

ΑΠΟΣΤΗΘΙΣΗ & ΜΝΗΜΗ- ΛΥΣΛΕΞΙΑ

Της κας Ιωάννας Δημητριάδου*

Η αποστήθιση είναι όταν κάποιος βάζει κάτι μέσα στο μυαλό του και το διατηρεί σε τέτοιο βαθμό, ώστε όταν του ζητηθεί να το πει, να έχει τη δυνατότητα να το ανακαλέσει, δηλαδή να το πει από μνήμης.

Όταν για παράδειγμα, ζητηθεί από ένα παιδί να πει την προπαίδεια του «3» ή να πει μια παράγραφο από ένα κεφάλαιο της Ιστορίας, από μνήμης (δηλαδή απ' έξω) και δυσκολεύεται, τότε σημαίνει πως έχει αδύναμη εργασιακή μνήμη (working memory).

Τί είναι οι εργασιακή μνήμη και ποιες οι κατηγορίες της;

Η εργασιακή μνήμη αποτελεί ένα σύνολο των ικανοτήτων, το οποίο βοηθά τους ανθρώπους να διατηρούν τις πληροφορίες στη μνήμη τους (στη βραχυπρόθεσμη μνήμη) και όταν έρθει η στιγμή να χρησιμοποιούνται αυτές οι πληροφορίες (έχουν μεταφερθεί στη μακροπρόθεσμη μνήμη), οι οποίες είναι οργανωμένες, ώστε να ολοκληρωθεί μια εργασία, να λυθεί μια άσκηση, να πει ένα μάθημα της Ιστορίας ή τον πολλαπλασιασμό.

Υπάρχουν δύο τύποι της εργασιακής μνήμης, οι οποίοι αναπτύσσονται κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας και ολοκληρώνονται κατά τη διάρκεια της εφηβικής ηλικίας.



Αυτοί οι τύποι είναι οι εξής:

1) Η ακουστική εργαζόμενη μνήμη (auditory memory) είναι ο πρώτος τύπος της εργασιακής μνήμης. Αν ένα παιδί παρουσιάζει αδυναμία σε αυτό το σύστημα, τότε όποια πληροφορία και να του δοθεί προφορικά ή μια σειρά οδηγιών για να κάνει μια δουλειά, δε θα μπορεί να αντεπεξέλθει. Αυτό γιατί, δε θα έχει προλάβει να συγκρατήσει στη μνήμη του τον όγκο των πληροφοριών και παράλληλα να τις επεξεργαστεί, μέσω της ακουστικής διόδου. Το παιδί που έχει αυτόν τον τύπο εργασιακής μνήμης, συνήθως δυσκολεύεται να μάθει μια ξένη γλώσσα, να αποστηθίσει και να κατανοήσει ένα κείμενο, να καταγράψει τις λέξεις κλειδιά, να κατανοήσει μαθηματικά προβλήματα και να κάνει σύνθετους πολλαπλασιασμούς και σύνθετες διαιρέσεις, καθώς είναι πολλά τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσει για να φτάσει στο αποτέλεσμα. Μπορεί, όμως, να κάνει διαφόρων τύπων μαθηματικών υπολογισμών.

2) Η οπτικο – χωρική εργαζόμενη μνήμη (visua- spatialmemory) είναι ο δεύτερος τύπος της εργασιακής μνήμης. Το παιδί έχει την ικανότητα να θυμάται εικόνες, να θυμάται το θέμα των λέξεων και να μπορεί να τις γράψει σωστά μέσα σε μια πρόταση και να ακολουθεί τις οδηγίες μέσα σε ένα χώρο, όπως πάρε το μολύβι κάτω από το τραπέζι, πήγαινε να το βάλεις πάνω στο γραφείο και γράψε την άσκηση. Ένα παιδί που παρουσιάζει αδυναμίες στην οπτικο – χωρική εργαζόμενη

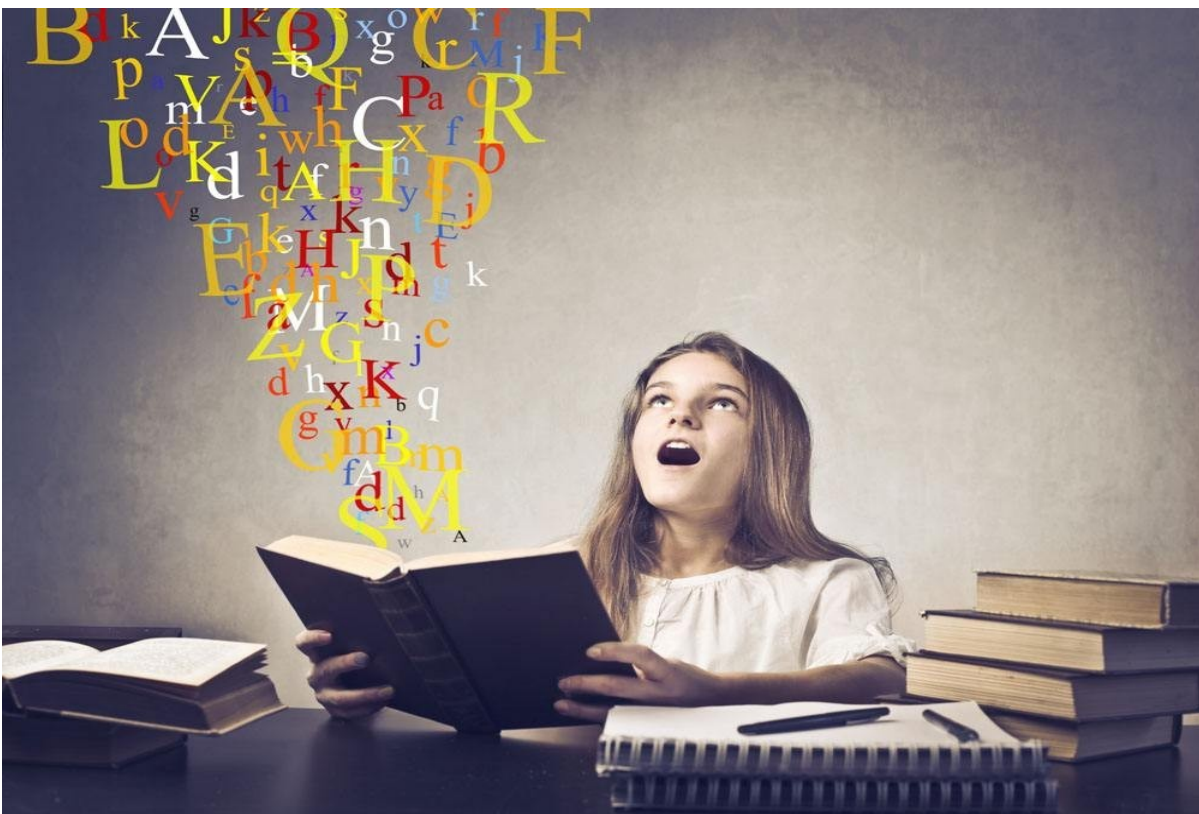
μνήμη, δεν μπορεί να ακολουθήσει τις παραπάνω δραστηριότητες γιατί απλά φαίνεται σαν να μην προσέχει.

Σε πρόσφατες έρευνες που έγιναν σε σχολεία στην Αγγλία, βρέθηκε πως τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ (διαταραχή ελλειμματικής προσοχής – υπερκινητικότητα) και παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες έχουν αδύναμη εργασιακή μνήμη. Μάλιστα, περίπου το 95% των παιδιών που εξετάστηκαν και παρουσίασαν φτωχή εργασιακή μνήμη, δεν μπορούσαν να αποδώσουν θετικά σε κείμενα κατανόησης, στην αποστήθιση, στην ανάγνωση και στα μαθηματικά.

Συμπτώματα που μπορεί να δείχνουν αδύναμη εργασιακή μνήμη

Κάποια από τα βασικά συμπτώματα που δείχνουν για τη αδύναμη εργασιακή μνήμη είναι τα εξής:

- Το παιδί μπορεί να διαβάζει το κείμενο πολλές φορές,
- για να μπορεί να το κατανοήσει.
- Το παιδί αδυνατεί να αποστηθίσει ένα κείμενο.
- Το παιδί αδυνατεί να θυμηθεί μια δραστηριότητα που απαιτεί πολλά βήματα για να υλοποιηθεί.
- Το παιδί παρουσιάζει αγχωτικές διαταραχές κατά τη διάρκεια ενός διαγωνίσματος.
- Το παιδί αντιμετωπίζει μεγάλες δυσκολίες σε διαγωνίσματα με
- multiple- choice (πολλές επιλογές).
- Το παιδί σε θέματα αντιγραφής, ανάγνωσης και λύση μαθηματικών προβλημάτων εμφανίζει πολλές δυσκολίες.
- Το παιδί αδυνατεί να ακολουθήσει τη δασκάλα, όταν εκείνη υπαγορεύει την ορθογραφία με γρήγορο ρυθμό.
- Το παιδί δεν ολοκληρώνει τις σχολικές του εργασίες.
- Το παιδί, πολλές φορές, ξεχνάει την ερώτηση ή παραλείπει στοιχεία της ερώτησης (συνήθως παραλείπει μικρές λέξεις) και για αυτόν τον λόγο αδυνατεί να απαντήσει.
- Το παιδί παρουσιάζει έλλειψη προσοχής.



Πώς αντιμετωπίζονται τα προβλήματα αποστήθισης;

Υπάρχουν ορισμένα πράγματα που μπορούν να γίνουν, για να ενισχυθεί η εργασιακή μνήμη του παιδιού. Όπως:

- Όταν το παιδί διαβάζει ένα κείμενο, για να μπορεί να το κατανοήσει και να το αποστηθίσει, μπορεί να ζωγραφίσει σε ένα λευκό χαρτί αυτό που κατάλαβε.
 - Όταν ο δάσκαλος ή ο γονιός εξηγούν κάτι στο παιδί, για να μπορούν να καταλάβουν αν το έχει κατανοήσει, του ζητούν να γίνει αυτό δάσκαλος και εκείνοι μαθητές. Έτσι, το παιδί, μέσα από τη διαδικασία βημάτων, εξηγεί στον ενήλικα τον τρόπο π.χ.) να μάθουν τα ρήματα σε-ίζω και τις εξαιρέσεις.
 - Όταν το παιδί θα πρέπει να μάθει κάποιες λέξεις στην ορθογραφία, μπορεί να του δίνεται ένα κείμενο, όπου οι λέξεις αυτές να είναι μέσα γραμμένες, με άνισο μέγεθος (μικρό, μεγάλο, μικροσκοπικό, τεράστιο). Το παιδί, θα πρέπει να τις βρει (αν θέλει μπορεί να χρησιμοποιήσει και μεγεθυντικό φακό), να τις κυκλώσει και να τις γράψει σε ένα λευκό χαρτί.
 - Όταν το παιδί θα πρέπει να αποστηθίσει ένα κείμενο (π.χ. ένα μάθημα στην Ιστορία), μπορεί με ένα κίτρινο stabilo, να υπογραμμίσει το κομμάτι που τον ενδιαφέρει, να βρει την κεντρική ιδέα, να βάλει μέσα σε τετράγωνο τις λέξεις κλειδιά και να τα παρουσιάσει μέσα από εικόνες. Τις ερωτήσεις της κατανόησης του κειμένου, ο ενήλικας τις διαβάζει δυνατά, το παιδί τις λέει προφορικά και έπειτα τις γράφει. Αν υπάρχει δυσκολία, τότε ο ενήλικας μπορεί να κόψει την κάθε ερώτηση, να τη βάλει μπροστά στο παιδί, να βρουν μαζί την απάντηση και τέλος να τη γράφει. Σε όλη αυτή τη διαδικασία, υπάρχει πάντα το οπτικό σχεδιάγραμμα, που έχει φτιάξει το παιδί.
 - Όταν το παιδί θα πρέπει να εξασκηθεί στο να θυμάται κάποια σειρά από νούμερα, μπορεί να ξεκινήσει με νούμερα που πρέπει να θυμάται, όπως το νούμερο του τηλεφώνου, τα νούμερα έκτακτης ανάγκης.
 - Όταν το παιδί θα πρέπει να κάνει κάποιες μαθηματικές πράξεις, μπορεί να χρησιμοποιεί οπτικά εργαλεία (π.χ. τις κουκίδες, την αριθμογραμμή, τα τουβλάκια).
 - Για να μπορεί το παιδί να θυμάται παλιές πληροφορίες και να μην τις μπερδεύει με τις νέες, μπορεί να χρησιμοποιεί ακροστιχίδες, ξεκινώντας με τα αρχικά το ονόματός του.
- Η κα. Ιωάννα Δημητριάδου είναι Ειδική Παιδαγωγός σε θέματα Δυσλεξίας και Μαθησιακών Δυσκολιών.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

- Tracy P. Alloway (2011). 1 to 10 Students have working memory problems: Find why matters, University of North Florida
- Morin Amanda (2016). 8 Tips to Boost Your Child's Working Memory. Learning & Attention Issues.
- Peg Rosen (2016). Working Memory: What it is and How it works, WebMD
- Annie Stuart (2016). Τι είναι η εργαζόμενη μνήμη και ποια η σημασία της (ncl.org), επιμέλεια στα Ελληνικά, Καλύβας Χάρης & Γιάννου Δήμητρα.
- Marianne, S. (2015). Early Intervention for Kids with Dyslexia.