

# Jeg er ordblind - og hvad så!



**Et hjælpværktøj til dig og din familie, når du har fået at vide, at du har dysleksi**

## Kære elev

Du har i dag fået at vide, at du har dysleksi. Det vil sige, at du kan have større eller mindre vanskeligheder ved at læse og skrive, fordi du har svært ved at høre lydene på bogstaverne og sætte dem sammen til ord, så de giver mening. Det gør det svært at læse ord, specielt nye ord, så det giver mening og forståelse af tekst.

Derfor har vi lavet et lille hæfte til dig, hvor du, sammen med din mor og far, kan få nogle gode råd og vejledning til, hvad du kan gøre for at forstå dig selv og din dysleksi. Vi vælger at bruge den internationale betegnelse, dysleksi, i dette lille hæfte, om det vi på dansk kalder ordblindhed....for man er jo ikke blind!

Derudover er du altid velkommen til at spørge læsevejlederen på skolen om råd og vejledning.

God fornøjelse med hæftet.

### Hvordan definerer forskere dysleksi?

Når forskningen skal fortælle os, hvad dysleksi er, så har de følgende, internationale anerkendte, definition:



”Dysleksi er en specifik indlæringsvanskelighed, som har et neurobiologisk grundlag. Dysleksi består i vanskeligheder med at tilegne sig sikker og flydende ordafkodning, stavefærdighed og færdighed i at udnytte skriftens alfabetiske princip (lydprincip). Disse vanskeligheder skyldes typisk problemer med opfattelse og hukommelse for sproglyde, som **normalt ikke kan forklares af andre kognitive vanskeligheder eller mangelfuld undervisning**. Dysleksi kan føre til vanskeligheder med læseforståelse og til færre læseerfaringer, som kan begrænse tilegnelsen af ordforråd og baggrundsviden.” (The International Dyslexia Association)

Ca. 7% af den danske befolkning oplever læsevanskeligheder, der hører ind under denne definition. Det svarer til et par elever i hver klasse, så du er ikke alene.

Alligevel kan det godt tage lidt tid at vænne sig til tanken om, at man er ordblind. Når man har accepteret det og er klar til at lytte igen, så er der her en række gode råd, links og vejledning, som I fælles kan se på derhjemme og få indsigt og viden af.

## Dysleksi - og hvad så?

Nu er du nok ved at være nysgerrig på, hvad det er, du egentlig har brug for at vide omkring dysleksi/ordblindhed.

Der kan være mange årsager til dysleksi. Både arv, miljø, sociale og psykologiske faktorer spiller ind.

Allerførst kan det være supergodt at få lidt indblik i, hvordan det er, og hvad det betyder at have dysleksi. Det kan du få ved at se videoen her, så du har noget at gå ud fra:

Hvordan føles det at være ordblind?



<https://www.youtube.com/watch?v=yweJN8i8VSE>

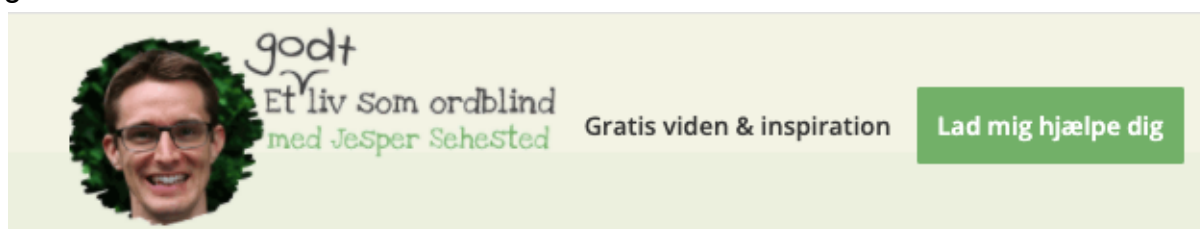
Der er også andre faktorer, der spiller ind:

I forhold til arv, ja så er der ikke et gen, der indeholder arveanlægget for dysleksi, men det er spredt ud over mange dele af arveanlægget. Så man har anlægget for dysleksi, så er det ligesom nogle med lange tynde ben eksempelvis har anlæg for højdespring eller løb.

I begge tilfælde gælder det, at øvelse gør mester. Man bliver ikke bedre til at læse og stave uden den rigtige teknik og øvelse, ligesom man aldrig bliver højdespringer uden den rigtige teknik og øvelse.

Når man øver fra start, så har man alle gode chancer for, at dysleksi ikke udvikler sig og fører til alvorlig ordblindhed. Det er vigtigt at øve i skolen og derhjemme. Vi skal bare lige også huske, at hjemme ikke skal blive skolen om igen, for så har man jo aldrig fri, og hvem er det lige, der orker det???

Så nu er du nok ved at være klar til at få noget andet råd og vejledning til, hvad du/l kan gøre fremadrettet, for at gøre hverdagen lettere for dig i samarbejde med skolen og dine lærere. Det fortæller Jesper Sehested en masse om på sin hjemmeside, Et godt liv som ordblind:



<https://etlivsomordblind.dk/>

## Hvad kan vi gøre hver for sig og i fællesskab?

Når man har dysleksi, så er der masser af mulighed for at få en god, lærerig skolegang, hvor alle gør sit bedste. Sit bedste gør man, når man ved, hvad det kan være, der er det bedste, og det er forskelligt fra person til person.

Allerførst er det vigtigt, at du anerkender, at du har dysleksi og har brug for at træne mere end nogle af dine kammerater for at blive en sikker læser. Messi blev ikke god til at spille fodbold ved at undgå det, og han træner stadig hver dag, og du bliver kun bedre til at læse, ved at tage fat i problemet og træne hver dag.

Vi har samlet nogle råd, der tilsammen skal være med til at sikre din hverdag, læring og lyst til skolen.

### Råd til eleven

- At acceptere, at du har dysleksi og at vide noget om, hvad dysleksi er.
- At arbejde for at blive bedre til at læse og stave ord. Brug strategier.
- At samarbejde med lærerne og bede om feedback på din læring.
- At læse selvstændigt med bøger, der passer til din alder. Det kan du gøre ved hjælp af Notas netbibliotek, som man får adgang til, når man har dysleksi.
- At lære strategier til bedre læseforståelse og bede lærerne om hjælp.
- At bruge kompenserende læse- og skriveteknologi, også kaldet LST. Hos os er det AppWriter og TxtAnalyser.
- At samarbejde med lærerne, når der skal tages nye og bedre hensyn til det, du har svært ved.
- Find din motivation, det er den, der skal drive dig videre. Kun du kan lære det.
- At have forventninger til dig selv og tro på, at du kan få en uddannelse og et job – at tale med din lærer, skolens læsevejleder og UU-vejleder om dine muligheder for at få støtte i det videre uddannelsesforløb.

### Råd til forældrene

Dine nøglebidrag som forælder er:

- At samarbejde med skolen og barnets lærere og have klare forventninger til barnets skoleforløb.
- At lade barnet vise, hvad det kan og har lært.

- At være en rollemodel, der også læser og/eller lyttelæser. Det er knapt så vigtigt, *hvad* man læser, som *at* man læser.
- At støtte og opmuntre barnet.
- At støtte op om barnets læsning, være vedholdende og lyttende.
- At kende til skolens og hjemmets rettigheder og pligter.
- At kontakte skolen, hvis du er i tvivl om, hvordan du skal støtte op om dit barns læsning hjemme.
- At have forventninger til barnets uddannelse og/eller erhverv.

### Skolen tilbyder:

- At samarbejde med forældre og børn og have klare forventninger til barnets skoleforløb.
- At eleven undervises eksplicit i læse-, stave- og skrivestrategier.
- At eleven indmeldes i Nota, der er en tekstbank, med adgang til fag-, skønlitterære- og lydbøger samt tekster i tusindevis.
- At eleven undervises i læse- og skriveteknologi med AppWriter og TxtAnalyser i forhold til brugen af Chromebooks i undervisningen.
- At forældrene, sammen med deres barn, kan komme på forældrekurser i LST for at støtte barnet.
- At lærerne har høje forventninger til barnet og samtidig er opmærksom på udfordringerne og anerkender dem.
- At skolen arbejder med dysleksivenlig didaktik i alle fag.
- Boosthold, der arbejder med elevens læring på funktionsniveau ud fra elevens aktuelle læse- staveniveau. Altså fokuserer på lydering, sprogets enkeltdele og sammenhæng.
- At der er forventningsafstemt mellem skole, barn og forældre i forhold til skolegangen, læring og trivsel, og at dette er skrevet ind i en handleplan, der løbende evalueres 1-2 gange årligt.



## Hjælpemidler

Der er mange hjælpemidler til mennesker med dysleksi, og de fleste af dem bruger vi faktisk i hverdagen. Mobiler, tablets og pc'er hjælper, og det hjælper også at mødes med andre personer med dysleksi og dele de erfaringer, succeser og vanskeligheder, man støder på.

## Det er hårdt arbejde

Dysleksi må aldrig blive en dårlig undskyldning for ikke at lære noget. Det er kun dig selv, der sætter barren for det. Det er til gengæld hårdt arbejde, og der skal øves og trænes hver dag. Messi kom heller ikke til sine evner ved at bage kager og Mette Blomsterberg blev ikke superbager ved at spille fodbold. Så der skal trænes hårdt, og til den træning har du flere muligheder for hjælp, som bliver beskrevet i afsnittene nedenfor, men først skal vi lige have aflivet en myte!

## Brug af hjælpemidler - Er det snyd?

Nej, det er det ikke. Du kan se sådan på det, at hvis en svagtseende ikke fik briller, så havde de ikke en chance for at se klart, og hvis den hørehæmmede ikke fik høreapparat, så kunne de ikke høre noget.

Hjælpemidler ligestiller dig med resten af dine kammerater, så du har en mulighed for at opnå det samme som dem i forhold til læsning.

Alligevel kommer du helt sikkert til at høre, at det er snyd, så tal sammen derhjemme om, at det ikke er snyd, samt at du "bare" bliver ligestillet med dine kammerater.

## AppWriter

Et læse- og skrivestøtteprogram udviklet af Wizkids. Programmet kan hjælpe dig med forslag til stavning af ord, og det kan læse op, hvad du selv har skrevet, eller hvad andre har skrevet. Du har også mulighed for at scanne tekst med mobil eller tablet. Der er mulighed for at skifte sprog, så programmet også kan bruges til engelsk og tysk. Programmet kan bruges på både pc, mobil og tablets, og det er også installeret på din Chromebook/Macbook.

## TxtAnalyser

Fra samme firma kommer også programmet TxtAnalyser. Det er et program, der hjælper med grammatik. Programmet kan hjælpe med at skabe overblik over ens sprog, hjælpe med stavekontrol og gøre det lettere at sætte tegn eksempelvis punktum og komma. TxtAnalyser et program, der kører online og kun fungerer i Google Chrome browseren. TxtAnalyser kan også installeres på iPad, men ligesom AppWriter fungerer det som et selvstændigt program, og kan altså ikke bruges i fx Word eller på nettet.

## Nota

Hvis du har dysleksi eller en anden diagnose, der påvirker din læseudvikling i samme grad, så kan du blive medlem hos NOTA. NOTA er en institution/organisation under Kulturministeriet. De producerer, udlåner og gør tekster tilgængelige for personer med læsehandicap. Barnet/den unge skal altså være testet for dysleksi og placeret i rød kategori, før det kan meldes ind. Man kan også følge NOTA på Facebook og YouTube, hvor der er mange gode idéer, videoer og hjælp at hente. Med medlemskabet af NOTA får man adgang til både fag- og skønlitteratur, bl.a. undervisningsbøgerne, der bruges på skolen.

## Intelligente assistenter

De fleste kender sikkert 'Siri' fra Apple. Man kan tale til "hende" på mobilen eller iPad'en, og så hjælper hun med fx at finde den nærmeste thai-restaurant. Men hun kan også bruges til andre ting. Fx kan hun skrive sms'er for dig, eller hun kan læse sms'er eller indhold fra nettet højt for dig. Hvis du skal skrive en opgave, kan du også diktere den til hende, og så skriver hun den i fx Google Docs eller Word Online (Office 365). Du behøver ikke have Apple-produkter, for at bruge intelligente assistenter. De fleste android mobiler og tablets har deres egne udgaver, der har tilsvarende funktioner.

## Læs med ørerne

Når afkodningen af tekst er langsom, så bliver det hårdt arbejde at læse bøger. Det er dog yderst vigtigt, at børn med dysleksi læser de samme bøger på samme niveau som deres jævnaldrende. Når vi læser tekster, lærer vi mange ting. Vi lærer nye ord - vores ordforråd vokser. Vi lærer om livet og træner vores empati (evnen til at genkende og forstå andres følelser). Derfor er det vigtigt, at du læser alderssvarende litteratur, og det har du højst sandsynligt brug for, hvis du har dysleksi. Igen er der gode muligheder for at få hjælp til det. Husk at læsetræningen er aktiv, når du samtidig kigger på ordet, mens det læses højt.

## Gratis, tilgængeligt for alle

På NOTA's hjemmeside [nota.dk](http://nota.dk) kan man under menupunktet "services" og "For familie og netværk" finde bl.a. en forældreguide, der giver gode råd og vejledning til forældre til børn og unge med dysleksi. Hvis du er forælder med dysleksi, hvordan støtter du så op omkring dit barns læsning? NOTA har også en guide "Kænguru-lommen", der giver gode råd til dette arbejde.

**Som du kan se; læring kan du få på mange måder, og det er ligegodt om du lytter, ser eller læser.** Du er jo i "klub" med mange kendte, så du kan se, at dysleksi ikke forhindrer dig i at blive, lige det du ønsker. Her kan kort nævnes:

Thomas Blachman - Kendis/musiker  
Ghita Nørby - Skuespiller  
Christian Fuhlendorf - Komiker  
Sarah Blædel - Forfatter  
Walt Disney - Producer  
Steve Jobs - stifter af Apple inc.  
Albert Einstein - genial/gal fysiker  
.....og mange, mange flere.

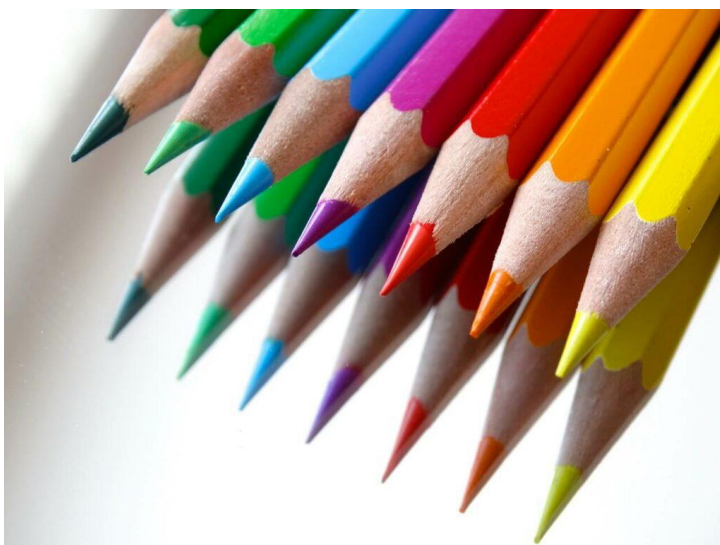


**Så der er ingen undskyldninger, du kan stadigvæk godt, du skal bare have de rigtige værktøjer og motivation.**

Der er et hav af gode hjemmesider, der alle tilbyder indsigt, forskellige veje og muligheder for dig, der har dysleksi. Vi har givet jer en start, og så er der ellers fri leg i søgningen på nettet.

Vi har forsøgt at lave en lille oversigt til jer allerbagerst med nogle link, så I til en begyndelse kan kigge på, hvad der egentlig er af tilbud til dig og din familie og selv blive inspireret til at søge mere viden om emnet.

Tak fordi du/I læste med - så længe - spørg os endelig, når der opstår spørgsmål.



Med venlig hilsen

Karslunde Skoles  
læsevejledere





## En lille liste med nyttige links:

### **Ordblindhed.dk**

En fantastisk site med viden om ordblindhed for forældre, pårørende og fagpersonale.

### **ordblindeportalen.dk**

Ordblindeportalen er et træningsite, der arbejder med den enkelte elevs læring. Eleven logger ind med sit unilogin, og man kan så følge sin egen progression på portalen. Som forældre kan man også få en mulighed for at se, hvordan man arbejder målrettet og kontinuerligt med elevens øvelse og læring.

### **Dysleksiforeningen i Danmark - Ordblindeforeningen**

Sitet er den officielle forening for folk med dyslexi i Danmark. Her er en bred vifte af viden omkring emnet generelt. Samtidig er der masser af råd og vejledning til den enkelte. Man kan blive medlem og ikke mindst medlem af DU.

<https://www.ordblindeforeningen.dk>

### **EMU - Danmarks læringsportal**

Her får I en oversigt over, hvordan man fra nationalt side, anerkender og arbejder med dyslexi i skolen.

<https://emu.dk/grundskole/saerlige-elevgrupper/ordblindhed>

### **kcl aarhus.dk**

<https://kcl.aarhus.dk/>

**Jespers hjemmeside** er altid god. Han har levet et helt liv med de udfordringer det kan give og har mange gode pointer på sin hjemmeside.

<https://etlivsomordblind.dk/>

### **nota.dk**

Som dyslektiker kan man indmeldes på Nota. Ved at bruge sit login, får man ri adgang til en verden af tekst og lyd, lærebøger og skønlitteratur på flere sprog.

### **restudy.dk**

Video-lektiehjælp. Login med Uni-login.

### **Account.wizkids.dk**

Download af AppWriter og TxtAnalyser til pc, mobil eller tablet.

**Ordklar.dk**

Side om at være ordblind og stor fokus på hjælpemidler skrevet af Jesper Pedersen, der selv er ordblind. Jesper laver også podcasts.

**eReolen GO!**

Lydbøger i massevis med mulighed for medlæsning.

**Vi er ordbildne - DR1**

Serien følger en række ordblindes udfordringer og læring gennem et opsat forløb. Interessant at se, lytte lære af.

**Sundhed.dk**

Tager fat i de udfordringer, der er/kan være i forbindelse med dysleksi. Der er masser af gode pointer fra en af Danmarks førende læseforskere, Carsten Elbro. Søg på ordblindhed eller dysleksi.

Tilføj selv derudaf - mulighederne er mange, og finder du noget, du tænker, "Den skal skolen kende", så kom endelig og sig til, så vi også får kendskab til al den viden, der hjælper dig.