



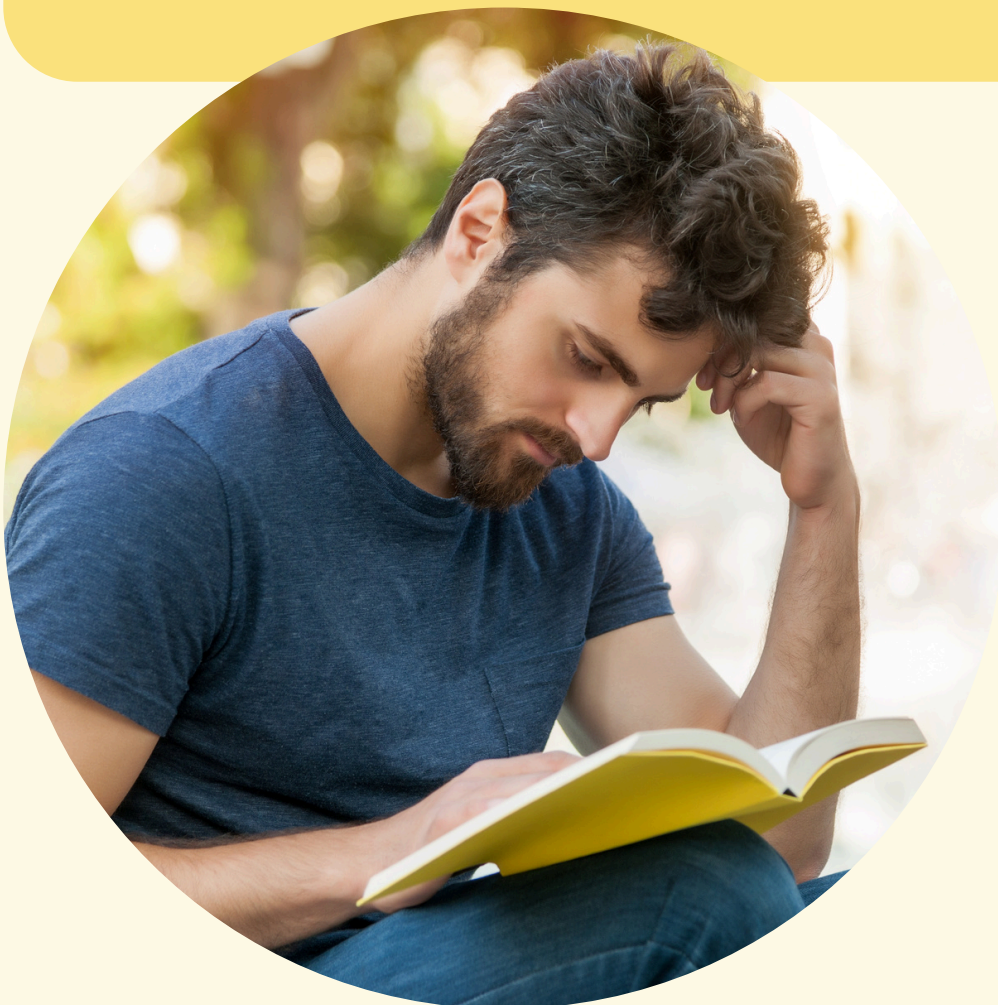
Studietips!

För dig som
har läs- och
skrivsvårigheter
eller dyslexi.

Varje person (med eller utan en funktionsnedsättning) är unik. Allt som står här kanske inte fungerar för just dig, men kanske hittar du något råd som passar dig!

Fakta om Dyslexi

- Innebär specifika läs- och skrivsvårigheter.
- Dyslexi förekommer ofta tillsammans med andra diagnoser som dyskalkyli och ADHD.
- Svårigheterna varierar, en del har till exempel större problem med att stava än att läsa.
- Ca 5 – 8 % av befolkningen har dyslexi.
- Är vanligare bland pojkar än bland flickor.
- Är inte kopplat till intelligens.



Vad fungerar bäst för dig?

Har du testat kompensatoriska hjälpmedel (särskilda verktyg utvecklade för personer med läs- och skrivsvårigheter) på dator och telefon? Till exempel talsyntes för uppläsning av text, finns inbyggt i program som Word och på itsLearning. I Word har du också hjälp av rättstavningsprogram, men det finns även i separata kompletterande program.

Verktyg att ha koll på:

- Svenska Akademiens ordlista - finns som app
- Olika typer av scanner-appar. Få texten uppläst bara genom att ta ett kort. Office Lens är ett alternativ
- Läspenna - pennan skannar texten och läser sen upp den
- Dyslexiförbundet - hitta rätt i appdjungeln

Mer fakta om dyslexi

- Orsaken till dyslexi är okänd, ärftlighet är en faktor.
- Dyslexi är medfött och kan inte tränas bort.
- Tidiga insatser minskar svårigheterna hos barn.
- Kompensatoriska hjälpmedel är hjälpsamma för vuxna utan tidig hjälp.
- Det kan vara svårt att ställa en dyslexi-diagnos för personer med annat modersmål än svenska.

Tips på studieteknik

- Träna på att göra tankekartor/mindmaps.
- Spela in minnesanteckningar på din telefon.
- Fundera på hur du lär dig bäst? Använda dina starkaste inlärningsförmågor!
- Se på film om lässtrategier eller läs/lyssna på PDF om lässtrategier här.





Avstämning

- Se till att stämma av med dina kurskamrater om du är osäker på om du uppfattat något korrekt.
- Prata med din lärare om du är osäker på att du förstått till exempel en instruktion rätt.

Inläst kurslitteratur

- Legimus - en tjänst som gör det möjligt att låna inlästa böcker. Skaffa konto via ditt närmsta bibliotek.

Inspelat lektionsmaterial

- Många lektioner spelas in och kan ses fler gånger eller till och med innan föreläsningen via flippat klassrum.

Tips!

Intresseorganisationer:

- Dyslexiförbundet

Länkar till hjälpmedel:

- Voice Notepad - Tal till text (dictation.io).
- Lyssna på dina Word-dokument.
- OpenDyslexic för Chrome.

Poddar:

- Dyssepodden

Youtubekanal:

- Made by dyslexia

Du vet väl om att du kan ha rätt till Särskilt pedagogiskt stöd?

- Prata med din utbildningsledare om du behöver särskilt pedagogiskt stöd!
- Tänk på att du då på något sätt behöver påvisa/intyga dina svårigheter.

Känner du dig ensam ibland?

Att leva med en diagnos kan vara tufft, men du är inte ensam. Här är några exempel på kända personer med läs-skrivsvårigheter eller dyslexi

- Leonardo Da Vinci (konstnär med mera)
- Lewis Carroll (författare till "Alice i underlandet")
- Thomas Alva Edison (Uppfann glödlampan)
- Albert Einstein (vetenskapsman)
- Henry Ford (grundare av Ford motors)
- Selma Lagerlöf (författare)
- Whoopi Goldberg (skådespelare)
- Jerzy Sarnecki (professor i kriminologi)
- Cher (artist och skådespelare)
- Prins Carl Philip (dyslexiförbundets beskyddare)
- Daniel Ek (grundare av Spotify)
- Olof Wretling (komiker)
- Petter (artist)
- Nassim al Fakir (artist)
- Benny Andersson (musiker och kompositör)
- Marie Mandelman (känd från TV)
- Kalle Moreus (musiker, artist och programledare)
- Ingvar Kamprad (grundaren av IKEA)
- Jennifer Aniston (skådespelare)

Källor:

Arbetsmiljöupplysningen:

Läs- och skrivsvårigheter - Arbetsmiljöupplysningen
arbetsmiljoupplysningen.se) Hämtat 210510

Logopeden.se

Dyslexiveckan: lässvårigheter och kopplingen till språk -
Logopeden Hämtad 210517

Läs- och skrivsvårigheter/dyslexi (spsm.se)

