

Consecuencias psicológicas de la dislexia

Una nueva reflexión a través de grupos de apoyo con niños y chicos disléxicos

Introducción

El sistema escolar está establecido en función de una metodología propiamente lingüística, centrada en el aprendizaje a través de la lectura y escritura, si bien, en periodos iniciales, en educación infantil, impera un tipo de metodología multisensorial, que minimiza las dificultades de los niños con dislexia.

Cuando estos niños acceden a la educación primaria encuentran que su ritmo de aprendizaje no se asemeja al de sus compañeros y son incapaces de integrar la información escrita de la misma forma que los otros, lo que hace que sean valorados negativamente, en detrimento de su dificultad, por adultos e iguales. Es aquí donde empiezan a manifestar los primeros signos de malestar emocional. Este malestar emocional, muchas veces no detectado en su justa medida por el entorno, desencadena paralelamente a la evolución del problema de aprendizaje, verdaderos trastornos emocionales.

A través de las sesiones de psicoterapia grupal con niños con dislexia, hemos podido confirmar la presencia de desajustes afectivos significativos en más del 80% de la muestra representada, que creaban inadaptaciones en el ámbito familiar, social y/o escolar. El grado de malestar emocional manifiesto fue muy superior al que inicialmente era previsible, presentando un nivel de autoestima muy bajo previo al conocimiento del trastorno, y una afectación permanente si no se daban las respuestas adecuadas del entorno. Cabe indicar, sin embargo, que existen dos momentos diferenciales a nivel emocional en la dislexia, uno es el periodo previo al diagnóstico y otro el posterior.



El periodo previo al diagnóstico de la dislexia. "Soy tonto"

Este periodo de mayor o menor duración, en función de la edad del establecimiento del diagnóstico de la dislexia, tiene un denominador común, que es la etiqueta previa ya establecida por el propio afectado como por el ámbito social, escolar y/o familiar. Cabe indicar que, lógicamente, cuanto más tardío es el diagnóstico de dislexia, más riesgo existe de presentar una agudización de los síntomas emocionales. En periodos adolescentes la no detección de la dislexia, suele ocasionar un daño psicológico mucho más importante, que se añade a la propia crisis de la edad, exacerbando los síntomas, y a su vez, limita la posibilidad de reconducir su historia de aprendizaje, apareciendo un alto grado de abandono en los estudios.

Los niños y chicos afectados de dislexia suelen ser tildados, dada su sintomatología coincidente, de inmaduros, de poco motivados o de vagos desde el entorno cercano, y de incapaces y nulos por ellos mismos. Todos los niños con los que trabajamos en las sesiones de grupo de ayuda mantenían de manera recurrente que se sentían incapaces de aprender y que pensa-



ban que eran tontos, dado que mostraban dificultades imperiosas para el aprendizaje de la lectura y escritura, errores reiterados a pesar de su sobreesfuerzo, olvidos recurrentes de información a corto plazo y un rendimiento muy por debajo del trabajo previo realizado. Si es cierto que a causa de estas dificultades muchos de ellos tendían a la evitación de la como mecanismo de defensa ineficaz, así como a la negación de la problemática o a actitudes de prepotencia o de enfrentamiento con el entorno. Sin embargo, ninguna de estas acciones conllevan en sí mismas la explicación del porqué de la dificultad

lecto-escritora, mientras que en otro tipo de actividades rendía adecuadamente, igual o mejor que otros niños de su edad.

Las actitudes escolares y familiares son variadas en los momentos anteriores del diagnóstico y determinan, de manera directa, el estado emocional del niño en esos momentos. Si bien el propio desconocimiento nos hace actuar a veces como profesionales y familiares de una manera más restrictiva ante un rendimiento escolar bajo, no debemos olvidar que el apoyo emocional y la ayuda son esenciales sea cual sea la dificultad que tenga nuestro alumno e hijo. Cualquier actitud punitiva, de exceso de normatividad, de seriedad, distanciamiento emocional y/o castigo ante los problemas de aprendizaje por uno u otro entorno, determinan la vivencia del niño ante la dificultad, y aumentan o disminuyen su autoestima, si bien el problema de aprendizaje es el mismo. Es decir, los niños que siempre encontraron un apoyo adecuado por al menos uno de los entornos inmediatos (escuela y/o familia) tenían una vivencia más positiva y de menor afectación afectiva, que aquellos que recibieron presión por ambos ámbitos. El apoyo de uno de los entornos lo verbalizaron como compensador de las dificultades que encontraban en el otro.

Mensajes del entorno escolar y/o familiar del tipo “nunca vas a llegar a nada”, “eres un vago” o “no sirves para estudiar”, se quedan grabados en su memoria y dado su bajo concepto los integran como reales y determinan, en muchas ocasiones, sus reacciones posteriores. La vivencia emocional de estas afirmaciones es, por tanto, muy acusada, mucho más de lo que la persona que lo verbaliza pueda imaginar.

Los mensajes sociales son similares, en referencia al sentimiento de ser criticados por sus iguales, a consecuencia de su dificultad o de las limitaciones que ésta les conlleva, tanto en el contexto propiamente escolar, como en el deportivo, donde muchos alumnos con dislexia presentan dificultades. Referencias de presiones sociales de manera puntual o reiterada, se sucedieron durante las sesiones de apoyo, dado que suelen ser blanco de las burlas, dada su vulnerabilidad emocional.

El conocimiento de la dislexia. “Ahora se lo que me pasa”

Cuando un niño acude a valoración, el principal objetivo de ésta es determinar si nos encontramos ante un retraso en el proceso madurativo de aprendizaje o bien ante una dislexia. En ambos casos, la intervención es necesaria, si bien, la evolución varía con respecto a la velocidad de afianzamiento lector y escritor. Un retraso lector se compensa con facilidad, mientras que la dislexia, al ser un trastorno crónico, tiene una evolución ascendente, pero más lenta y compleja.

Cuando se le comunica a un niño que la respuesta a sus dificultades tiene un nombre, dislexia, la reacción de éste y de sus padres suele ser de desconcierto, preguntándose “porque hemos

tardado tanto en saber lo que pasaba”. Pero el desconcierto se transforma en autoafirmación, cuando al fin identifican cuál es la causalidad de la dificultad y se dan cuenta que, con ayuda, los muros que han ido encontrando “pueden caer”.



Todos los niños con los que trabajamos piensan que es muy bueno saber que tienen dislexia, si bien les gustaría no tenerla, dado que conlleva multitud de dificultades y un enfrentamiento a un sistema que no está preparado (no sólo moralmente sino logísticamente) para

ayudarles. El identificar su dificultad a un nombre que no tiene relación con su potencial real de inteligencia, modifica su concepto anterior de que eran tontos, y es el primer paso para la recuperación de la autoestima. A su vez, permite dar respuesta a aptitudes y actitudes que nunca habían podido ser explicadas. “Ahora que sabemos que tengo dislexia, mi familia y yo estamos más tranquilos”- indicó uno de los niños.

Cabe indicar sin embargo, que una vez conocida la dificultad, y puesto nombre a la misma, la vivencia pasa por diversos periodos, que pasan de una posible negación inicial del trastorno "a mi no me pasa nada" a la aceptación e identificación con el mismo "soy disléxico, y qué", aumentando, en consecuencia, la autoconfianza y el interés por aprender. El entorno principalmente escolar y familiar también modifica la concepción de la dificultad del niño, dado que en muchos momentos, el diagnóstico viene a ser la confirmación de sospechas fundamentadas en uno o ambos ambientes.

El ámbito social pasa aquí a ser un factor importante en cuanto a intervención. La mayoría de niños se sintieron satisfechos o muy satisfechos cuando en el aula, a través de un proyecto de tutoría, se dio a conocer a los demás que él/ella tenía dislexia. Las respuestas que ellos empiezan a obtener gracias a tener el conocimiento de lo que les ocurre, es traspasado a su entorno de iguales, "y las etiquetas de antes caen, porque antes ya había etiquetas, equivocadas, pero etiquetas al fin y al cabo". Gracias a ello, se sienten más apoyados, comprendidos y animados, lo que les ayuda emocionalmente a evolucionar.

El presente de los niños y chicos con dislexia. ¿Y ahora . que?.

Una vez identificado el trastorno de aprendizaje, es muy importante para ellos hablarlo con la familia y tenerlo en cuenta como algo cotidiano, sin caer en la redundancia. "Es una realidad que está ahí, y así la debemos integrar". Es muy importante la implicación familiar en relación a la dislexia, tanto en referencia a los aprendizajes como en el apoyo emocional. El papel de contención y de apoyo afectivo es esencial para favorecer la seguridad

y mejorar el autoconcepto. Las actitudes educativas asistenciales y personalizadas, basadas en el amor, en el cuidado y en establecimiento de límites adecuados, sin sobreprotección ni restricción, les ayudan a enfrentarse mejor a su dificultad. El sentirse ayudados por sus padres en su problemática, les hace ver que son aceptados y queridos "ellos me ayudan siempre y no me castigan si saco alguna mala nota, porque valoran mi esfuerzo" –comentaba más de uno.

Es muy importante reducir la presión en cuanto a los aprendizajes. En multitud de ocasiones la exigencia escolar es trasladada al hogar, y el niño, a pesar de ser ya consciente de su dificultad, sigue recibiendo una presión muy significativa. "en casa mi madre se pone muy nerviosa cuando hacemos los deberes y yo al final lloro" –comentaba una niña del grupo. El no encontrar un ambiente compensador en el hogar, puede desencadenar mayores desajustes emocionales. A su vez, es conveniente la implicación de ambos padres con respecto a la dificultad, dado que suele recaer de forma más significativa en el papel materno. Los niños que recibían un apoyo emocional en relación a la dislexia, por ambos padres, mostraban mayor compensación afectiva que los otros.



En cuanto a la escuela, una vez diagnosticada la dislexia, las respuestas son variables, si bien sienten que hay una mejora y mayor concienciación año tras año. Referían todos, la importancia de la comunicación positiva entre la familia y la escuela, como forma de entendimiento y de ayuda. El deseo reiterado por los niños de que no sienta el profesorado que se le está haciendo un favor, sino que es su derecho dada su dificultad, la necesidad de que los claustros actúen a través de un consenso en torno a la dislexia, que la información sobre su dificultad pase año a año a los nuevos tutores y que no deban ser ellos (o sus familias) los que deban recordar lo que les pasa, que reconozcan los síntomas y los tengan en cuenta como parte de su dificultad y no como dejadez propia, son aspectos que se reiteraban a lo largo de las sesiones.

El futuro de los niños y chicos con dislexia. ¿Hasta donde voy a llegar?

El camino de la dislexia no es corto ni fácil. Emocionalmente es difícil de recorrer. Para todos. Quisieran cada uno de ellos no tener dislexia, de ahí el éxito de que puedan aceptar sin tapujos que la tienen y que quieran compartirlo con los demás. El apoyo emocional a ellos y a sus familias es esencial para su recuperación. Por ello la importancia de establecer este tipo de grupos de ayuda, que se basa en la identificación, la aceptación y en la normalización del trastorno de aprendizaje.

Esta normalización no debe acabarse en el niño, ni tan siquiera en las familias ni en el centro escolar. Esa normalización debe llegar a nivel institucional y se les debe prestar las ayudas que necesitan con el fin de prevenir que estos niños sean un número más en la estadística de fracaso escolar.

Es importante que ellos elijan hacia donde deber dirigir sus aptitudes, pero que no se lo determinemos y les limitemos las opciones por no haberles prestado ayuda. Ellos mismos, por características de su trastorno y de su tendencia personal y de carácter escogerán aquel recorrido que consideren más adecuado para ellos. La duda sobre sus potencialidades y capacidades persisten en el tiempo, dado que es un síntoma muy arraigado a su persona y que ha perseverado durante mucho tiempo. La propia experiencia positiva es la que modificará y propiciará el cambio de pensamiento. El apoyo emocional del entorno es esencial para la consecución de metas, así como creer en las propias posibilidades.

Creemos también nosotros en las suyas.

REFLEXIONES EN PRIMERA PERSONA DE LOS NIÑ@S Y CHIC@S CON DISLEXIA

Una recopilación de ideas y pensamientos de los protagonistas

Araceli Salas. Presidenta y Fundadora de DISFAM. Educadora y Psicomotricista

Helena Alvarado. Psicóloga Infanto-Juvenil. Pedagoga Terapeuta. Logopeda

Los comentarios a continuación difundidos tienen el consentimiento de los chicos con dislexia que acudieron al grupo de trabajo previo al congreso. Ellos son plenamente conscientes de la importancia de dar a conocer sus vivencias y de poder ayudar así, a otros chicos en su

Consecuencias psicológicas de la dislexia

misma situación. Voluntariamente han sacrificado tiempo libre y otras actividades para poder formar parte de este grupo. A todos GRACIAS.

Antes de conocer que éramos disléxicos

“Pensaba que los demás podían y yo no”

- “Antes pensaba que era tonto” “yo también” “y yo..”
- “Lo pasaba muy mal en función del profesor que tenía”
- “Pensaba que me pasaba algo porque no sabía escribir y leer como los demás”
- “Pensaba que era inferior a los otros”
- “Pero... ¿Qué me pasa?”
- “Estaba triste y no tenía ganas de hacer nada”
- “Pensaba que era tonto, un inútil y que no se me daba nada bien”

Ahora ya sabemos lo que nos pasa...

- “es importante saber que eres disléxico y compartirlo”
- “nos dimos cuenta que no éramos tontos”
- “ahora puedo hablar de lo que me pasa”
- “las cosas en casa van mejor”
- “no soy el único, ahora conozco más amigos que les pasa lo que a mí”
- “sólo necesito otra manera para entender las cosas”
- “ya no me preocupa girar o comerme letras”
- “ahora lo entiendo y ya no pienso que soy inferior a los demás”
- “ahora que conozco que tengo dislexia, estoy más tranquilo y contento”

Sobre la escuela...

- “Comentaron que yo no servía, y que era mejor que dejara de estudiar”
- “¿hay escuelas para disléxicos?”
- “si hacemos una escuela para disléxicos yo me apuntaré”
- “el de naturales explica super bien en la pizarra y con dibujos. Cuando llego a casa ya me lo se y no tengo tantos problemas”

Consecuencias psicológicas de la dislexia

- "lo hubieras escuchado"
- "luego lo miras en el libro"
- "vuélvete a leer"
- "no te corrijo el examen porque no te entiendo la letra"
- "por primera vez he encontrado una profesora que me entiende"
- "en la clase de apoyo me explican lo mismo pero con menos gente... y yo así no lo entiendo"
- "estudio mucho para los exámenes y dedico más tiempo para los deberes, pero las notas son casi siempre bajas"
- "por la mañana a veces tengo dolor de barriga cuando estoy en el colegio" y es porque no tengo ganas de ir"
- "desde que empecé la escuela me ha supuesto mucho esfuerzo poder seguir el ritmo, y muchas horas de trabajo en casa"
- "me pongo muy nerviosa y pierdo el punto cuando el profesor me dice que tengo que leer en voz alta"
- "siempre llego tarde a la escuela, porque me cuesta mucho levantarme, ya que el día anterior he hecho deberes hasta muy tarde"
- "me da mucha rabia que se me olviden las cosas"

En casa...

- "siempre llevaba notas de los profesores y por miedo falsificaba las firmas. Ahora no me riñen tanto y lo aceptan mejor"
- "siempre me han ayudado porque sacaba buenas notas y me esforzaba muchísimo. El año pasado una profesora me comentó que a lo mejor era disléxico. Desde entonces me animan más".
- "antes me reñían y me castigaban. Ahora me dicen que esté tranquila y que no me preocupe".
- "todo el tiempo me reñían y me decían que tenía que estudiar más"
- "ahora me ayudan más en casa haciendo los deberes"
- "antes me castigaban mucho, sin tele, sin ordenador, sin game-boy..."
- "a m sin ver los dibujos..."
- "ya no nos peleamos tanto"

Con los compañeros

- “se reían de mí porque no me salían las palabras”
- “me cambiaron de compañeros al llegar al instituto y lo pasé muy mal”
- “mis amigos pensaban antes que yo era tonto”
- “desde que saben que tengo dislexia me entienden más y me animan”
- “un día me dijeron que era un chollo tener dislexia”
- “se rieron de mí cuando conté que había tardado tres horas en hacer los deberes”
- “es bueno que los demás sepan que tengo dislexia”
- “antes me miraban con cara rara...”



Helena Alvarado.

Psicóloga Infanto-Juvenil. Pedagoga Terapeuta. Logopeda.

Coordinadora de CREIX.

Centre de Desenvolupament Infantil. Palma de Mallorca

Artículo en Actas del II Congreso de Dislexia. Palma de Mallorca