Was sollte man über die Legasthenie wissen?

Das Buch „The Dyslexic Adult“ fasst sehr gut zusammen, wie man ein erfolgreiches Leben führen kann mit Legasthenie. Einer der wichtigsten Faktoren ist die Selbsterkenntnis. Dazu gehört die Legasthenie zu verstehen, wie das Legasthenie-Training aussieht und die eigenen Fähigkeiten zu kennen. Der Betroffene sollte aufhören, gegen die Legasthenie zu kämpfen und anfangen mit ihr zu leben und zu arbeiten.

Legasthenie Verstehen

Folgendes sollten Betroffene wissen:

- Legasthenie ist meistens genetisch bedingt und man kann sich selbst keine Schuld zuweisen.
- Die Legasthenie ist ein Teil des Betroffenen und das wird auch immer so sein.
- Legasthenie ist keine unüberwindbare Barriere zu schulischem oder beruflichem Erfolg, solange die benötigten Fähigkeiten vorhanden sind.
- Betroffene müssen akzeptieren, dass eine Legasthenie vorhanden ist und sie eventuell mehr Aufwand betreiben müssen als andere.

Betroffene sollten auch die Lese-Rechtschreibschwierigkeiten der Legasthenie kennen:

Probleme beim Lesen

• stockendes, unsicheres und langsames Lesen
• Interpunktion wird nicht beachtet (z.B. Kommas und Punkte)
• monotones Lesen

• Auslassen oder Hinzufügen von Wörtern
• Zeilen gehen beim Lesen verloren
• Wörter werden verbunden
• Lesen, ohne Inhalt zu verstehen

Probleme beim Schreiben

• langsames Schreiben
• Interpunktion wird nicht beachtet (z.B. Kommas und Punkte)
• Regelfehler (z.B. Gross- und Kleinschreibung)
• Verwechslung von Buchstaben (d-b, d-t…)
• Auslassen von Buchstaben und Wörtern
• Worte werden nicht fertig geschrieben
• massive Fehler trotz Üben

Hier sind die Lese-Rechtschreibprobleme genauer ausgeführt. Die Legasthenie kann aber weitere Folgen mit sich bringen, wie zum Beispiel Vergesslichkeit und schlechte Zeiteinschätzung. Natürlich hat jeder Betroffene unterschiedliche Stärken und Schwächen, wie Nicht-Legastheniker auch.

Legasthenie-Training

Auch wenn Frühförderung das beste Mittel ist, kann man auch noch an der Legasthenie im Erwachsenenalter arbeiten. Es liegt an der Einstellung des Legasthenikers. Hier sind mehr Informationen zu finden.

Stärken und Schwächen

Der Betroffene sollte durch die diagnostische Beurteilung seine Stärken und Schwächen besser kennen. Beispielsweise, dass das visuelle Gedächtnis besser ist als das akustische Gedächtnis. Der Betroffene sollte seine eigenen Strategien entwickeln. Im Folgenden sind paar Beispiele ausgeführt:

- Eine To-Do Liste erstellen (z.B. jeden Sonntag die wichtigsten Punkte der Woche aufschreiben)
- Aufschreiben wann genau man das Haus verlassen, muss um pünktlich zu erscheinen

- Zum Auswendiglernen Eselsbrücken bilden
- Mit Leuchtstiften und Farben das Gelesene markieren

Hier findest du weitere Tipps zur Kompensation.

Wichtig ist es auch, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und über Erfahrungen zu reden. Mit der Legasthenie ist niemand alleine. Aus diesem Grund wurde diese Website ins Leben gerufen & eine Facebook-Gruppe gegründet.

---

*Die Tipps stammen von D.McLoughlin und C.Leather aus dem Buch „The Dyslexic Adult“ Seiten 112-118.

Leather, Carol und McLoughlin, David (2013): *The Dyslexic Adult – Interventions and Outcomes – an Evidence-based Approach*, Hoboken: Wiley-Blackwell.