harjutamist. Kool peab selle kõigega arvestama.

Lisaks lugemisele ja kirjutamisele seondub düsleksia vahel muude kognitiivsete funktsioonide häiretega. **Mis on düsleksiaga seonduvad probleemid?**

- taju hõlmab info korrektset töötlemist ja fonoloogilist teadlikkust, taju puudulikkust peetakse üldiselt düsleksia põhjuseks.

Lapsel võivad ilmneda järgmised raskused:

- foneemide (ehk häälikute) äratundmine sõnades
 - silbitamine
 - sõnade foneemideks jaotamine
 - foneemide sidumine sõnadeks
 - kuulmisega seotud probleemid (nt raskused sarnaste sõnade eristamisel)
 - fonoloogiline töötlus (s.t foneemidega opereerimine sõnades)
 - kiire automaatne nimetamine (s.t kiire õigete nimetuste andmine etteantud stiimulitele)
 - riimide tajumine ja moodustamine
-
- läbipaistva kirjaviisiga keeltes (s.t keeltes, kus kirjutatud teksti loetakse alati samal viisil ning tähtede ja sõnade lugemiseks on selged reeglid – nt itaalia, tšehhi, eesti, läti keel) räägivad spetsialistid vahel visuaalse taju mõjutatusest. See tähendab raskusi järgmiste valdkondades:
- visuaalne eristamine (s.t sarnaste stiimulite, nt sarnaste tähtede või sarnaste märkide eristamine)
 - visuaalne analüüs (terviku osadeks jagamine)
 - terviku taju
 - kujutise ja tausta taju (olulise eristamine vähem olulisest)

- **mälu** võib iseloomustada erinevatest vaatenurkadest, kuid kõige sagedamini mõjutatud mälu liigid on lühiajaline mälu ja töömälu.
 - **lühiajaline mälu** on vajalik visuaalse ja auditiivse info töötlemiseks lühiajaliselt (nt et meeles pidada, milliselt leheküljelt tuleb avada raamat; et meeles pidada telefoninumber, kuni seda valitakse; et meeles pidada, mida kirjutada vihikusse pärast info lugemist tahvlilt). Kui lühiajaline mälu ei tööta nii nagu vaja, ei saa informatsiooni talletada ka pikaajalises mälus. See tähendab, et õppimine võtab rohkem aega ja on keerulisem, kui me toetume ainult meeldejätmisele, ning mehaaniline päheõppimine on selle kõige raskem osa.
 - **töömälu** ühendab lühiajalises mälus talletatud info ja pikaajalisest mälust võetud info, kui on vaja lahendada teatud probleemi, nt matemaatika tehted ilma paberit ja pliiatsit kasutamata, märkmete kirjutamine koolis, kirjandi kirjutamine)
- **järjestamine**² tähendab töötamist vastavalt teatud järgnevusele, konkreetsete sammude järgimist probleemi lahendamisel. Düsleksiaga inimestel on vahel raskusi selliste reeglite järgimisel. Nad teavad mõnikord vastust või lahendust, kuid nad ei tea, kuidas nad selleni jõuaksid ega suuda seda teistele selgitada.

Need on valdkonnad ja probleemid, mis mõnikord düsleksiaga seonduvad, aga oluline on meeles pidada, et põhiprobleem on lugema õppimine.

Millised on **veel olulised faktid** düsleksia kohta?

- Düsleksia on kaasasündinud.
- Düsleksia on eluaegne probleem.
- Düsleksia on sageli geneetiline, s.t pärilik probleem.
- Probleeme, mida düsleksia põhjustab, saab vähendada ja/või pidurdada järjepideva töö, sobiva abi ning sekkumisega, mis kestab enamasti kogu teie poja/tütrega kooliaja. Düsleksiast ei saa ravida.
- Düsleksia on seotud keeleoskuse ja verbaalsete võimetega – mõnel düsleksiaga inimesel on neis valdkondades probleeme.

² Reid, 2003.

- Statistika järgi on umbes 5–10% elanikkonnast düsleksia.
- Arvatakse, et poistel esineb düsleksiast rohkem kui tüdrukutel, aga tüdrukud saavad eeldatust vähem abi.

Düsleksia on seotud ka mõne **positiivse omadusega**³. Öeldakse, et düsleksiaga inimesed on

- loovamad
- head visualiseerijad
- head holistiliselt mõtlejad
- töökad ja visad – nad ütlevad, et düsleksia andis neile jõudu ning nad õppisid tööd tegema, et oma eesmärgid saavutada.

Kas teate mõnd tuntud ja edukat düsleksiaga inimest?

- Orlando Bloom (näitleja)
- Tom Cruise (näitleja)
- Whoopi Goldberg (näitleja)
- Keanu Reeves (näitleja)
- Robin Williams (näitleja)
- Pablo Picasso (kunstnik)
- Auguste Rodin (kunstnik)
- Andy Warhol (kunstnik)
- Muhammad Ali (poksija)
- Magic Johnson (sportlane)
- Henry Ford (leiutaja ja ettevõtja)
- William Hewlett (ettevõtja)
- Winston Churchill (Ühendkuningriigi peaminister)
- John F. Kennedy (Ameerika Ühendriikide president)
- Nelson Rockefeller (kuberner ja Ameerika Ühendriikide asepresident)
- Woodrow Wilson (Ameerika Ühendriikide president)
- Agatha Christie (krimikirjanik)
- Francis Scott Fitzgerald (kirjanik)
- Alexander Graham Bell (ettevõtja)

³ Everatt, Steffert, & Smythe, 1999.

- Thomas Edison (leiutaja)
- John Lennon (muusik, ansambli Beatles liige)
- ... ja teie laps

On tõenäoline, et vanemana nägite te esimesena, et lapsel on mõned probleemid. Võib-olla ei saanud te aru, mis need probleemid täpselt on, kuid olite arvatavasti teadlik sellest, et teie lapse võimed ja oskused, tema tahe õppida uusi asju ja tema tulemused koolis ning lugemis- ja kirjutamisoskused ei olnud omavahel tasakaalus.

Kuidas nii, et minu laps jääb teistest lastest lugemises ja kirjutamises nii palju maha, kuigi ta näib olevat piisavalt terane, et õppida, ja me harjutame neid oskusi nii sageli?

Kuigi enamasti lapsevanemad ei ole haridus- või psühholoogiaspetsialistid, on nad eksperdid oma lapse elu ja arengut puudutava osas. Siin on mõned vihjed, mida panna tähele oma lapse käitumises.⁴

• **indikaatorid (riskifaktorid) koolieelses eas:**

- raskused rääkima õppimisel
- raskused teatud häälikute ja/või sõnade korrektse hääldamise õppimisel
- sobimatute grammatikavormide kasutamine kõnelemisel
- probleemid luuletuste õppimisel/riimimisel
- probleemid info meeldejätmisel
- vähene huvi tähtede ja/või numbrite vastu
- huvipuudus õppetöö vastu

• **indikaatorid (riskifaktorid) koolis:**

- raskused lugema õppimisel, vaatamata intensiivsele tööle koolis ja kodus
- raskused tähtede meeldejätmisega

⁴ Mather, & Wendling, 2012.

- raskused sõnade silpideks jagamisega
- raskused tähtede äratundmisega sõnades, nt teatud sõnade esimesed ja viimased tähed, sõnade tähtedeks jagamine, tähtedest sõnade moodustamine
- raskused riimide loomisel
- raskused kuulmise järgi sarnaste sõnade ja/või silpide eristamisega
- raskused kirjutama õppimisel, vaatamata intensiivsele tööle koolis ja kodus
- raskused teatud tähtede kirja pildi/kuju meelde jätmisega
- raskused grammatikareeglite kasutamisega
- halb käekiri
- raskused sõnade loetelu või muu informatsiooni, juhiste, luuletuste jne meelde jätmisega (isegi kui laps mäletab väga hästi, millal lugu talle räägiti)
- raskused ruumis orienteerumisega ja ajamõistete kasutamisega
- vigade tegemine lugemisel ja kirjutamisel, kui tekib näiteks segadus sarnaste sõnade ja/või tähtedega.

Kui te mõnda neist probleemidest märkate, ei tähenda see, et teie lapsel on kindlasti düsleksia. See tähendab vaid, et peaksite olema tähelepanelik, oma last toetama ja pöörama rohkem tähelepanu tema koolitöödele. Kui raskused ilmnevad erinevates kombinatsioonides ja laps ei saa neist jagu, vaatamata tööle koolis ja kodus, siis on aeg arutada probleeme spetsialistiga.

2. RÄÄGIME LAPSEGA TEMA DÜSLEKSIAST

Arvatavasti mõistab laps esimesena, et ta ei loe, veeri ega kirjuta nii hästi kui tema klassikaaslased. Ta ei pruugi küll teada, mida tähendab sõna *düsleksia*, aga kindlapeale saab ta aru, et midagi on viltu.

Ameeriklane Lexi Walters Wright annab veebilehel Understood **nõu, kuidas rääkida oma lapsele** düsleksiaast, teavitamaks lapsevanemaid õpiraskuste ja tähelepanuprobleemidega seonduvast (www.understood.org):

1. Leia rahulik, meeldiv hetk (mitte siis, kui su laps teeb närviliselt koolitoid)⁵. Arutle koos lapsega, et tegelikult läheb tal koolis hästi.
2. Räägi talle, mida tähendab düsleksia – see on raskus, mis kaasneb lugema õppimisega ja et see on paljudel inimestel. Seega pole su laps ainuke, kel selline probleem. Düsleksial pole mingit pistmist üldise intelligentsusega – piisava töö ja toetuse korral võib su laps oma elus kõike saavutada.
3. Sinu keelekasutus olgu täpne – kui su lapse õpiraskustele on pandud konkreetne nimi, on nendega lihtsam tegeleda. Kui last on düsleksia osas informeeritud, peab sellele järgnema koolipoolne struktureeritud abi – lisatunnid lugemises ja kohandatud õpe, kõik täpsustatult kirja pandud lapse individuaalses õppekavas (IÕK). Kuna sõna *düsleksia* on nüüd teada, siis tuleks see panna lapse huve teenima.
4. Õpilased, kel on düsleksia, võivad muretseda, et õpetajate arvates nad hoopis ei pinguta piisavalt. Räägi oma lapsele, et õpetajatel on nüüd palju erinevaid võimalusi, kuidas lugemiskustega õpilasi aidata. Ütle lapsele, et ka teda kaasatakse tema IÕK planeerimisel ja tema mõtteid ja tähelepanekuid võetakse arvesse.

⁵ Wright, 2014.

5. Ütle oma lapsele, et sa toetad teda alati ja kõikjal – nii kodus, koolis kui kogukonnas.
6. Kuna lugemisraskustega lapsele pöörvad vanemad tavaliselt rohkem tähelepanu kui tema õdedele-vendadele, siis ütle oma lapsele, et sa aitaksid vajadusel tema õdesid-vendi nii, nagu sa praegu aitad teda. Kinnita talle, et tema õed-vennad teavad ja mõistavad seda.
7. Anna oma lapsele teada, et see on tema otsustada, mil määral väljaspool kooli tema düsleksiasid rääkida. Ütle talle, et piisab, kui öelda, et tema lugema õppimine toimub pisut teisiti ja et see ei tähenda seda, et ta seda ei suuda.
8. Kinnita lapsele, et ta ei pea oma tuleviku pärast muretsema. Ütle talle, et järjekindla töö ja meelekindluse abil saavutab ta kõik eesmärgid oma elus. Uuri, mida ta on mõelnud keskkoolijärgselt ette võtta – ülikool, karjäär, täiskasvanuelu. Kinnita talle, et tema praegused lugemis- ja kirjutamisraskused ei takista tulevikus tema unistuste täitumist.

Kuigi mõnes riigis on düsleksia siiani veel häbiasi ja selle diagnoosiga inimesi sildistatakse, pole muud võimalust negatiivsete stereotüüpide vähendamiseks kui selge ja täpse info jagamine. On oluline välja näidata, et sa ei arva, et sinu laps on düsleksia tõttu kuidagi vähem väärtuslik. Sinu last ei määratle mitte düsleksia, vaid see on kõigest üks osa tema isiksusest, võimetest ja huvidest. Mida varem su laps seda mõistab, seda paremini suudab ta tulla toime erinevates hariduslikes ja elulistes situatsioonides.

Kuidas rääkida teistele pereliikmetele lapse düsleksiasid

Vanemad peaksid rääkima teistele pereliikmetele oma lapse düsleksiasid kui asjaolust, mille kohaselt lapse edasijõudmine koolis ning tema igapäevased tegevused, mis hõlmavad lugemist ja kirjutamist, on teistest erinevad ning et see muutub ühel hetkel ilmseks. Ole düsleksiasid rääkides sõnadega täpne – seeläbi saavad pereliikmed paremini aru, mida sa selle all mõtled. Kui sa näed düsleksiat kui osa tervikust, mitte kui lapse olemust kirjeldavat tõsi-asja, siis suhtuvad sellesse ka teised nii.

Kuidas rääkida lapse õpetajatele tema düsleksiast

Oma lapse õpetajatega rääkimine võib osutada mõlemapoolseks – nimelt vestlust sel teemal võivad algatada hoopis õpetajad, kuna nad võivad olla märganud su lapse düsleksiast enne kui sina lapsevanemana (see oleks loogiline, kuna paljudel lastel ilmneb düsleksia alles siis, kui nad alustavad koolis lugemise ja kirjutamise õppimist).

Õpetajatega rääkides võib olla vähemalt kolm varianti:

- Sa märkad, et su laps näeb kodus lugemise ja kirjutamisega rohkelt vaeva ning et tal on ka teisi düsleksia sümptomeid. Sa räägid õpetajatele oma tähelepanekutest, küsid, mida nemad on märganud ja mida nad düsleksiast teavad. Kui õpetajad nõustuvad sinu tähelepanekutega, tuleks järgmise sammuna selgitada välja, kuidas kool saaks teda süsteemselt aidata.
- Su lapse õpetajad annavad sulle teada, milliseid märke ja sümptomeid nad sinu lapse düsleksia osas on märganud. Palu neil täpsustada, millised on need tõendid, mis kinnitavad lapse lugemisprobleeme. Uuri, kas koolis on tehtud mingisuguseid teste või analüüse lapse lugemise-kirjutamise vigade osas. Kui on, palu tehtust kirjallikku kokkuvõtet. Küsi edasisi soovitusi järgmiste testide ja sekumiste osas, mis aitaksid kaasa lapse lugemise paranemisele.
- Kui sa juba tead, et su lapsel on düsleksia (varasemad testid, koolivaetus, nt eelmises koolis teati düsleksiast, aga uues veel mitte vms), teavita kohe õpetajaid ja kooli juhtkonda ning palu neil koostada IÕK.

3. ABI KOOLITÖÖDES

A) KODUSED ÜLESANDED

Kodused ülesanded on oluline koolitöö osa. Koduste ülesannete tegemise saab muuta lihtsamaks, see on oluline kõigile õpilastele.

Koduste ülesannete peamine eesmärk on harjutada ja kinnistada koolitundides omandatud materjali. Koduste ülesannete tegemine võimaldab ka kontrollida õpitu õigsust. Kui ülesanded on liiga rasked või mahukad, on see tõsiseks probleemiks nii lapsele kui ka tema perekonnale. Asjakohased kohandamised, vahendid, tehnikad ning struktureerimine aitavad oluliselt kergendada kodutööde tegemist.

Esimeseks sammuks koduste tööde kohandamisel võiks olla õpetaja informeerimine, et teie lapse jaoks on kodused ülesanded liiga rasked ja/või on neid liiga palju. Õpetaja(te)ga võiks kokku leppida

- koduste ülesannete täitmise ja esitamise vormis. Täidetud ülesandeid võib esitada fotodena, digitaalsete töödena, salvestustena jmt;
- koduste ülesannete täitmisel kasutatavates vahendites. Abivahenditena võib kasutada slaidiesitlust, idee- või mõttekaarti jmt;
- kodutööde mahus.

Õpetaja(te)ga tehtavad kokkulepped on kohane fikseerida lapse individuaalses õppekavas (IÖK).

1. Lugemine

- **Digitaalsed tekstid.** Düsleksiaga lastel võib olla kergem kasutada digiraamatuid ja skaneeritud tekste arvutis ja/või kasutada kõnetuvastusprogramme, mis suudavad muuta kõne tekstiks ja vastupidi.

- **Häälega ettelugemine.** Vanemad võivad lapsele vajalikud tekstid ette lugeda.
- **Teksti struktureerimine.** Teksti struktureerimisest on duplekti lapsele palju abi. Teksti struktureerimiseks tõsta esile pealkirjad ja võtmesõnad, kasuta selleks eri värvi markereid. Need võtted aitavad tekstis olulist leida ja meelde jätta. Asjakohased pildid kiirendavad ja kergendavad teksti mõistmist.
- **Teksti lihtsustamine.** Lihtsustada saab sõnu, lauseid või kogu teksti. Luges lihtsustatud teksti, saab laps vähema vaevaga omandada teksti sisu ja mõtet.

2. Kirjutamine

- **Graafiline kujutamine.** Lapse ideede arendamiseks ja kirjatööde mustandite loomiseks kasutage erinevaid graafilisi kujundusi: idee- ja mõttekaardid, skeemid, diagrammid, tabelid, visandid jne.
- **Kohanda sõnavara.** Püüa aru saada, missugused sõnad valmistavad lapsele raskusi. Selgita nende sõnade tähendust ja/või kasuta teisi sõnu.
- **Kasuta arvutit.** Vigade otsimise ja kirjutamisprogrammide ning kõne tekstiks muutvate programmide kasutamine on eriti tõhus juhul, kui lapsel on düsgraafia ehk kirjutamisraskus.
- **Aeglustage tempot.** Innusta oma last kirjutama õigesti, mitte pelgalt oma tööd kiiresti lõpetama.

Kodutööde tegemise aja korraldamine

- **Igapäevane rutiin/töökord.** Kasulik on sisse seada igapäevane kord kodutööde tegemiseks. Kirjalik ajakava lapse kirjutuslaua läheduses aitab loodud ajakavast kinni pidada.
- **Nädalaplaan.** Tehke koos lapsega nädala jaoks tabel, kuhu saate märkida kõikide õppeainete kohustuslikud tööd. Sümbolite kasutamine hõlbustab ülesannete meespidamist ja tekitab arusaamise nende

jaotumisest nädalapäevade vahel. Julgustage last looma ja kasutama talle meeldivaid märke, jooniseid ja diagramme.

- **Õppematerjali korraldamine.** Õppematerjalid võib sisu järgi jagada väiksemateks osadeks ning märgistada need erinevalt. Iga õppeaine jaoks võiks olla oma tunnus, näiteks värvi kasutamine võib olla väga tõhus ja aidata väga palju.
- **Keskcond.** Võimaldage lapsele vaikne õppimiskoht, kus tal on piisavalt ruumi enda ja oma asjade jaoks. Kindlustage, et kõik vajalikud vahendid (pliiitsid, paberid, arvuti, digitaalsed sõnaraamatud ja entsüklopeediad jm teatmeteosed, kaardid jpm) oleksid kogu aeg käepärast.
- **Aja planeerimine.** Väga oluline on jagada kogu õppimisaeg väiksemateks osadeks, mille pikkusest laps suudab aru saada. Õppimise perioodid vaheldugu pausidega. Düsleksiaga lapsi hirmutab eesolev suur töömaht ja pikk õppimisaeg.
- **Juhendid.** Kui laps ei ole suuteline kodutööd korralikult päevikusse kirjutama, siis võid abi paluda mõnelt klassikaaslaselt või õpetajalt, et ta annaks lapsele kodutööde nimekirja. Kui koolis on kasutusel elektroonilised päevikud vm infosüsteemid, siis kindlusta, et su laps saaks nendest aru ja oskaks neid kasutada. Eestis kasutavad koolid üldjuhul e-kooli, kust vanemad saavad koduseid ülesandeid vaadata.
- **Suhtlemine õpetajatega.** Lapse õpetajatega koostöö tegemine parandab alati suhteid ja tekitab sünergiat. Tõhusa koostöö huvides tuleb püüda oma küsimuste ja näidetega jääda konkreetseks ning üritada mitte vastanduda õpetajatele.
- **Tagasiside.** Kui laps sooritab oma kodused ülesanded, siis on väga oluline teda tunnustada ning näidata välja rahulolu. Kindlasti rõhutada seda, mida laps on hästi teinud. Vigade tekkimisel tuletage meelde erinevaid vigade parandamise strateegiaid, mis varem on aidanud vigu parandada. Mõelge välja uusi võimalusi vigade ärahoidmiseks.
- **Vaba aeg.** Väga oluline on, et lapsele jääks ka vaba aega. Koduste koolitööde tegemine ei tohiks ära võtta lapse kogu vaba aega.

B) KOOLIS

Koolidel on mitmeid võimalusi düsleksiaga laste toetamiseks. Düsleksiaga laste vanemad saavad taotleda

- **IÕK** (individuaalne õppekava) või **IAK** (individuaalne ainekava) koostamist. IÕK ja IAK sätestavad abi andmise kooli poolt ning õpieesmärgid, mida tahetakse selle kavaga saavutada. Tavaliselt ei muudeta IÕK-ga kooli õppekava sisu.
- **Õppevahendid ja -meetodid**. Osa koole lubavad lapsel kasutada personaalset arvutit, millega saab klassis töötada. Õpetajad saavad erinevates õppeainetes kasutada erinevaid õpetamis- ja õppimisstrateegiaid, enesekontrollivõimalusi.
- **Kohandamine**. Lapsele saab pakkuda mitmeid kompenseerivaid võimalusi, näiteks lisaäega ülesannete täitmisel, eksamitel, puhkepause eksamitel jmt. Last ei tohiks survestada teistele esinema ega ette lugema.

C) KOMPENSEERIVAD VAHENDID

Kompenseerivad vahendid aitavad lapsel ületada just talle omaseid raskusi, suurendada oskusi ning rakendada kogu potentsiaali. Tõhusateks vahenditeks ja meetoditeks on osutunud

- ideekaardid
- mõttekaardid
- tähestiku, keelereeglite ja korrutustabeli kättesaadavus
- salvestustehnika
- kalkulaatori kasutamine
- joonised ja tabelid, näiteks grammatikareeglite või geomeetria kohta
- kõnetuvastustehnika: kõne-tekst ja tekst-kõne
- audioraamatud
- tarkvara ja veebiprogrammid

D) DÜSLEKSIAGA INIMESTELE SOBIVAD IKT VAHENDID

Nüüdisaegsed tehnoloogilised vahendid on tõhusad abilised. Nende abil on võimalik düsleksiaiga laste jaoks ülesannete täitmine lihtsamaks muuta. Tuleks aga jälgida, et arvuti ja teiste abivahendite kasutamisest ei tekiks lapse jaoks järgmist, teda teistest lastest eristavat tunnust ehk stigmat.

IKT VAHEND	KIRJELDUS
Tekstitötlusprogrammid	Teksti toimetamine, õigekirjakorrektori kasutamine, kõnetuvastus
Kõnetuvastus	Võimaldavad kuulata arvutisse paigaldatud digitaalset teksti.
Digiraamatud, multimeedia sõnaraamatud ja teatmeteosed	Digiraamatud võimaldavad muuta teksti esitust (suurust, fonti, värvi, tausta jmt).
Skanner/OCR (Optical Character Recognition)	Võimaldab salvestada teksti selle hilisemaks töötamiseks ja lapsele kohandamiseks.
Kõnesüntesaatorid	Muudavad räägitud jutu digitaalseks tekstiks.
Internet	Võimaldab ligipääsu ülisuurele hulgale materjalidele. Kasutada saab teksti kõneks muutmise programme.

4. LUGEMISÕPETUS

Lugema õppimise alguses on eesmärk lugemisoskuse saavutamine. Hiljem hakatakse lugemist kasutatama õppimise eesmärgil. Vanematel on kasulik teada, et lugemist tuleb õppida, see ei ole loomulik ega kaasasündinud nähtus. Lugema õppimine toetub valdavalt kahele eeldusele: kõne arengule ja oskusele sõnu kokku lugeda (*decoding of text*). Kasvõi ühe nimetatud eelduse häirumise puhul on lugema õppimine raskendatud. Õnneks on täielik suutmatuse lugemist õppida väga harv nähtus.

Käesolev peatükk arutleb lugemisõpetuse üle, esitab näiteid n-ö heast lugemisõpetusest ning püüab aidata lapsevanemal jõuda arusaamisele, missuguseid lugema õpetamise meetodeid kasutatakse tema lapse koolis. Peatüki lõpus antakse teaduspõhiseid juhiseid ja selgitusi lugema õppimise toetamiseks. Lisatud on ka soovitusel õpetajatega suhtlemiseks. Peatüki lugemise järel on lugejal teadmised, kuidas hinnata teenuseid ja õpetust, mida tema laps koolis saab, kuidas esindada oma lapse huve ning taotlema võimalikult häid teenuseid.

Tänapäeval võime rõõmsad olla oma heade teadmiste üle sellest, kuidas lugema õpetada. Need teadmised on saadud suure hulga teadusuuringute põhjal, mis on läbi viidud alfabeetilis-foneetilise kirjaviisiga keeltes (nagu eesti, läti, itaalia ja tšehhi keel) jpt keeltes, mida iseloomustab otsene vastavus häälikute ja tähtede vahel.

Alfabeetilise kirjaviisiga keeltes kasutatakse häälikute märkimiseks tähti. See on lihtne viis lugemiseks ja kirjutamiseks ning kirjaoskuse õppimiseks. Alfabeetilise kirjaviisi puhul on lugema õppimise eelduseks arusaamine häälikute ja tähtede vahelisest seosest.

Tunmeri ja Hooveri (1992) uurimuse põhjal võib väita, et lugemisprotsessi on kaasatud mitmed kognitiivsed oskused ja füüsilised võimed (mälu, ruumitaju ja orienteerumine, silmade liigutamine jmt), mis on väga omased

lugemisprotsessile, kuid ainult nende oskuste arendamisest ei piisa lugemisoskuse omandamiseks. Lugema saab õppida lugedes ja kirjutama saab õppida kirjutades. Seda on oluline teada.

Riikliku Lugemispaneeli 2000 raport (The 2000 National Reading Panel Report, NRP)

Alates 1997. a-st on USA Riikliku Laste Tervise Instituudi juhtimisel läbi viidud rohkem kui 100 000 uurimust, mille raportit tuntakse Riikliku Lugemispaneeli (RLP) 2000 raportina, inglise keeles National Reading Panel Report (NRP). RLP jaoks korjati kolme aasta jooksul andmeid, et luua uurimuste tulemuste põhjal tõhus lugemisõpetus.⁶

RLP 2000 rõhutab, et ainus tõhus lugemisõpetus saab olla vaid otsene tegelemine lugemisega ja selle õpetamine. Tõhus lugemisõpetus sisaldab fonoloogiliste oskuste õpetamist, kuhu on omakorda kaasatud lugemisprotsessi viis komponenti ning juhised, mis on spetsiaalselt suunatud just konkreetse lapse vajadustele. Lugemisõpetuse eesmärk on saavutada lugemise tase, mis võimaldab loetut mõista.

Lugemisprotsessi viis komponenti

RLP esitab viis peamist lugemise komponenti, mida tuleb lugemisõpetuse käigus arendada.

- **Foneemiteadlikkus ja fonoloogilised oskused** (ingl *phonemic awareness, phonological awareness*) – oskus segmenteerida kõnevoolu väiksemateks osadeks, s.t ütlusteks, sõnadeks ja häälikuteks, ning oskus nende üksustega opereerida. Alfabeetiliste kirjaviiside puhul, mis põhinevad häälik-täht vastavusel, on need eriti olulised oskused.
- **Häälikuõpetus** – oskus seostada omavahel häälikuid ja tähti. Sõnade kokkulugemisel on oluline öelda õigeid häälikuid, et saada õige sõna.
- **Soravus** – oskus lugeda teksti kiiresti, õigesti ja ilmekalt.⁷
- **Sõnavara** – sõnade tähenduse teadmine tagab loetu mõistmise. Mida suurem on lugeja sõnavara, seda paremad võimalused on tal suhelda ja suhestuda tekstiga.

⁶ National Institute for Child Health and Human Development, 2000.

⁷ Put reading first, 2003, pg. 22.

- **Loetu mõistmine** on lugemise peamine eesmärk. Soov lugemise kaudu midagi teada saada annab lugemisele kui tegevusele mõtte.

RLP raport toob välja tõhusa lugemisõpetuse sisu:

- fonoloogiliste oskuste arendamine
- süstemaatiline/järjekindel häälikuõpetus
- lugemissoravuse harjutamine
- loetu mõistmise arendamine
- häälega lugemine (ettelugemine)
- sõnavara suurendamine

Tõhus lugemisõpetus arendab eespool loetletud oskusi (komponente) ning sisaldab vastavaid juhiseid. Nende osade puudulikkus või puudumine muudab lugemisõpetuse väheefektiivseks ega taga lugemisoskuse omandamist tasemel, kuhu see võiks jõuda.

Lugemisoskuse hindamine – kuidas minu pojal või tütrele läheb?

Ka sellisel juhul, kui kõik vajalikud meetmed on lugemisõpetuses rakendatud, tuleks laste lugemisoskust ja selle arengut pidevalt jälgida ning hinnata, eriti algklassides. Ainult hinnetest või paar korda aastas tehtavatest lugemiskontrollidest ei piisa täpseks ülevaateks lapse lugemisoskuse arengust. Hindamist tuleb teha regulaarselt ning tulemusi tuleb analüüsida.

Lugemisoskuse hindamiseks tuleb jälgida lapse lugemist, märkida tehtud vead ja mõõta lugemiseks kulunud aega. Hiljem saab selle põhjal arvutada minuti jooksul loetud sõnade või tähtede arvu. Nende tulemuste alusel saab määrata lapse lugemisoskuse taset ja võrrelda seda eelmiste hindamiste tulemustega, samuti eakaaslaste tulemustega. Kui lapse tase on märkamatavalt allpool üldist keskmist taset, peaks sellest teavitama vanemaid.

Mille järgi saab aru, et lapsel on raskusi lugemisega?

Enamik vanemaid märkab oma lapse raskusi lugemisoskuse omandamisel ja lugemisel. Halvad hinded, soovimatus teha koduseid töid või nende tegemata jätmine ning kooli minekust keeldumine on selged märgid raskustest. Tihti on olukord siiski segasem ja lapse raskustele jälile jõudmine raskem.

Mõned soovitused lapse raskuste ära tundmiseks:

Laske lapsel endale ette lugeda ja kuulake lapse lugemist regulaarselt.

Kui lapsel on raske lugeda eakohaselt sobivaid raamatuid, peaksite rääkima lapse õpetajaga.

Raskused on ilmsed kui:

- laps teeb tuttavas tekstis rohkem kui 10 viga 100 loetud sõna kohta;
- laps teeb korduvalt samu vigu ning paistab mitte mäletavat sõnu, mida ta äsja luges, nt teie laps luges just sõna raskustega kokku ja järgmises lauses ta loeb sama sõna uuesti raskustega, nagu näeks sõna esimest korda.

Jälgi regulaarselt lapse kirjalikke töid

- Kui laps teeb kirjalikes töödes vigu ja tema tööd näevad halvad välja, rääkige ka sellest õpetajaga ja uurige, kuidas koolis kirjutamine toimub ja milliseid probleeme õpetaja selles näeb.

Mida teie lapsevanematena teha saate?

Tundke huvi lugemisõpetuse vastu, mida kool lapsele pakub.

Te võite õpetaja ja koolijuhi käest küsida:

- Missuguseid lugema õpetamise meetodeid koolis kasutatakse?
- Kas kasutatavad meetodid hõlmavad kõiki tõhusa lugemisõpetuse komponente?
- Kuidas jälgitakse lugemisoskuse arengut ja kui tihti seda hinnatakse?
- Kuidas meie lapse lugemisoskus areneb? Kuidas meie laps loeb võrreldes klassikaaslastega?

Nende küsimuste abil saab alata dialoog ja koostöö õpetajaga. Te peaksite olema valmis edasi minema tõsisemate ja keerulisemate küsimustega lugemisõpetuse kohta. Kui te ei saa rahuldavaid vastuseid, siis tuleks mõelda, kuidas saada lapsele tõhusamat õpetust.

Tõhus toetamine, kohandamine ja järeleaitamine lugemisraskuse korral Käesolevaks ajaks on läbi viidud suur hulk uurimusi lugemisraskusega laste õpetamisest ⁸ ning on saadud hulgaliselt teadmisi selle kohta. Need teadmised aitavad lapsevanematel aru saada oma lapse probleemist, pöörduda õigete spetsialistide poole, küsida neilt asjasse puutuvaid küsimusi ja teha asjalikke ettepanekuid. See kõik aitab kasutada olemasolevaid võimalusi parimal moel ja vältida asjatut aja, energia ja raha raiskamist.

Õpiabi süsteem on kooliti erinev

Mõni kool võimaldab kõigile lastele abi lugemisoskuse parandamiseks, mõni kool võib abi andmise eeldusena nõuda eelnevat testimist ja diagnoosi olemasolu. Osades koolides algab abi andmine rühmatundides ning hiljem minnakse üle individuaalsetele tundidele, kui selgub, et rühmatöö pole olnud tõhus. Igal juhul peaks lapsevanem olema kindel, et saadav abi on teadus- ja tõenduspõhine.

Kuidas ära tunda tõhusat lugemisõpetust?

Præguseks on kogunenud arvestatav hulk tõendeid selle kohta, et tõhusad lugemisprogrammid sisaldavad multisensoorseid õpetamismeetodeid, s.t selliseid meetodeid, mis kaasavad lugemise ja kirjutamise õppimisesse kõik meeled.

Eespool on kirjutatud tõhusa lugemisõpetuse komponentidest, mis kõik aitavad lugemisoskust parandada. Lisaks nende punktide lugemisõpetusse lülitamisele on oluline diferentseerida ka toetavat õpetust nii, et see vastaks lapse iseärasustele ja puudujääkidele. Lugemist õpetades ei piisa ütlu- sest „loe rohkem” või rühmatöös koos kõigi lastega ühtede ja samade ülesannete tegemisest. Näiteks ei ole põhjust harjutada häälikute eristamist lapsega, kellel pole selles vallas raskusi.

Kõiki meetodeid saab kasutada efektiivselt/tõhusalt, s.t nii et need arendaksid lapse lugemisoskust. Meetodi tõhususe hindamiseks on vajalik lugemisoskuse regulaarne mõõtmine. Esimesi märke lugemise paranemisest võib oodata 2-3 kuud pärast eriõpetuse algust⁹.

⁸ Galuschka, Ise, Krick, & Schulte-Körne, 2014; Blachman, 1994.

⁹ Torgesen, Alexander, Wagner, Rashotte, Voeller, & Conway, 2001.

Üldistatult võib öelda, et mida varem düsleksia avastatakse/diagnoositakse ja abi määratakse, seda paremaid tulemusi õpilane hiljem saavutab. Uurimustega on välja selgitatud, et kui alustada abi andmisega 1.–3. klassis, siis on suur tõenäosus saavutada eakaaslastega ligilähedane lugemise tase. Paljud uurimistulemused kinnitavad, et „kõige kiiremad tulemused saavutatakse esimese 12 tunni jooksul, hiljem küll edenemine toimub, kuid lastele ja vanematele võib tunduda, et edenemine ei ole enam nii kiire”¹⁰. Neist õpilastest, kellel on düsleksia avastatud pärast 3. klassi, suudavad vaid vähesed ületada erinevust, mis on nende ja eakaaslaste lugemistaseme vahel.¹¹ Funktsionaalseks lugejaks saamiseks võib kuluda 2–3 aastat intensiivset lugemisõpetust.¹²

¹⁰ Moats, & Dakin, 2008, pg. 67-68.

¹¹ Moats, & Dakin, 2008, pg. 67-68.

¹² Moats, & Dakin, 2008, pg. 68.

5. TUNDED JA EMOTSIOONID – LAPS VAJAB EDUELAMUST JA TEMASSE USKUMIST

Düsleksiaga lapse õppimine on täidetud nii raskuste kui ka õnnestumistega. Lapse ja teie enda raskuste ületamine võib põhjustada emotsioonide tulva. Seistes oma lapse õiguste eest ja toetades tema akadeemilist edu, ei saa te iga kord arvestada oma emotsionaalse heaoluga.

Järgnevalt esitatakse ideid ja mõtteid, kuidas aidata oma lapsel suurendada enesekindlust ja tõsta õpimotivatsiooni ning saada sõltumatuks ja ennast juhtivaks õppijaks.

Vanemate teadmised

Võtke endale aega ja tutvuge düsleksia mõistega. Uurige, kuidas aju töötab üldiselt ja lugemise ajal ning kuidas toetada last lugema õppimise ajal. Kirjanduse otsimine ja lugemine, spetsialistidega rääkimine, loengutel käimine ja huvigruppidega ühinemine võib olla üsna ajamahukas, kuid kindlasti ka hariv ja kasulik. Mida rohkem te düsleksia teemaga kursis olete, seda parem.

- Otsige abi
- Tutvuge teemaga laiemalt
- Toetage oma last

Toetage oma last

Lapsevanematena te saate oma last aidata, selgitades talle, mida tähendab düsleksia ja kuidas see mõjutab õppimist. Te saate lapsele näidata, et kuigi tema õppimine läheb üle kivide ja kändude, suudab ta siiski lugema õppida ja olla edukas koolis ja elus üldse.

- Selgita. Kirjeldage oma lapsele, kuidas aju töötab ja miks on tal tekkinud lugemisraskused. See aitab lapsel aru saada, et düsleksia ei ole probleem, mis on põhjustatud vähesest pingutamisest või

jonnimisest. Kui laps mõistab lugemisraskuse olemust, on tal kergem kujundada positiivset minapilti ja säilitada eneseväärikust.

- Andke lootust. Tooge lapsele positiivseid näiteid inimestest, kellel on düsleksia. Võite lapsele rääkida, et düsleksia pole takistanud paljudel inimestel olla edukas. Veenge last, et temast võib saada suurepärase lugeja, kellel on oma võtted, strateegiad ja ressursid hakkama saamiseks ja kes töötab palju.
- Pakkuge erinevaid vahendeid. Tutvustage lapsele erinevaid vahendeid ja võimalusi lugemisega hakkama saamiseks.
- Olge kohal. Andke lapsele teada, et te toetate last alati ja igas olukorras.
- Olge kannatlik.

Enesehinnangu loomine

Düsleksia on ainult üks osa teie lapse olemusest. Lapsel on palju häid omadusi, andeid ja oskusi, lugema õppimine on ainult üks lapse tegevus.

- Näidake oma lapsele, et ta on väärtuslik ja et tal on teile palju pakkuda.
- Kaasake oma laps perekonna otsuste tegemisse.
- Leidke aega koos perega lõbutsemiseks ja toredateks tegevusteks.
- Aidake lapsel leida teda huvitavad valdkonnad, milles ta saaks kogeda edu.
- Uskuge lapse unistustesse ja aidake tal neid saavutada.
- Märgake ja tunnustage lapse arengut ja muutusi tema suhtumises, töö tegemises, edenemises ja riskide võtmises.
- Märgake ja tunnustage lapse väikseidki edusamme.

Arendatava mõtteviisi edendamine

Kõikidel lastel areneb arusaam oma intelligentusest. Stanfordi Ülikooli psühholoog Carol Dweck on avastanud, et osa lapsi näeb intelligentsust kui midagi püsivat, teised kui midagi, mida saab arendada ja muuta. Lapsevanemad saavad aidata oma lapsel kujuneda arendatava mõtteviisiga lapseks ning kujundada lapses arusaamist, et nad on ise osalised oma intelligentuse arengus. Usk, et te võite õnnestuda, suurendab motivatsiooni.

- Uurige koos lapsega, kuidas aju töötab ja kuidas toimub õppimine. Näidake lapsele, kuidas head teadmised ja oma emotsioonide valitsemine annab jõudu. Aju on väga plastiline ja võimeline vastu võtma väga erinevaid kogemusi.
- Õpetage metakognitsiooni. Kui laps õpib mõtlema iseendast ja oma mõtlemisest, siis hakkab ta aru saama sellest, mida ta teab ja mida ta ei tea, avastab, missugused strateegiad aitavad kõige paremini õppida, hakkab ennast hindama ja õppimise eesmärkide kohta küsimusi esitama.
- Laske lapsel püstitada eemärke, planeerida tegevusi ning hinnata tehtut.
- Julgustage riske võtma ja avastama. Selgitage, et eksimine ja vigade tegemine on õppimise osa. Kõige tähtsam on proovida ja mitte alla anda.
- Näidake, kuidas pühendumine ja järjekindlus aitavad kaasa õppimise edule. Tooge näiteid mitmetelt elualadelt, näiteks beebid õpivad roomama ja käima, lapsed õpivad jalgrattaga sõitma, täiskasvanud õpivad autot juhtima, lauljad ja balletitantsijad õpivad esinemist. Tutvuge lapsega koos kuulsate düsleksiaga inimeste edulugudega.

Enda eest seismise õpetamine

Vanematena te soovite oma lapsele kõike head ja kindlustate, et ta saab abi ja toetust, mida ta vajab edu saavutamiseks. Pikas perspektiivis te soovite, et teie laps oleks tugev ja tal oleks oskus enda eest seista ja selgitada oma taotlusi ning tegevusi.

Julgustage ja toetage oma last

- Küsima küsimusi.
- Otsima abi. Rääkige oma lapsega, mis aitab tal õppida parimal moel, missugune keskkond, kohandused ja vahendid aitavad teda kõige rohkem. Selgitage talle neid asju, et ta oskaks küsida abi ja seda vajadusel põhjendada.
- Rääkima düsleksiast. Vaadake koos filme, intervjuusid ja rollimänge. Lapse valmisolek rääkida düsleksiast on märk sellest, et ta aktsepteerib oma raskust.

- Iseseisvalt kasutama erinevaid ressursse. Kui laps on tuttav erinevate võimaluste ja vahenditega, mida ta kasutada saab, siis ei pruugi ta enam oodata, et keegi teda aitaks või vahendid kätte juhataks. Ta suudab ennast ise aidata.
- Teadma oma õigusi. Kooskõlas lapse vanusega olgu tal võimalik tutvuda vastava seadusandlusega.

Hoolitsege enda eest

Düsleksiaga lapse vanemaks olemine võib olla emotsionaalselt väga väsitav, eriti juhul kui haridussüsteemist saadav tugi on vähene. Oma last toetades tuleb ka enda eest seista ja oma vajaduste eest hoolitseda.

- Küsige julgelt abi. Ärge püüdke kõike ise teha.
- Otsige professionaalset abi, kui tunnete, et vajate seda.
- Leidke aega enda jaoks. Tegelege asjadega, mis teid rõõmustavad.
- Puhake piisavalt, toituge tervislikult, liikuge regulaarselt. See kõik aitab teil püsida füüsiliselt terve ja tugev.
- Olge andestav. Keegi ei ole täiuslik. Te teete oma parima ja see on piisav.
- Olge rõõmus ja rahulik.
- Lõbutsege.

6. SPETSIIFILISTE ÕPIRASKUSTEGA LASTE VANEMATE TOIMETULEK

Käesoleva artikli koostamiseks intervjueeriti 11 lapsevanemat, kelle lapsel on kindlaksmääratud düsleksia, eemärgiga teada saada, kuid võrd lapse spetsiifiline õpiraskus on moraalselt ja materiaalselt koormav perekonnale, eeskätt emadele. Vanemate kirjelduste põhjal järeldati, mida nad teavad düsleksiast, strateegiatest, mida kasutatakse koolis ja kodus lapse abistamiseks, ning missugune on vanemate rahulolu pakutavate teenuste mahu ja kvaliteedi suhtes.

Uuritud vanematel ei tärnanud kahtlusi lapse kõnelis-keelise arengu mahajäämuses varases eas. Küll aga esines häälikuhäälusega probleeme, nii et viis last uuritavatest peredest said lastaias logopeedilist abi, kaks last määratleti kui lapsega autismi omavat. Eelkoolieas lapsevanemad ei näe suuri probleeme ega muretse lapse tuleviku pärast. Enamasti ollakse rahul logopeedilise abiga, mis sel perioodil on ainuke võimalus. Kõikide laste kuulmist ja nägemist kontrolliti enne kooliminekut. Vanemad hakkasid märkama lapse lugemisraskusi kas juba eelkoolis või esimesest klassist alates.

Õpetajatelt saadud tagasiside muutis vanemaid ärevaks – hakati kodus rohkem harjutama, ette lugema, uuriti õpetajalt raskuste iseloomu. Lapse õppimisraskusega kasvas vanema töökoormus kodus. Lapse ebaedu sunnib vanemaid abi otsima ka väljaspool kooli. Kõik uuritavad vanemad on seda teinud – tasuline logopeediline abi, psühholoogiline nõustamine, uue kooli otsimine. Viimast on leidnud 8 vanemat ning nende arvamus lapse toimetulekust on muutunud adekvaatsemaks, enesetunne positiivsemaks: *pidin küünite ja hammastega võitlema, et sinna kooli vastu võetaks; kui seda kooli ei oleks, ma ei tea, mis ma siis teeks; kuna minu laps käib selles koolis, siis halvustavat suhtumist pole ma kohanud; teistes koolides ei ole õpetajad kompetentsed*. Mida vanemaks laps saab, seda suuremad ootused koolipoolsele abile ilmnevad: *tugigruppe oleks juurde vaja; see on spetsiifiline töö ja seda*

saavad teha väljaõppinud inimesed; õpetajad võiksid olla kompetentsemad; puudu jääb tahtest ja ettevalmistusest tegelda probleemidega ja raskete lastega, logopeed vaatas internetist, kas on düsleksia.

Paljud vanemad on ise otsinud infot ja õpetamiseetodeid internetist, käinud vastavatel kursustel. Mõned vanemad on tähele pannud, et düsleksiaalast eestikeelset kirjandust saadaval ei ole. Aga need vanemad (uuritavatest neli), kes tunnistavad endal olevat lugemis- ja kirjutamisraskusi, ei soovi arutada avalikult sellelaadseid probleeme: *minu probleem on see, et ma pole gruppides suhtleja; olen teemas pigem üks.*

Mida võiks koolis ja ühiskonnas teisiti teha? Selgus, et vanematel ei ole selget ettekujutust Eesti haridussüsteemis seaduse järgi pakutavatest teenustest, teenustele ligipääsust ning spetsialistide ringist, kes õpiabi väljal tegutsevad. Näiteks arengukava koostamine, arenguvestluses osalemine on uuritavate poolt kirjeldatud kui midagi juhuslikku, mis nagu toimus või ei toimunud: *mina ei tea, kas tehti mingi kava; ma käisin vestlemas sel teemal, et ta ei pea lugema neid pakse raamatuid läbi; ei, ei ole olnud arengukava koostamise juures; ülesleidmine on tähtis, spetsialistid oleks võinud probleemi märgata – kurjustasin lapsega, keerasin vindi üle.*

Küsitletud vanematest vaid üks tunnistab, et tema laps ei tegele peale koolitöö muuga. Enamusel seevastu on suur koormus – muusikast ratsutamiseni, perekonna kulutused lapse hobile ja teraapiale ulatuvad kuni 200 euroni kuus. Teraapilistest tegevustest nimetatakse logopeedilist abi, ratsutamist, käelist tegevust, homöopaatilist ravi. Märkimisväärselt palju mainivad vanemad ettelugemist ja lugemise kuulamist kui vaba aja sisustamist kodus: *tal on palju audioraamatuid; suvel lugesime kõva häälega raamatuid ette.*

Kirjeldades oma laste sõprussuhteid, ei väljenda vanemad suuremat muret. See näib soo- ja eakohane, kuidas lävitakse, ja kui ongi probleeme olnud, siis *ma ei julge öelda, et see on seotud düsleksiaga.*

Materiaalsed kulutused seoses erivajadusega on pereti erinevad. Enamus nimetab kulukamaks eelkooliaega, mil probleemi piiritlemiseks tuli külastada erinevaid spetsialiste, võtta pikemaajast logopeedilist abi. Mõned piirduvad kooli pakutavaga nii õpiabis kui hobitegevuses.

Lapse enesehinnangut hindavad vanemad pigem heaks ja rahuldavaks, aga samas kardavad, et liigne tähelepanu ja ajakulu õppimisele muserdab

last, et laps saab liiga palju negatiivset tagasisidet: *eks tal ikka on olnud õnnelik lapsepõlv, mida hiljem meenutada, kindlasti mitte õpiaeg ei kuulu sinna „õnneliku” hulka; kisub sinnapoole, et see on minu nõudlikkus, mis on viinud seda alla.*

Vanemate kirjeldatud õpiraskusega lapse koolitamise ja kasvatamise olukord räägib vanema, s.t praegusel juhul emade suurest pühendumisest: võib välja tuua kaks tendentsi. Vanemad kas on leppinud olukorraga ja loodavad peamiselt koolile, et õpetataks tõhusamalt, et suunataks spetsialistide poole, ja vanemad, kes panustavad lapse üldisesse arengusse annete avastamise ja arendamise ning omapoolse koduse õpiabi kaudu. Mõlemad vanemarühmad on ühteviisi huvitatud lapse käekäigust ning tulevikuväljavaadetest: *ma arvan, et tal on selline loomuomadus, et kui ta tahab, siis ta läheb läbi halli kivi; loodan väga kooli peale, loomingulise ameti peale mõtlen tema puhul; mõned ametid ei saa lubada neid raskusi, nt diktoriks pole mõtet pürgida.*

Õpiraskusega last kasvatavad emad on kogenud nii muret kui rõõmu. Suurimaks rõõmuallikaks on lapse edusammud õpingutes ja lapse püüd hakkama saada: *laps ise, kes on nii tubli ja töökas, annab lootust, et see pole nii traagiline; kohutav väsimus, lootusetu, kuna tema ei jõua koolis ära teha; ei, mina ei ole millestki ilma jäänud, düsleksia on pannud mind inimesena otsima lahendusi, olema kannatlikum, kasvatanud inimesena. Millestki ilmajäämist vanemad otse ei nimetagi. Soovitakse veidi rohkem isiklikku aega, aega lugemiseks. Kuid on tunnistanud ka tohutut kurnatust, kurbust, aga ka puudust tuntud tavalise lapsega hakkama saamisest.*

Mis võiks olla teisiti vanemate huvides, kellel on spetsiifilise õpiraskusega / düsleksiaga laps?

Kuigi vanemad olid läbinud lapse probleemi tuvastamiseks ja õpiabi saamiseks teatud protseduurid ning kohtunud erialaspetsialistidega, näevad nad peamist ressursi iseendis: *ei soovigi midagi – oleme endast andnud kõik, et leida lapsele õige õpikeskkond, õpimeetod; soovin kannatlikkust ja tunnustamist; sooviksin leida kedagi, kes aitaks ja abi saaks. Ka ei ole eriti populaarne õppida samalaadsete probleemidega kokku puutuvatelt vanematelt, pigem usaldatakse internetti. Intervjuu käigus tundi huvi, kas vanemad tunnevad vajadust kooskäimiste ja ümarlaudade järele: hetkel mitte, aga huvitav oleks lugeda logopeedide edulugusid; soovin ise rohkem panustada sellesse, vahepeal ma distantseerusin ja viskasin ta nagu külma vette,*

aga ma pean temaga ikka rohkem tegelema hakkama; ma ei tea, kas see mind aitaks.

Vanemate intervjuud tõid esile kitsaskohad Eestis hetkel kättesaadava, 2011. aasta põhikooli- ja gümnaasiumiseadusega kehtestatud õpiabi korralduse praktikas. Kuigi õpiabi osutamise võimalused on selgesti sõnastatud ja ka koolipraktikas toimivad, tundub kitsaskohaks olevat varajane märkamine ja õigeaegsete abinõude tarvituselevõtt. Silmas pidades tõsiasja, et lapse probleem muutub otsekohe vanema probleemiks, tuleks leida sobiv abi nii lapsele kui vanemale. Uuritud vanemad olid väga motiveeritud oma last aidama, kuid olid kõiges ebakindlad – kes on lapsele kohasem spetsialist, millist abi kool saab või peab pakkuma, kuidas toimub tagasisidestamine lapse arengust, milles seisneb kodu-kooli koostöö tegelikkuses, kust leida sobivat abistavat kirjandust, kus ja kuidas toimivad vanemate endi tugigrupid jne.

Eesti Vabariigis rakendatakse kaasava hariduse printsiipi. Kaasamine peab haarama ka laste vanemaid, mitte paiskama neid vastavalt lapse erivajadusele segregeeritud gruppidesse, mille kaudu soositakse vastandumist ja marginaliseerumist.

Kirjandus

- Anthony, J. L., Lonigan, C. J., Driscoll, K., Phillips, B. M., & Burgess, S. R. (2003). Phonological sensitivity: A quasi-parallel progression of word structure units and cognitive operations. *Reading Research Quarterly*, 38(4), 470-487.
- Baddeley, A. (2007). *Working Memory, Thought, and Action*. New York: Oxford University Press.
- Baumel, J. *Survival tips for parents: when the going gets rough, taking care of yourself can help you take care of your child*. Retrieved 10. 1. 2015 from <http://www.greatschools.org/special-education/support/563-survival-tips-for-parents.gs>.
- Beneventi, H., Tønnessen, F. E., Erslund, L., & Hugdahl, K. (2010). Executive Working Memory processes in dyslexia: Behavioral and fMRI evidence. *Scandinavian Journal of Psychology*, (51), 192-202.
- Blachman , B. A. (1994). What we have learned from longitudinal studies of phonological processing and reading, and some unanswered questions. *Journal of Learning Disabilities*, 27 (5), 287.
- Brunswick, N., McDougall, S., & de Mornay Davies, P. (2010). *Reading and Dyslexia in Different Orthographies*. East Sussex, Oxford: Psychology Press.
- Demonet, J.-F., Taylor, M. J., & Chaix, Y. (2004). Developmental dyslexia. *The Lancet*, 363(May 1), 1451-1460.
- Everatt, J., Steffert, B., & Smythe, I. (1999). An Eye for the Unusual: Creative Thinking in Dyslectics. *Dyslexia*, (5), 28 - 46.
- Galuschka, K., Ise, E., Krick, K., & Schulte-Körne, G. (2014). Effectiveness of Treatment Approaches for Children and Adolescents with Reading Disabilities: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *PLoS ONE*, 9(2), e89900. doi:10.1371/journal.pone.0089900.
- Gathercole, S. E., & Holmes, J. (2014). Developmental Impairments of Working Memory: Profiles and Interventions. *Perspectives on language and literacy*, 40(2), 36-39.
- Mather, N., & Wendling B. J. (2012). *Essentials of Dyslexia Assessment and Intervention*. New Jersey: John Wiley and Sons.
- Menghini, D., Finzi, A., Caresimo, G. A., & Vicari, S. (2011). Working Memory Impairment in Children With Developmental Dyslexia: Is it just a Phonological Deficit? *Developmental Neuropsychology*. 36(2), 199-213.

- National Institute of Child Health and Human Development. (2000). *Report of the National Reading Panel. Teaching children to read: an evidence-based assessment of the scientific research literature on reading and its implications for reading instruction*. Retrieved 21. 12. 2014 from <http://www.nichd.nih.gov/publications/nrp/smallbook.htm>.
- Nicolson, R. I., & Fawcett, A. J. (2008). *Dyslexia, Learning, and the Brain*. Cambridge, London: Massachusetts Institute of Technology.
- Palmer S. (2000). Working memory: A developmental study of phonological recoding. *Memory*, 8(3), 179-193.
- Pickering, S. J. (2001). The development of visuo-spatial working memory. *Memory*, 9(4/5/6), 423-432.
- Put Reading First. The Research Building Blocks for Teaching Children to Read. Kindergarten Through Grade 3*. (2003) Second Edition, June 2003, National Institute for Literacy, 22.
- Reid, G. (2003). *Dyslexia: A Practitioner's Handbook*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Shaywitz, S. (2005). *Overcoming Dyslexia*. Toronto: Random House.
- Snowling, M. J. (2000). *Dyslexia*. Oxford, Malden: Blackwell Publishers.
- Stein, J. (2001). The Magnocellular Theory of Developmental Dyslexia. *Dyslexia*, (7), 12-36.
- Stein, J., & Kapoula, Z. (2012). *Visual Aspects of Dyslexia*. Oxford: Oxford University Press.
- The Yale Center for Dyslexia and Creativity*. Retrieved 10. 1. 2015. from <http://dyslexia.yale.edu/parents.html>.
- Torgesen, J. K., Alexander, A. W., Wagner, R. K., Rashotte, C. A., Voeller, K. K. S., & Conway, T. (2001). Intensive remedial instruction for children with severe reading disabilities? Immediate and long-term outcomes from two instructional approaches. *Journal of Learning Disabilities*, 34(1), 34.
- Tunmer, W. E., & Hoover, W. A. (1992). Cognitive and linguistic factors in learning to read. In Gough, P. B., L. C. Ehri, L. C. , & Treiman, R. (Eds.). *Reading Acquisition*. Hillsdale, NJ: Earlbaum, pg. 175 -2014.
- Vellutino, F. R., Fletcher, J. M., Snowling, M. J., & Scanlon, D. M. (2004). Specific reading disability (dyslexia): what have we learned in the past four decades? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(1), 2-40.
- Wright, L. W., (2014). *8 Tips for Introducing Dyslexia to Your Child*. Retrieved from <https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/child-learning-disabilities/dyslexia/8-tips-for-introducing-dyslexia-to-your-child>.

Lisad – seadusandlus

1. Seadusandlus Tšehhi Vabariigis

Düsleksiaga last peetakse haridusliku erivajadusega lapseks (HEV lapseks). Kui laps hakkab koolis õppima, siis tuleb tema erivajadust käsitleda vastavalt **Kooliseadusele nr 561/2004** (§ 16). Kooliseaduses olevat informatsiooni täiendavad haridusministeeriumi määrused. Erivajadustega õpilasi puudutavad järgmised määrused:

- Määrus nr 72/2005 (nõustamisteenuste kohta)
- Määrus nr 73/2005 (HEV õpilaste hariduse kohta)
- Määrus nr 116/2011 (täiendab määrust nr 72/2005)
- Määrus nr 147/2011 (täiendab määrust nr 73/2005)

Nõustamine

Düsleksiaga õpilased saavad nõustamist **hariduslik-psühholoogilistes nõustamiskeskustes**. Iga kool kuulub ühe konkreetse keskuse alla. Kui vaja, küsige keskuse kontakte oma lapse õpetajalt ja/või kooli nõustajalt (igas koolis on vähemal üks nõustaja, kes vastutab HEV õpilaste eest – otsige infot oma lapse kooli kodulehelt).

Kui te ei ole rahul nõustamiskeskuse teenustega, võite küsida teenuseid mõnest teisest keskusest. Vastuvõtule saamine võib aega võtta, kuna teised keskused tegelevad eelkõige oma klientidega oma koolidest. Aga nad on kohustatud ka teile abi pakkuma.

Võite minna ka logopeedi, eripedagoogi või psühholoogi eravastuvõtule ja/või teha koostööd mõne mittetulundusühinguga, kes düsleksiaga lastega tegelevad. Pidage siiski meeles, et riiklikud nõustamiskeskused on ainsad asutused, mis saavad seadusest tulenevalt nõuda koolis teie lapsele individuaalset õppekava.

Kohandused

Vastavalt kehtivale seadusandlusele on düsleksiaga õpilasel (s.t lasteaialap-
sest kuni gümnaasiumiõpilaseni) õigus teatud kohandustele koolitöös.

Kohandusi on kahte liiki:

- kompensatoorsed kohandused
 - mõeldud eeskätt nendele õpilastele, kellel on väiksemad probleemid
 - kohandusi saab rakendada koolis õpetajate hinnangute alusel, ametlikku dokumenti nõustamiskeskusest pole vaja
 - kohandusi tuleb rakendada kohe, kui lapsel ilmnevad mingid probleemid – sel ajal, kui õpetajad ootavad hindamisraportit ja soovitusi nõustamiskeskuselt, saavad nad juba teha erinevaid kohandusi lapse koolitöös, et aidata last niipalju kui võimalik.
- toetavad kohandused/tugimeetmed
 - neid rakendatakse vastavalt riikliku nõustamiskeskuse raportile
 - tavaliselt kombineeritakse neid kompensatoorsete kohandustega
 - rakendatakse õpilastega, kellel on suuremad raskused
 - kool võib küsida tugimeetmete rakendamiseks rahalist tuge (raha võib kasutada erinevate õppematerjalide ja abivahendite ostmiseks HEV õpilastele ja/või lisateenuste eest tasumiseks ja/või lisatundide eest, mida kooli eripedagoogid nende õpilastega läbi viivad, ja/või õpetajatele tasumiseks, kes düsleksiaga lastele spetsiaalseid kursusi korraldavad)

Individaalne õppekava (IÕK)

Kui last hinnatakse nõustamiskeskuses ja leitakse, et tema raskused on üsna suured, siis on lapsel õigus saada individaalne õppekava. Keskus koostab **spetsiaalse dokumendi**, mis sisaldab nõuandeid edasisteks tegevusteks, nimekirja soovitatud õppevahenditest ja -materjalidest konkreetsele lapsele, samuti soovitus lisateenuste ja -tundide jaoks, mida kool peaks lapse jaoks korraldama. Kogu protsessi nimetatakse HEV lapse kaasamiseks.

Vanemad peavad taotlema koolijuhilt oma lapse kaasamist ja individaalse õppekava koostamist. Koolijuhil on õigus otsustada, kas laps kaastatakse või mitte. Tavaliselt lähtutakse nõustamiskeskuse soovituselt ja laps

kaasatakse. Üks kõige tavalisem põhjus, miks koolijuht vanemate palve tagasi lükkab, on see, et lapse klassis on juba viis kaasatud õpilast ning seadusest tulenevalt ei või neid ühes klassi üle viie olla. Sel juhul peavad koolijuht ja vanemad leidma koos olukorrale lahenduse. Ühtegi last ei tohi formaalsete reeglite pärast kõrvale jätta! Juhul kui koolijuht keeldub last kaasamast ja puudub soov olukorda lahendada, pöörduge abi saamiseks nõustamiskeskuse poole. Mõningatel juhtudel võib ainus mõistlik lahendus olla kooli vahetamine.

Kui koolijuht on kaasamise heaks kiitnud, peaksid õpetajad koostama teie lapse jaoks **individuaalse õppekava**. Ideaalis osalevad kõik osapooled (õpetajad, vanemad ja laps) individuaalse õppekava koostamises. Kavas peaksid sisalduma õpetamisstrateegiad ja/või kohandamised ning tugi-meetmed klassis, tugivahendid, hindamis- ja eksamineerimisstrateegiad, iga aine oodatav väljund konkreetsel õppeaastal, õpetajate, vanemate, õpilaste kohustused, lisaabimeetmed, vastutav spetsialist. IÕK tuleb koostada kuu aja jooksul pärast kaasamise heakskiitmist ja kõik õpetajad peaksid seda järgima.

IÕK on **abivahend** HEV õpilase aitamiseks, mida kasutavad nii õpetajad kui vanemad.

2. Seadusandlus Eesti Vabariigis

Hariduslikke erivajadusi kirjeldatakse põhikooli- ja gümnaasiumiseaduses (PGS), mis jõustus 2010. aastal ja mida muudeti 2013. aastal. Düsleksia/spetsiifilised lugemisraskused sisalduvad PGS-is vaikimisi „õpiraskuste” all. Täpsemalt pole see lahti kirjutatud ja düsleksia otsesõnu juttu pole.

Riiklikult on loodud kolmeastmeline tugisüsteem HEV õpilaste probleemide lahendamiseks hariduses:

1. Kool – HEV õpilased saavad tuge koolilt kooli poolt pakutavate vahendite ja spetsialistide näol.
2. Regionaalne tasand – nõustajad ja spetsialistide piirkondlikes keskustes on kaasatud tugiteenuste osutamise protsessi
3. Lisatugi – lisaressursid ja spetsialistid lisaks I ja II tasandi teenusele, peamiselt Tallinna Ülikoolist ja Tartu Ülikoolist.

PGS sätestab, et iga kohalik omavalitsus (KOV) Eestis on vastutav HEV õpilaste õppe eest ja peab pakkuma spetsiaalset tuge igale HEV õpilasele, ka neile, kellel on lugemisraskused. Iga kool on kohustatud oma õppekavva looma tugimeetmeid/kohandumisi, rakendama õppemeetodeid või IÕK vastavalt õpilase hariduslikule erivajadusele, koostöös spetsialistidega (eripedagoog, psühholoog, sotsiaalpedagoog või sotsiaaltöötaja). Paljud koolid, kuid mitte kõik, võimaldavad eripedagoogi või logopeedi teenuseid. Teise taseme nõustamine toimub piirkondlikul tasandil. Haridusasutused, s.t koolid ja nõustamiskeskused, moodustavad tugisüsteemi, mille peamised eesmärgid on varajane märkamine ja tugiteenuste rakendamine.

PGS kirjeldab **HEV õpilasi ja peamisi lähenemisviise haridusliku erivajaduse tuvastamiseks**. HEV õpilasteks on andekad õpilased, õpilased, kellel on õpiraskused, terviseprobleemid, puue, emotsionaalsed ja käitumisraskused, need, kes on olnud pikka aega õppeprotsessist eemal, need, kelle jaoks eesti keel on teine keel, kes vajavad kohandusi/tugimeetmeid õppekavas, õppeprotsessis, õppe kestvuses, keskkonnas (vahendid, ruumid, keel, tugispetsialistid) ja/või õpiväljundites. Peamised pedagoogilis-psühholoogilised lähenemisviisid HEV-i kindlakstegemisel on järgmised: vaatlused erinevates olukordades, andmete kogumine varasema õpi- ja kodukeskkonna kohta, meditsiinilise ja logopeedilise poole hindamine.

Peamised HEV õpilaste tugimeetmed ja õpiabi põhinevad kaasava hariduse põhimõttel, mille kohaselt igal lapsel on õigus õppida kodule kõige lähemas koolis. HEV õpilaste õppimine toimub kooskõlas kooli õppekavva. Koolijuhid määravad koordinaatori (HEV õppe koordinaator), kes korraldab koostööd kooli juhtkonna, õpetajate, tugimeeskonna ja vanemate vahel, et hinnata ja toetada HEV õpilaste õpet.

Igas koolis võib luua **HEV õpilaste klasse ja rühmi**. Peamine viis õpilaste toetamiseks on õpiabirühmad, kus on maksimaalselt 6 õpilast.

Individuaalne õppekava (IÕK) koostatakse, et toetada HEV õppijate õppimist. IÕK koosneb kooli soovitud HEV õpilase õppimise ja arengu toetamiseks. IÕK võib olla kas igas õppeaines või ühes õppeaines. IÕK-s fikseeritakse nõustamiskomisjoni soovitud õppe toetamiseks. Need soovitud on soovituslikud õpetajatele ja vanematele.

Haridus- ja Teadusministeerium sätestab (määrus 3.06.2012) lisatingimused põhikooli lõpueksamiteks. Need tingimused on abiks HEV õpilastele kooli lõpetamisel. Lisatingimused on

- 1) **lisa-aeg** kuni 15 minutit tunni kohta (60 min),
- 2) **eraldi ruum**,
- 3) **eraldi vahepaus** kuni 10 minutit ühe tunni kohta (60 min),
- 4) eksamiküsimuste või teksti **suuline ettekandmine** õpilastele, kellel on nägemispuue või spetsiifiline lugemisraskus,
- 5) **sõnastike, valemite** jms kasutamine õpiraskustega õpilaste jaoks,
- 6) **lihtsa keelega juhised, põhjalikud kirjeldused, suuliselt esitatud juhised** õpiraskustega õpilastele,
- 7) **eristav hindamine** emakeeles spetsiifiliste kirjutamisraskustega õpilastele.

Uus piirkondlike nõustamiskeskuste süsteem alustas tööd 2014. aasta septembris.

UNISTUSED JA TEGELIKKUS SEADUSANDLUSES

Uus PGS (jõustunud 2010. aastal, täiendatud 2013. aastal) loetleb hariduslike erivajadustega õpilased, peamised õppe toetamise / õpiabi suunad ja korralduse. Kaasava hariduse põhimõte on määratletud riiklikul tasemel. Õppe toetamise süsteem eksisteerib *de jure* ja seda rakendatakse vastavalt kohalikule olukorrale ja koolide võimalustele. Õppimist toetavad meetmed ei ole HEV õpilastele vajalikul tasemel igas koolis kättesaadavad.

Mitmed põhjused takistavad PGS-i sisulist rakendamist. Ressursside puudus tuleb esile järgmistes valdkondades:

- a) **personal:** õpetajaid, abiõpetajaid, tugipersonali ei ole koolides piisavalt;
- b) **õpetajaharidus, ettevalmistus ja täiendõpe** ei käsitle piisavalt erivajaduste, sh düsleksia temaatikat;
- c) vaja on arendada **metoodilisi vahendeid ja materjale**, jagada neid ja praktiseerida igapäevases elus;
- d) **ühised teadmised, vanemate osalus** vajavad parandamist ja kaasajastamist.

3. Seadusandlus Itaalias

Itaalia koolil on pikaajaline kogemus erinevate raskustega õpilaste kaasamisest. Esimene sellekohane seadus võeti vastu 1992. a ja kandis numbrit 104/92. See seadus rõhutab kooli ja õpetajate tähtsust õppimiskustega õpilaste kaasamisel. Selle seaduse eesmärk on anda praktiline lahendus puudega kaasnevatele erinevatele aspektidele, sh sotsiaalsetele, hariduslikele ja tööhõivega seotud aspektidele.

Kahekümne aasta jooksul, mil seda seadust on rakendatud, on kaasamiskultuur Itaalia koolides tõusnud märgatavalt. Tänu üldist teadlikkust tõstvatele tegevustele, kaasaegsetele teadusuuringutele ja tekkinud uuele hariduskultuurile on seadusandjal olnud võimalik pakkuda kohaseid lahendusi õpiraskusega õpilaste probleemidele.

Esimene düsleksiaseadus Itaalias „Spetsiifilised õpiraskused (SpÕR) kooli kontekstis”, number 170/2010, andis õigusliku raamistiku kohalike seaduste arendamiseks.

Nimetatud seadus koosneb 9 paragrafist, olulisemad neist on

- 1. paragrahv, mis defineerib erinevad spetsiifilised õpiraskused (düsleksia, düsgraafia, düsortograafia ja düskalkulia) ning käsitleb neid teistest puuetest eraldi (erinevalt varasemast seadusest number 104/92).
- 2. paragrahv, mis käsitleb õpiraskusega õpilaste õigusi: õigus saada spetsiifilist abi (meetodid ja vahendid) õppetöös. Paragrahv soovitab koostööd koolide, perekonna ja avalike terviseteenuste vahel. Lisaks sellele rõhutab seadus vajadust õpetajate koolituste ning vanemate teadlikkuse tõstmise järele, et düsleksiaga lastel oleks võimalus oma potentsiaali täielikuks välja arendamiseks.
- 3. paragrahv rõhutab kooli rolli probleemide märkamisel ja õhutab kooli informeerima lapsevanemaid, et algatada lapse taseme hindamine, kaasates avalikke meditsiiniteenuseid.
- 5. paragrahv kirjeldab kompensatsioonivahendeid, mida spetsiifilise õpiraskusega lapsel on võimalik kasutada.
- 6. paragrahv sätestab spetsiifilise õpiraskusega laste vanematele lühendatud tööaja lapse algkoolis õppimise ajal.
- 7. paragrahv määratleb hindamise ja ennetava tegevuse, mis viiakse läbi koostöös terve ametkonnaga.

Spetsiifilise õpiraskuse riiklik seadus on suur samm edasi düsleksiaga laste toetamisel, sest see kaasab protsessi kolm erinevat osalist: kooli, lapsevanemad ja avaliku meditsiiniteenuse. Nimetatud seadus asetab protsessi keskmesse õpilase, kelle potentsiaali igakülgne väljaarendamine (haridus, kutseõpe ja tööelu) ja täielikult kaasatud kodanikuks saamine on ülim eesmärk. Seadus käsitleb spetsiifilisi õpiraskusi kui nähtust, mille ilminguid on võimalik spetsiaalse õpetamise ja vastavate vahendite kasutamise kaudu muuta.

4. Seadusandlus Läti Vabariigis

Seadusandluses on mainitud terminit *düsleksia* väga vähe ning seetõttu jääb see ebaselgeks. Düleksia on välja toodud regulatsioonides, mis puudutavad õppenõustamiskomisjonide tööd, mille raames väljastatakse õpilasele tõend tema haridusliku erivajaduse kohta.

Komisjon ei anna siiski mitte konkreetset diagnoosi, vaid ühe kaheksast koodist, mille puhul kohaldatakse siis vastavat haridusliku erivajaduse programmi. Düleksia on ära märgitud kahes eripedagoogilises programmis – õpiraskuste ning kõnepuute programmis. Pole aga selge, mis vahet on neil kahel juhul düsleksiale lähenemise osas.

Düsleksia diagnoosiga õpilased paigutatakse kolme logopeedilisse erikooli või spetsiifilisse kõnepuute programmi (20 eriklassi 800 kooli kohta), kus neile antav õpe on sama mis ülejäänud sama programmi alla koondatud 19 erineva diagnoosiga õpilastel. Seetõttu ei saa düsleksiaga lapsed ei individuaalset, spetsiifilist ega intensiivset lugemisõpet. Kohandamist esineb väga vähe, kui üldse – enamik koole võimaldab selleks vaid lisaega. IT-lahendusi ega lisatehnikat ei kasutata, vaid erandjuhul on mõni lapsevanem ostnud õpilasele arvuti. Sellegipoolest käivad paljud üldhariduskooli 1.–4. klassi õpilased lisaks ka logopeedi tunnis (1-2 korda nädalas), et parandada kõne- ja peamiselt just kirjutamisoskust.

Oluliste testide ja eksamite korral pakutakse abivahenditena kasutada auguga joonlauda ja mälu abistavaid kaarte (*reminder cards*). Mitte ükski kolmanda kooliastme õpilane ei saa oma düsleksia või düsgraafia tõttu mingit hariduslikku või tehnoloogilist abi.