

# Föräldrar - en resurs för sina barn

**Hur du kan hjälpa ditt barn  
när läsningen inte går som på räls**





# Innehåll

Inledning	3
Vad är läs- och skrivsvårigheter?	4
Vad är dyslexi?	6
Upptäck tidiga tecken!	9
Tidiga insatser i skolan	10
Vad du som förälder kan göra	12
Mer information	18

# Inledning

Den här broschyren riktar sig till dig som är förälder till barn som just börjat skolan. Vi vill skapa förståelse för barn med läs- och skrivsvårigheter och dyslexi och peka på betydelsen av tidiga insatser för att hjälpa barn som har det kämpigt med sin läsning och skrivning.

Vi som står bakom broschyren är Louise Belfrage och Suzanne Heimdal. Vi har själva barn med dyslexi och vet hur krångligt det kan vara att hitta den hjälp och information man behöver. När man vill hjälpa sitt barn hopar sig frågorna: Hur får jag veta? Vad ska jag göra? Vad är bäst för mitt barn?

Vi hoppas att detta material kan bli ett praktiskt redskap för dig att gå vidare med. Här får du råd, tips och bakgrundskunskaper som vi tror kan vara till nytta för dig.

De flesta barn tycks lära sig läsa oavsett vilken metod man använder i skolan. Men för många blir läs- och skrivinläringen svårare än för andra barn. Orsakerna kan vara många och naturligtvis ska alla barn få hjälp utifrån just sina förutsättningar. Ingen ska behöva komma på efterkälken!

Självfallet har skolan ansvaret för barnens läs- och skrivinläring och du ska ställa krav på kvalitén på den undervisningen. Men du som förälder är också en viktig resurs för ditt barn! Du kan stötta läs- och skrivutvecklingen på många vis. Barn, föräldrar och lärare blir alla vinnare om ett gott samarbete kommer igång tidigt.

# Vad är läs- och skrivsvårigheter?

Det finns många orsaker till att vi människor kan ha svårt med skriftspråket.

## **Några olika orsaker till läs- och skrivsvårigheter:**

**Dyslexi**, en speciell typ av läs- och skrivsvårigheter med biologisk bakgrund.

**Koncentrationssvårigheter** medför ofta läs- och skrivproblem.

**Dålig undervisning** kan ge barn stora svårigheter med läsinläringen.

**Andra skäl.** För lite språkstimulans i förskoleåren, för liten läsvana eller otillräckliga kunskaper i det svenska språket på grund av ett annat förstaspråk. Det kan resultera i läs- och skrivsvårigheter. Ofta finns det mer än en orsak bakom läs- och skrivsvårigheter. Flera av orsakerna kan naturligtvis spela in - till exempel kan man ha ett annat förstaspråk och dyslexi samtidigt.



### **Textmängden ökar**

Idag är det skrivna ordet viktigare än någonsin. Kraven på läs- och skrivförmåga i skolan och i samhället i stort har ökat dramatiskt de sista 20-30 åren - vi närmast översköls av skriven information.

Men samtidigt som kraven på vår läs- och skrivförmåga har ökat, har våra biologiska förutsättningar för att läsa och skriva inte förändrats.

Tidigare kunde man hitta arbeten där god läs- och skrivförmåga inte var så viktig. Den tiden är förbi. Därför är det angeläget att alla människor får möjlighet och lust att läsa från tidig ålder. Det krävs många timmars läsning för att man ska bli en duktig läsare. Det är nödvändigt att börja tidigt och att öva ofta.

Sammantaget får vi utgå från att ca 25 % av Sveriges befolkning av olika anledningar inte riktigt hänger med i det vi kallar informationsamhället.

# Vad är dyslexi?

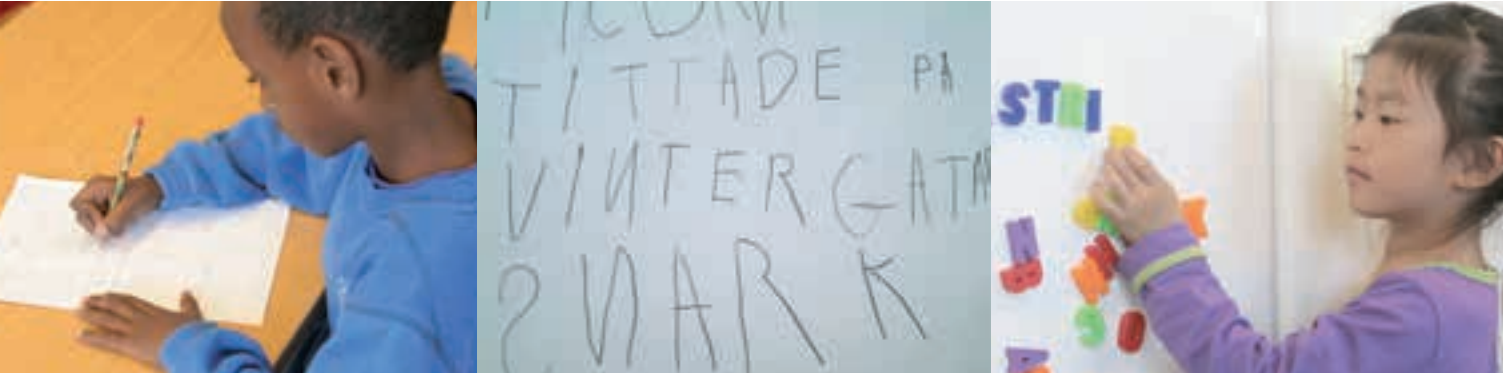
Dyslexi är en speciell typ av läs- och skrivsvårigheter - ett språkligt problem med biologisk grund, som inte har något med intelligens att göra. Man räknar med att ca 5-8 % av alla barn i en årskull har dyslexi. Det är något vanligare med dyslexi bland pojkar än bland flickor, men det kan vara svårare att upptäcka dyslexi hos flickor, eftersom de ofta är tysta och snälla - pojkar brukar höras och märkas mer.

Barn med dyslexi kan ha stora problem med läsning och skrivning, medan annan inlärning kan gå hur lätt som helst. Deras begåvning och kreativitet kommer bättre fram på andra sätt än genom skrift.

Dyslexi är ingen sjukdom och det finns ingen ”universal-kur”, som mediciner, särskilda glasögon eller kosttillskott. Dyslexi beror inte på lättja, inte heller på synfel eller hörselnedsättning. Det finns en stark ärftlighet kopplad till dyslexi.

## **Små skillnader**

Alla människor är olika - vi är olika långa, olika tjocka, har olika händer och tår osv. På samma sätt ser våra hjärnor lite olika ut. De små olikheterna i språkkänsliga områden i hjärnan kan leda till skillnader i hur vi lär oss att skriva och läsa. Att läsa och skriva är komplicerade aktiviteter som är



uppbyggda av många olika beståndsdelar - egentligen är det märkligt att de flesta människor *kan* läsa och skriva.

### **Ljuden som byggstenar**

När vi pratar, kommer en ström av ljud ut. De här ljuden måste vi uppmärksamma och koda om till bokstäver när vi skriver, och tvärt om när vi läser. De flesta forskare menar att grundproblemet vid dyslexi gäller svårigheter att uppmärksamma ljuden i det talade språket - hur orden *låter*, till skillnad från vad de *betyder*. En bra ljudmedvetenhet är alltså en viktig förutsättning för att bli en bra läsare och skrivare.

Barn som kan uppmärksamma språkljuden, hör att det finns ett "a" i ordet "mat" och att orden "mat" och "fat" låter lika på slutet. Man säger att dessa barn har en bra *fonologisk medvetenhet*. Men barn med dyslexi brukar ha en svag fonologisk medvetenhet. De har svårt att uppmärksamma själva byggstenarna i orden - språkljuden, fastän deras hörsel är normal. Att sedan förstå hur språkljuden hänger samman med bokstäverna - det som kallas att "knäcka läskoden" - blir svårt. Barn med dyslexi behöver därför en typ av träning som särskilt betonar sambandet mellan språkljud och bokstäver för att få flyt i läsningen.

## Vanliga kännetecken på dyslexi

Barn med dyslexi brukar ha svårt med bland annat följande:

- **Ljudmedvetenhet** - att exakt uppfatta ljuden i talade ord, vilka de är och i vilken ordning de kommer.
- **Ordigenkänning** - att läsa skrivna ord snabbt och automatiskt. Barnen läser i stället ofta bokstav för bokstav.
- **Tillgång till ordförrådet** - att snabbt komma på exakt rätt ord. ”Vad kallas nu den vita björnen som lever på Grönland?”
- **Stavning** - att stava brukar vara ett stort problem.
- **Arbetsminne** - att hålla kvar något i huvudet medan man gör något annat. Ett exempel är att minnas vad en kamrat säger samtidigt som man letar efter en bok i skolväskan.
- **Att uttrycka sig i skrift** - att få ner sina tankar på papper och berätta i skrift är kämpigt, medan det ofta går som en dans att berätta muntligt.

Dyslexi växer inte bort, men med rätt träning, rätt bemötande och bra hjälpmedel kan ett barn med dyslexi fungera på i stort sett samma villkor som andra barn.



# Upptäck tidiga tecken

Det går att upptäcka barn i riskzonen för läs- och skrivsvårigheter och dyslexi tidigt, redan före skolstarten. Särskilt uppmärksam ska man vara på barn som verkar ointresserade av rim och ramsor, bokstäver och ordlekar när de är små.

Flera av de tidiga tecken vi ska vara vaksamma på när det gäller barn i lågstadieåldern handlar förstås om själva läsningen. Men det kan också finnas annat i barnets beteende som vi bör uppmärksamma.

- visar inget intresse för bokstäver, ord och böcker
- lär sig läsa och skriva långsammare än kamraterna
- läser knaggligt och långsamt
- läser ofta fel på snarlika ord, t ex igen och ingen
- får svårt med matematikens lästal
- stavar fel, ”tappar” ändelser och kastar om ord
- tycks prestera under sin förmåga
- blir frustrerat, ledset och får låg självkänsla
- har svårt att koncentrera sig
- hittar på saker för att slippa att läsa och skriva

Några barn med läs- och skrivsvårigheter har också problem med andra typer av inlärning, t ex att:

- skilja på vänster och höger
- lära sig klockan
- komma ihåg och följa instruktioner

# Tidiga insatser i skolan

Barnet är beroende av att de vuxna ser, förstår och agerar gemensamt. Ett gott samarbete mellan föräldrar och lärare lönar sig och blir en mycket viktig trygghet för barnet både hemma och i skolan.

Forskarna betonar att tidiga och kraftfulla insatser vid läs- och skrivinläringen är avgörande för hur det går för en stor grupp barn idag.

Naturligtvis spelar kvaliteten på läsundervisningen i skolan stor roll. Lärarens erfarenhet och kompetens är av stor betydelse. För att nå riktigt goda resultat måste alla elever ges tillräckligt med tid och lärarstöd för att utveckla sin läs- och skrivförmåga. *Specialutbildade läspedagoger bör finnas på varje skola.*

## **Rätt hjälp**

*Alla* barn som har svårt att läsa och skriva har rätt att få hjälp i skolan - man behöver inte ha någon speciell diagnos för det. Om du som förälder är orolig över hur det går för ditt barn med att lära sig läsa och skriva, tala då med klassläraren och be att få en utredning. Det handlar inte om att ”stämpla” barn utan om att så tidigt som möjligt kunna ge rätt hjälp, oavsett vad problemen bottnar i.



En enklare första kartläggning kan göras av en erfaren lärare med lämplig utbildning. Ibland behövs en mer omfattande bedömning av en logoped och/eller en psykolog; teamutredningar brukar vara bra. Syftet med utredningen är att förstå hur barnet lär sig, vilka de starka respektive svaga sidorna är, så att klassläraren kan skraddarsy undervisningen.

### **Åtgärdsprogram**

Ett åtgärdsprogram är ett skrivet dokument som beskriver hur man ska arbeta framåt. Det upprättas i skolan och bör alltid utformas i samråd med barn och förälder. Det är rektors ansvar att barn som behöver särskilt stöd får ett åtgärdsprogram.

Åtgärdsprogrammet bör bygga på vad man kommit fram till i en utredning. Det ska vara konkret och innehålla tydliga kortsiktiga och långsiktiga mål, så att barnet kan förstå och se sina framsteg.

För att veta om det man föreslagit verkligen ger resultat, måste åtgärdsprogrammet följas upp. Bestäm när ni ska träffas igen, och vem som har ansvar för vad till dess.

Barnet behöver få förståelse och bli bemött på ett vänligt sätt från alla vuxna. Uppmuntran är en förutsättning för att åtgärdsprogrammet ska kunna förverkligas fullt ut.

# Vad du som förälder kan göra

Du som förälder kan själv hjälpa ditt barn på många sätt. Exakt vad du kan göra, beror på vilka svårigheter det gäller och hur det går i skolan. Här är några uppslag.

## **Låt barnet berätta**

Barnen vet själva vad de har svårt med och kan ofta beskriva - om de får god tid att förklara. Försök lyssna och förstå vad ditt barn vill ha hjälp med. Förtroliga samtal hjälper barnet. Glöm inte att ditt barn har massor med starka sidor. Påminn om att även du själv har både starka och svaga sidor. Det har alla.

## **Stärk självkänslan**

Ett gott självförtroende är en viktig förutsättning för att vilja och lyckas. Ge hellre beröm än kritik. Tilltron till sin egen förmåga att lära sig svåra saker påverkar självförtroendet hos barnet. Och svåra saker är att lära sig bokstäver, skriva ord och meningar och att läsa i läseboken. Barn jämför sig med sina kamrater och märker om de inte hänger med.

Mitt i vår strävan att hjälpa barn med läs- och skrivutvecklingen, får vi inte glömma att barn måste få tid över för annat än skolarbete. Det måste finnas utrymme för lek, intressen och kompisar. Uppmuntra ditt barn till aktiviteter utanför skolan, där barnet känner att det lyckas. Det stärker självkänslan.



### **Lek med språket**

Det finns ett visst samband mellan språkutvecklingen i förskoleåren och senare läs- och skrivförmåga. Det lilla barnet behöver få rikliga tillfällen till ”språkduschar”, både hemma och på dagis. Samtala med ditt lilla barn, försök att svara på alla frågor du får om ord och varför saker och ting heter som de gör.

Men språkutvecklingen slutar ju inte när man börjar skolan. Tvärtom, den fortsätter - förhoppningsvis hela livet. Prata mycket med ditt skolbarn och ta alla tillfällen i akt att leka med språket och skoja om tokiga ord.

Det finns många roliga spel man kan spela tillsammans som stimulerar språket.

### **Läs för ditt barn**

Läs för ditt barn och låt barnet följa med i texten. Prata om bokens innehåll och om nya ord som ni stött på i texten. Små barn som lyssnar på sagor, blir vana vid skriftspråket redan från unga år. Då blir steget till att själv börja läsa och uttrycka sig i skrift inte lika stort. Och glöm inte att det kan vara en njutning att få lyssna till högläsning även högre upp i åldrarna. Det kan också vara ett vilsamt sätt för många barn att ”varva ner”.

### **... och med ditt barn**

Gör det till en rolig och mysig stund att läsa tillsammans, utan stora krav. Turas om att läsa och var lyhörd för när ditt barn tycker det blir jobbigt.

Utgå från ditt barns intressen för att göra läsningen motiverande och kul. Vad gillar *ditt* barn? Dinosaurier? Madicken? Fotboll?

### **Samarbeta med skolan**

Det är viktigt att förstå vilka metoder skolan använder. Hälsa på och titta runt i skolan för att få idéer. Fråga läraren vad man använder för material, övningar och knep.

Be om tips hur du kan jobba vidare hemma på samma spår. Ofta behöver du inga avancerade saker. Papper och penna brukar räcka bra. Och man måste inte sitta vid ett bord när man jobbar med språket! Bokstäver på kylskåpet är en kul inspirationskälla för att bilda nya ord och kanske kan man till och med smyga in alfabetsträning den vägen?

”Lära i skolan - öva hemma” brukar vara en bra regel. Det pedagogiska ansvaret ligger på skolan och det är där barnet får undervisning och lär sig nya moment. Sedan är det bra att öva hemma. Hjälptill, men försök att förstå när ditt barn klarar sig självt.

### **Engagera fler sinnen**

Vi lär oss genom våra sinnen - genom vad vi säger, hör, ser och känner. En del barn tycker om att utgå från en bok, andra

föredrar att jobba med mer konkreta saker, till exempel genom att använda sina fingrar eller föremål såsom lera, magnetbokstäver, pinnar, collage och gips. Att använda musik och sång kan hjälpa barnet när det måste lära sig saker utantill.

### **Använd datorstöd**

Datorer är till stor hjälp. Många barn kämpar så med sin handstil, att de glömmer bort själva stavningen. Kom ihåg att alla texter blir läsliga i ett ordbehandlingsprogram.

Det finns många bra övningsprogram, där man kan träna med ljud och bilder. Det finns också datorröster, som kan läsa upp text på bildskärm och en rad andra hjälpprogram.

### **Låt barnet läsa med öronen**

För den som läser knaggligt är inlästa böcker en viktig väg till kunskap och fina läsoplevelser. Att läsa med öronen blir en språngbräda till kunskap för många barn under den fortsatta skolgången.

### **Använd minneshjälp**

Man kan underlätta tillvaron för barn med minnessvårigheter genom att spela in viktiga saker på en bandspelare eller ett digitalt fickminne. Barnet kan använda det för att överföra meddelanden mellan hem och skola och för att komma ihåg att ta med gymmapåsen eller matsäcken till exempel.

## **Lek med matematiken**

Matematik är ett område som många barn får bekymmer med. I de flesta fall beror det på att matematiktal till stor del bygger på att man läser rätt. Tänk bara på all text som finns i matematikbokens lästal.

Att lära sig multiplikationstabellen utantill är också svårt för många barn. Det finns bra ramsor som gör det lättare att komma ihåg multiplikationstabellerna. Att jobba med miniräknare kan vara en rolig hjälp. När ni tränar klockan handlar det också om matematik: en halvtimme är två kvartar eller sex 5-minuters perioder.

## **Vårda motivationen**

Var beredd att förändra alla uppgifter och lekar så att det passar ditt barn. Och glöm inte att berömma även det minsta framsteg - det betyder mycket! Lär dig att känna igen alla de tricks ditt barn kan ha för sig - medvetet eller omedvetet - för att slippa börja jobba. Var uppmärksam på ditt barns beteende och försök "ligga steget före" för att undvika onödiga konflikter.

## **Ordna och planera**

Många barn har svårt att planera och få ordning på sitt arbete och behöver ditt stöd för att komma igång med vissa uppgifter. Hjälp ditt barn att göra en plan så att saker kan ske steg för steg. Att se till att rätt saker packas ner i skolväskan kan verka svårt för dig - men omöjligt för ditt barn.



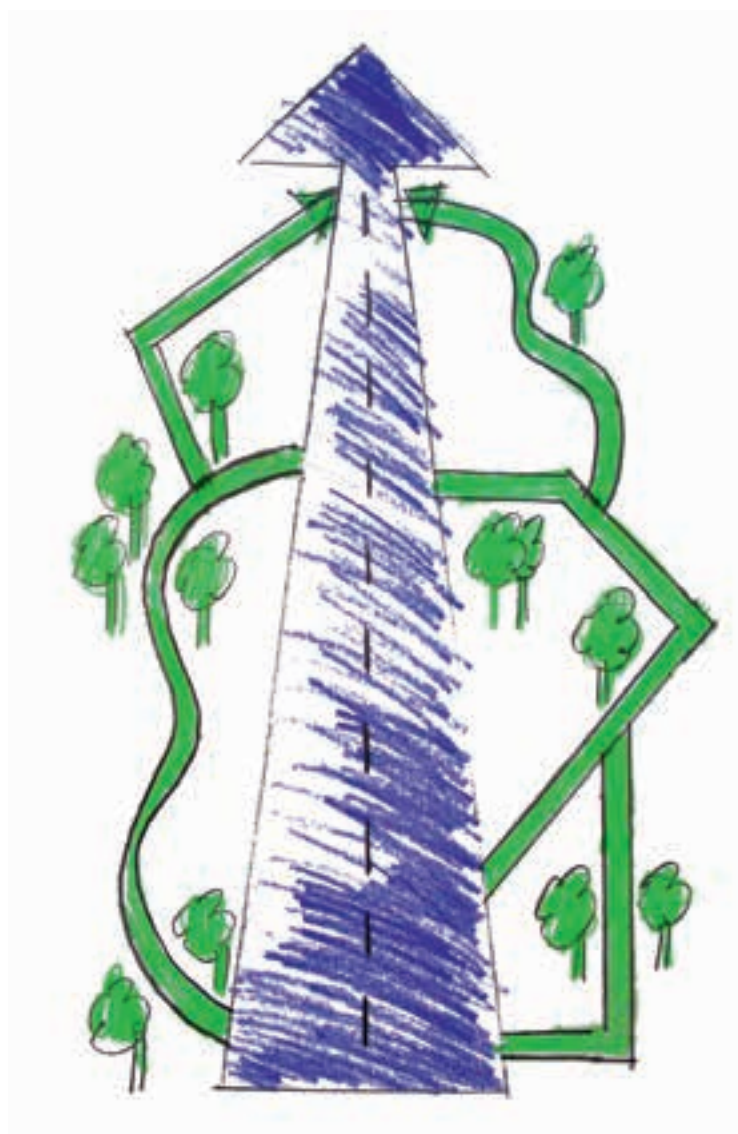


ILLUSTRATION: CHARLOTTE HEDBERG

*Alla kan nå målet.*

*När man har läs- och skrivsvårigheter tar man sig fram till vissa mål på sitt eget sätt - och man måste få göra det. Man tar andra vägar än den vanliga motorvägen.*

*Det går att komma fram till målet ändå och med många goda upplevelser på vägen.*

## Mer information

Den ideella föreningen Kod-Knäckarna står bakom denna broschyr. Det finns även en utbildnings-cd för föräldrar om barn med läs- och skrivsvårigheter och dyslexi. Läs mer om Kod-Knäckarnas material och projekt på vår hemsida.  
[www.kodknackarna.se](http://www.kodknackarna.se)

**Blom**, Barnlogopedmottagningen Södra Älvsborgs Sjukhus, Borås, har information om barns språkutveckling  
[www.blom.just.nu](http://www.blom.just.nu)

**FDB**, en förening för föräldrar till barn med läs- och skrivsvårigheter [www.fdb.nu](http://www.fdb.nu)  
tel. 08- 612 06 56.

**Dyslexiförbundet FMLS**, en förening för personer med läs- och skrivsvårigheter [www.dyslexi.org](http://www.dyslexi.org)  
tel. 08-665 17 00.

**Svenska Dyslexiföreningen**, en förening för yrkesverksamma inom läs- och skrivområdet och andra intresserade  
[www.dyslexiforeningen.se](http://www.dyslexiforeningen.se) tel. 08-437 462 39



**BDA**, brittiska dyslexiföreningen [www.bdadyslexia.org.uk](http://www.bdadyslexia.org.uk)

**IDA**, internationell dyslexiorganisation med säte i USA  
[www.interdys.org](http://www.interdys.org)

### Lästips

Andersson B, Belfrage L, Sjölund E (2006). *Smart start vid lässvårigheter och dyslexi*. Natur och kultur.

Lagerström A (2011). *Knäck Koden – en hoppfull bok om dyslexi*  
Bertil Hults pris.

Lundberg I (2006). *Alla kan lära sig läsa och skriva*. Natur och kultur.

Lundberg I (2010). *Läsningens psykologi och pedagogik*. Natur och kultur.

*Läsk pärmen* (2007). FDB.

Stadler E (1994). *Dyslexi. En introduktion*. Studentlitteratur.

### Film

*En värld av möjligheter* (2002). FDB.

*Hitta läsningen!* (2010). Kod-Knäckarna.

*Tidigt fokus på läsutveckling - för barn med lässvårigheter och dyslexi* (2007). Kod-Knäckarna.



Broschyren Föräldrar - en resurs för sina barn  
är utvecklad av den ideella föreningen Kod-Knäckarna  
i samarbete med Bodil Andersson Rack, Spella AB

Materialet har tagits fram med stöd av  
**Stiftelsen Riksbankens Jubileumsfond m.fl**

Foto: Ian Smythe, IBIS Ltd  
Barnen på fotografierna har inget med innehållet  
i broschyren att göra

© 2012 KOD-KNÄCKARNA

WWW.KODKNACKARNA.SE

ISBN 978-91-977781-1-4

