



„Gyökerek és szárnyak”

**TANULÁSMÓDSZERTANI
TÁJÉKOZTATÓ ANYAG
ÖSSZEÁLLÍTÁSA SZÜLŐK ÉS
INTÉZMÉNYEK RÉSZÉRE (TAPASZ)**



KOMPLEX KÖZNEVELÉSI PROJEKT AZ ESÉLYTEREMTÉSÉRT

EFOP-3.1.6-16-2017-00002

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

TAPASZ-program TAnulási Program Alternatív SZolgáltatása

ISMERTETŐ

Készítette:

Csathóné Bicsák Éva klinikai és mentálhigiéniai gyermek- és ifjúsági szakpszichológus
Szebeni-Kapitány Dóra logopédus

Gyökerek és szárnyak EFOP-3.1.6-16-2017-00002 pályázat keretében tanulás-módszertani szolgáltatás bevezetése történik a Baranya Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Megyei Szakértői Bizottság fejlesztésalapú diagnosztikus gyakorlatába. A szolgáltatás célja a Megyei Szakértői Bizottságban vizsgált tanulók tanulási szokásainak átformálása, a tanuláshoz nélkülözhetetlen alapképességeik fejlődésére vonatkozó ajánlások megfogalmazása. Emellett útmutatást adunk a sérülés-specifikus és az egyéni sajátosságaiknak megfelelő tanulási módszerük kialakítására. A tanulási képesség- vizsgálaton túl tanulás-technikát és tanulási szokásokat megismerő diagnosztikus vizsgálatot végzünk. A tanulási diagnózisban feltérképezésre kerülnek a tanulási attitűdök, az életkor- és probléma-specifikus szükségletek, feltárjuk a vezető reprodukciós stratégiákat, a domináns tanulási stílust. Erre építve kerülnek meghatározásra a produktív tanulási technikák, módszerek, munkamódok és a tanulást támogató eszközök, amikről a tanulási képességek fejlesztési javaslataival együtt tájékoztatást adunk a szülőnek. Összeállítunk egy a gyermek személyére szabott javaslatsort az otthoni tanuláshoz, valamint egyet az iskola részére is. (1. sz. és 2. sz. melléklet)

Ha problémás a tanulás, meg kell figyelni, miben nyilvánul meg.

Ha olvasásban, írásban ismétlődő hibákat tapasztalunk (pl. betűtévesztések), számolási nehézségei vannak, nem tud tartósan figyelni, akkor Szakértői Bizottságnál képességvizsgálatot célszerű kezdeményezni. Ezek a területek megfelelő szakember segítségével fejleszthetők.

Ha hirtelen teljesítményromlást tapasztalunk, akkor gondolnunk kell arra, hogy elvesztette a tanuló a motivációját. Az okok felderítéséhez nevelési tanácsadás keretében kérhetnek segítséget.

Ha túl sok időt tölt a tanulással, és ez nem jár együtt az eredményességgel, vagy nem megy az önálló munka, a megtanultakat hamar elfelejti, akkor tanulásmódszertani problémákra kell gondolnunk. Ebben az esetben nyújt segítséget a tanulás-módszertani tanácsadás.

Program résztvevői

A Megyei Szakértői Bizottság vizsgálatán azok a tanulók vesznek részt, akiknél a területileg illetékes Járási Szakértői Bizottság véleménye alapján felmerül a sajátos nevelési igény gyanúja. Programunkban közülük azok a 10 év feletti tanulók szerepelnek, akik Bizottságunk véleménye alapján tanulási zavar diagnózist kapnak, vagy akiknél tanulási nehézséget állapítunk meg.

A tanulási nehézség és tanulási zavar megkülönböztetéseként elmondható, hogy „a **tanulási nehézségekkel** rendelkező tanulók (...) valamilyen oknál fogva elmaradtak a tanulásban, de **rendelkeznek a fejlődés potenciális lehetőségeivel. Speciális bánásmód esetén lemaradásuk** behozható, a tanulmányi teljesítmény emelhető.” (Porkolábné és Gergencsik, 1989:126).

Sarkady Kamilla és Zsoldos Márta (1992/93) **tanulási zavarnak** tekintik azt az - intelligencia szint alapján elvárhatónál lényegesen - alacsonyabb tanulási teljesítményt, amely neurológiai deficit vagy funkciózavar talaján jön létre sajátos kognitív pszichológiai tünetegyüttessel. Tüneti szinten a specifikus tanulási zavarokat olvasászavarnak (diszlexia), számolászavarnak (diszkalkulia), írászavarnak (diszgráfia) nevezik, ugyanakkor a készségbeli hiányosságok terén jelentős elmaradások vannak (Gyarmathy, 2007).

Fontos elkülöníteni az értelmi fogyatékoságot és a tanulási zavarokat. Az értelmi fogyatékosok intelligencia tesztjében általános és egyenletes elmaradás látszik, míg a tanulási zavarokkal küzdők kiegyenlített képzet mutatnak (Gaddes, 1985, idézi Gyarmathy, 2007).

A tanulási zavarok azonosításában jelentős szerepük van a Wechsler-féle intelligencia teszt gyerek változatainak, hiszen a szubtesztek szórásában jelentős különbséget tapasztaltak ezeknél a gyerekeknél (Miller, 1982; idézi Gyarmathy 2007).

A széles körben elfogadott neuropszichológiai elméletek szerint a tanulási zavarok háttérben diagnosztikus eszközökkel ritkán kimutatható, minimális organikus sérülések állhatnak (melyek nem vezetnek általános mentális retardációhoz), ezért a tanulási rendellenességeket az agy működésbeli rendellenességeivel hozzák összefüggésbe (Gerebenné, 1996; Kirk & Becker, 1963, idézi Gyarmathy, 2007).

Tanulásmódszertan általános bemutatása

Az élethosszig tartó tanulás szükségességét egyre többször hangsúlyozzák. A tanulóknak tehát konkrét tanulási módszereket, módszerrendszert kell tanítani. A tanulás tanítása indokoltnak látszik, hiszen a gyermekek sikertelensége gyakran a helytelen tanulási szokásokra vezethető vissza. A családi, szociális helyzetből fakadó hátrányok miatt sokan nem kapják meg azt a fajta segítséget, ami megkönnyítené a tananyag elsajátítását. A tanulók hasznosítható tudással, tapasztalatokkal kell, hogy rendelkezzenek.

A **tanulásmódszertan feladata** olyan tanulási módszereknek és annak a szemléletmódnak a támogatása, melyek bármely tantárgy eredményes tanulásához, és a tanuló további tanulmányainak sikeres teljesítéséhez is biztos alapot adnak. Arra ösztönzi a tanulókat, hogy a tanulással kapcsolatos problémákra megoldást találjanak, a tanulást megfelelően illesszék be mindennapi életükbe. Célja továbbá a megismeréshez való megfelelő hozzáállás kialakítása, a motiváltság és a személyes érdekelttség elérése (*Arany János Tehetséggyógyító Program*). A hatékony tanulási módszereket automatikussá, szokássá kell tenni. „A jó szokások elsajátításához tanulási tanácsok megfogalmazásán, megfogadásán, akarati megvalósításán át vezet az út. A helyes tanulási szokások a délelőtti iskolai tanulásra és a délutáni önálló tanulásra egyaránt vonatkoznak.” (*Arany János Tehetséggyógyító Program*).

„A tanulás módszereinek bemutatása és elsajátíttatása, a saját tanulási módszerek, eljárások kialakítása, rutinszerű gyakorlása a tanulás tanításának legkonkrétabb követelménye. Ez a szűk értelemben vett tanulásmódszertan, ennek veszi hasznát a gyerek közvetlenül és azonnal, s ezt a hasznosságot – szemben a többi fejlesztési követelmény hosszabb távú megvalósulásával – észreveszi maga is. Ezeknek a praktikus és egyszerű módszereknek az elsajátíttatása adja meg a tanulásmódszertan tanulásának hitelét.” (*Arany János Tehetséggyógyító Program*).

Tanulásmódszertani célok :

- a tanulásra alkalmas állapot kialakítása
- képességek fejlesztése
- a tanuláshoz való viszony formálása
- személyiségfejlesztés
- tanulási szokások alakítása

I. A tanulásra alkalmas állapot kialakítása:

1. Külső körülmények:

- rend
- csend
- fény
- megfelelő testhelyzet

2. Belső körülmények:

- pihent állapot
- test-lelki egyensúly
- ne légy feszült (relax technikák)
- önismeret, önbizalom
- kíváncsiság, érdeklődés
- célok, akarat

II. A tanulóhoz szükséges alapképességek fejlesztése a közoktatás teljes időszakának alapvető követelménye. Ezen alapképességek iskolai kibontakoztatása az alsó, majd a felső tagozaton és a középiskolában történik.

A tanulóhoz szükséges alapképességek:

- Koncentrációs képesség (A tanulás közbeni helyes figyelem kialakítása elengedhetetlen, a figyelem tartósságának és mélységének növelése mellett.)
- Beszédképesség (A beszéd fejlesztése a szóbeli és az írásbeli kifejezőképesség árnyaltabbá válását teszi lehetővé, ez fontos a beszédtechnika, szereplés gyakorlása és a szókincsfejlesztés miatt.)
- Olvasás (Jó szövegértéssel való olvasás nélkül nem képzelhető el eredményes tanulás.)
- Emlékezőképesség (Az emlékezeti képesség gyakorlással jelentősen fejleszhető.)
- Gondolkodási képesség, önművelés (A probléma-helyzetekben való gondolkodás, a tájékozódó képesség fejlettsége fontos a tanulóhoz.)

III. Tanuláshoz való viszony formálása:

„Ahhoz, hogy hatékonyan tudjuk segíteni az iskolai tanulást, minél pontosabban ismernünk kell a diákok sajátosságait, mert a különböző képességű tanulókat más-más módszerekkel tudjuk támogatni. A tanulók között egyéni különbségek azonban nemcsak az általános tanulási képességek terén vannak, hanem a megismerő folyamatok legkülönbözőbb területein, az észleléstől a figyelmi folyamatokon és a memóriefunkciókon át a gondolkodásig.” (Bernáth, N. Kollár és Németh, 2015: 11)

A tanulási stílus tehát, az információ felvételének és feldolgozásának egyénre jellemző módja (Ford és Chen, 2001).

A tanulási stílusokat több szempont alapján is rendszerezhetjük.

Érzéketi modalitások alapján megkülönböztetünk vizuális, auditív, taktilis-kinesztetikus és vegyes stílusokat. (Lappints, 2002)

- A *vizuális* tanulási stílust kedvelő tanulók a látás útján szerzett információkat preferálják. Segítséget jelent számukra, ha ábrákkal, grafikonokkal, képekkel szemléltetjük a tananyagot.
- „Az *auditív* tanulók a hallási észlelés csatornán keresztül szeretnek tanulni.” (Gyarmathy, 2007: 195.) Segítség nekik, ha hallják a tananyagot, megbeszélhetik azt.
- A *kinesztetikus/ taktilis-kinesztetikus* típusú tanulók számára a mozgás, tapintás segítségével hatékony a tanulás. Sokszor mozdulatokhoz kötik a tananyagot, tanulás közben sétálnak is.
- A *vegyes* tanulási stílusú tanuló több stíusból építi föl a stratégiáját, nincs domináns tanulási stílusa.

Társas környezet alapján megkülönböztethetjük az egyéni és társas tanulási stílust. (Lappints, 2002)

- A *társas* tanulási stílust kedvelő tanulók számára társaságban hatékonyabb a tanulás, mintha egyedül végeznék. Náluk kedvező módszer lehet a csoportmunka, vagy tanulópár keresése. Igénybe veszik a társak segítségét, magyarázatát.
- Az *egyéni* tanulást preferálók számára a csend és a nyugalom megteremtése fontos. Hátráltatónak, zavarónak érezhetik a társak jelenlétét.

IV. Személyiségre is hat

A tanuláshoz való viszony formálása személyiségfejlesztő hatású. A gyerekek megismerik saját képességeiket, meg tudják fogalmazni céljaikat, megtanulják hogyan lehet a sikertelenségek után újrakezdeni. Olyan tulajdonságaik fejlődnek, mint a kitartás, alaposág, önállóság, rendszeret.

V. A tanulási szokások alakítása:

A tanulók aktuális szokásainak megismerése alapján a célszerűtlen szokások elhagyásának, jó szokások felvételének kezdeményezése, helyes szokások gyakorlása, kondicionálása

A tananyag elsajátításának segítői:

- lényeg megragadása (kiemelés, aláhúzás)
- jegyzetelés
- ábrák, vázlatok használata, készítése
- koncentráció
- ismétlés, memorizálás (hangosan is)
- szövegfeldolgozás

Felhasznált irodalom:

- Dr. Gyarmathy Éva: Diszlexia. A specifikus tanulási zavar. Lélekben Otthon Kiadó 2007.
- Porkolábné Balogh Katalin- S. Gerencsik Eszter (1989): Pedagógiai-pszichológia, Tankönyvkiadó Vállalat, Budapest 126.
- Sarkady K. & Zsoldos M. (1992/93) Koncepcionális kérdések a tanulási zavar körül. Magyar Pszichológiai Szemle, (3-4) 259-270.
- Gerebenné Várbiro K. (1996) A tanulási zavar jelenségkörének gyógypedagógiai pszichológiai értelmezése.
In. (szerk.) Zászkaliczky Péter: "...önmagában véve senki sem,,,"
Tanulmányok a gyógypedagógiai pszichológia és határtudományai köréből.
Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola, Budapest.
- <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=tanulj+tanulni+program> Szász Endre Általános Iskola Letöltés ideje: 2021. 12. 04. 15:52
- <http://hatekonytanulas.blogspot.com/2012/05/tanulasi-stilusok.html> Letöltés ideje: 2018. 05. 30. 10:07
- https://www.oktatas.hu/koznevelés/kerettantervek/2020_nat/AJTP_kerettantervek
Letöltés ideje:2021.12.04. 15:50
- Lappints, Á. (2002): Tanuláspedagógia. A tanulás tanításának alapjai. Comenius, Budapest.
- Ford, N., Chen, S. Y. (2001): Matching/mismatching revisited: an empirical study of learning and teaching styles. British Journal of Educational Technology, 32, 1, 5–22.
- Oroszlány Péter: Könyv a tanulásról. AKG Kiadó Budapest 1995

1. melléklet

JAVASLATOK ISKOLAI OKTATÁSHOZ

I. Javaslatok a verbális megértés problémájára

- Az anyag tanítása előtt az új kifejezéseket és fogalmakat magyarázzuk el („szótár füzet”)
- A dolgozat vagy felelés előtt ellenőrizzük, hogy a gyerek megértette-e az instrukciót és az útmutatást
- Tanítsuk meg a diáknak, hogy felismerje, amikor nem érti az utasítást vagy feladatot, kérjen tisztázást
- Alkalmazzunk kevesebb verbális választ igénylő módszereket (igaz/hamis, többszörös választás, rövid kérdések)
- Csökkentsük a nyelvi megértés követelményét, alacsonyabb olvasási szintnek megfelelő nyelvezetet és szerkezeteket használjunk
- Minimalizáljuk a szóbeli beszámolókat
- Vizuális bemutatók, modellek és egyéb konstrukciók lehetővé tétele
 - o Képek, rajzok, diagramok, táblázatok, térképek, folyamatábrák, logikai modellek használata
 - o Tanítsuk meg, hogy a hallottakat jelenítse meg vizuálisan, kiegészítve a nyelvet képi és műveleti reprezentációval
 - o Alkalmazzunk az utasításhoz olyan stratégiákat, amelyek nem támaszkodnak a nyelvre, vagy más formákat is tartalmaznak
 - o Fogalmak és eljárások tanításához bemutatás és modellezés
- Készíthessen hangfelvételt
- Ültessük a tanári asztalhoz közel, a zajforrásoktól távol

II. Javaslatok a vizuális feldolgozás problémájára

- Egészítsük ki a vizuális bemutatást világos verbális instrukciókkal
- A téri szervezést igénylő feladatokhoz nyújtsunk verbális támogatást
- Részesítsük előnyben a szóbeli beszámolót
- Tegyük lehetővé a konkrét tárgyi cselekvést, manipulációt (élményszintű ismeretszerzés, kísérletek, játékok)
- Ne kérjünk másolást a tábláról (kapja meg nyomtatva vagy online, készíthessen fotót az órai vázlatról)
- Ha másolni kell, ne várjunk el gyorsaságot; biztosítsunk többlet időt a feladatra
- Másolás közben használjon a pedagógus verbális közvetítést
- Használjunk extra vizuális strukturálást
 - o pl. bal margó legyen piros, a jobb oldali kék
 - o egy oldalon kevés feladat legyen, a megoldáshoz nagy felület
 - o színes jelölőcímké használata
- Csak a szükséges anyagok legyenek a látóterében

III. Javaslatok a munkamemória problémájára

- Előzzük meg, hogy eltévedjen egy komplex feladaton belül
 - o Egyszerű és rövid instrukciók; ahol csak lehet egyéni lépésekre bontsuk az instrukciót
 - o A tárgyhoz nem tartozó verbalizáció limitálásával
 - o Huzamosabb ideig tartó feladatoknál az eredeti utasítás megismétlése helyett, az adott szakaszhoz kritikus információkra emlékeztessük a gyereket
- Ismételjük meg az utasítást
- Kérjük a gyerektől a lényeges információk megismétlését
- Bátorítsuk, hogy kérdezze meg az elfelejtett információkat
- Az egyes lépésekhez adjunk specifikus emlékeztetőket
- Gyakoroltassunk emlékezeti stratégiákat
- Adjunk külső emlékezeti támpontokat (mnemotechnikai stratégiák)
- Iskolai számonkérésnél engedjük meg az emlékezést támogató eszközök használatát: ezek a műveletek használatára és nem a megtanulandó tartalmakra vonatkoznak (saját maga által összeállított kulcsszavak, rajzok, táblázatok, algoritmusok)
- Memoriterek mennyiségének csökkentése
- Nyitott végű kérdések alkalmazása
- Adjuk meg a leadott anyag szerkezetét és vázlatát (kapja meg nyomtatva vagy online, készíthessen fotót az órai vázlatról)

IV. Javaslatok a feldolgozási sebesség problémájára

- Engedélyezzünk hosszabb reaklási időt
 - o Szóbeli kérdésnél a szóbeli válaszra
 - o Tevékenységek közötti választásnál a döntésre
 - o A feladatok megoldására
- Ne kérjünk időnyomás alatti feladatvégzést
- Másolásnál ne várjunk el gyorsaságot, adjunk több időt hibák korrigálására
- Adjunk elegendő időt a feladat megoldásra vagy csökkentjük az adott idő alatt elvégzendő feladatok mennyiségét (emiatt ne kerüljön a negatív figyelem fókuszába)
 - o Rövidítsük le az írásos gyakorló feladatokat úgy, hogy az egyes egységekből kevesebb ismétlést kérünk
 - o Dolgozatnál csökkentett írásbeli választ várjunk el (pl. többszörös választás, igaz/hamis, rövid kérdés-rövid válasz)
 - o Produkció minőségének előnyben részesítése céljából csökkentjük az elvégzendő munka mennyiségét
- Időkorláthoz kötött táblai másolás helyett adjuk oda a jegyzetelni valót (kapja meg nyomtatva vagy online, készíthessen fotót az órai vázlatról)
- Magnóra mondja a válaszokat
- Szünetek biztosítása

(Mészáros Andrea, 2012.)

2. melléklet

JAVASLATOK OTTHONI TANULÁSHOZ

I. Ha problémás a verbális megértés:

- Egyszerűsítsük a feladat, az utasítás szövegnyelvezetét
- Kérdezzük meg a gyereket, hogy megértette-e az utasítást
 - o Ellenőrzésként kérjük, ismétlje meg az utasítást
 - o Ha nem értette meg
 - Akkor egyszerűbb nyelvhasználattal írjuk körül a feladatot
 - Bontsuk részekre az utasítást
 - Tanítsuk meg a gyereknek, hogy felismerje, mikor nem érti az utasítást vagy feladatot, kérjen segítséget, magyarázatot
- Fontos a megtanulandó anyagban szereplő új kifejezések és fogalmak
 - o Elmagyarázása („szótár füzet”)
 - o Értelmező kéziszótár/idegen szavak szótára (online/ nyomtatott) használatának megtanítása
 - o A gyerek számára már ismert helyzetbe helyezve mondjunk példákat
 - o Ha nem értette meg, akkor egyszerűbb nyelvhasználattal írjuk körül, magyarázzuk el a kifejezéseket, bontsuk részekre a magyarázatot
- A megtanulandó anyagból készítsen rövid, tömör jegyzetet egyszerűbb szóhasználattal
- Tanuláskor használjon képeket, ábrákat, grafikonokat, diagramokat, táblázatokat, térképet, folyamatábrákat, logikai modelleket (egyeztessünk a szaktanárokkal ezek használatáról az iskolai számonkérés során)
- A megtanult anyag ellenőrzésére alkalmazzunk kevesebb szóbeli választ igénylő módszereket
 - o Pl.: rövid kérdések feltétele, melyekre
 - Igaz/hamis választ kell adni
 - több lehetséges válaszból válassza ki a jót
 - o A gyerekekkel való beszélgetés során a válaszokban ismétljük meg a gyerek közlését az életkorának megfelelő szókinccsel és mondat szerkezettel átalakítva
- Önálló tanulásakor legyen csend körülötte

Hogyan tanuljon, ha a verbális megértés az erőssége?

- Hangosan, ismételve tanuljon
- Hangosan olvasson
- Lecke felmondása (magának, másnak, magnóra)
- Instrukciókat lehetőleg hangosan olvassa el és ismétlje meg, értelmezve azt
- Mozgást igénylő feladatban (pl. írás, rajzolás) bátorítsuk arra, hogy tevékenységét lehetőleg hangosan, mondatokkal kísérje

II. Ha problémás a vizuális feldolgozás:

- A szóbeli utasítások legyenek egyértelműek, rövidek és világosak
- Hangosan, mutogatva tanuljon
- A térben való tájékozódást igénylő feladatoknál szóban segítsük, mit kell tennie
- Magában folyamatosan mondja, mit tesz pl. mit ír, hova írni stb.
- Ha másolni kell:
 - o ne várjunk el gyorsaságot
 - o mondja magában, amit ír
- Használjon extra vizuális strukturálást
 - o pl. bal margó legyen piros, a jobb oldali kék
 - o egy oldalon kevés feladat legyen, a megoldáshoz nagy felület
 - o színes jelölőcímké használata
 - o színes szövegkiemelő használata

- Egy oldalon kevés megoldandó feladat legyen (takarja le a többit), a megoldáshoz nagy felület álljon rendelkezésre
- Csak a szükséges anyagok legyenek a látóterében
- Tegyük lehetővé, hogy a tanultakat a gyakorlatban is kipróbálja, pl. sütéskor együtt mérjen velünk

Hogyan tanuljon, ha a vizuális feldolgozás az erőssége?

- Használjon képeket, színeket, ábrákat, grafikonokat
- Képzelve el, amit tanul

III. Munkamemória problémák esetén:

- Olvassa el a feladatot és ismétlje meg a saját szavaival, mit kell tanulnia
- Egyszerű és rövid utasításokat adjunk
 - o Többször ismétljük meg az utasítást
 - o Ahol csak lehet, bontsuk több apró lépésre az instrukciót, ezekhez adjunk sajátos emlékeztetőket
 - o A megoldáshoz szükséges információkra emlékeztessük a gyereket
- Egyszerre csak egy dolgot kérjünk tőle
- Egyszerre csak egy dolgot tegyen
- Bontsa több lépésre a feladat megoldását, és egyszerre csak ezekkel a kisebb feladatokkal foglalkozzon
- Bátorítsuk, hogy kérdezze meg az elfelejtett információkat
- Tanítsunk meg neki/alkalmazzon emlékezeti stratégiákat:
 - o Asszociáció: könnyebb megtanulni és előhívni valamit, ha azt egy ismerős dologgal kapcsoljuk össze
 - o Specifikus adatok összekapcsolása (pl. évszám) személyi adatokkal (pl. születésnap, karácsony)
 - o Új nevek összekapcsolása már ismert nevű személyekkel
 - o A személy nevének összekapcsolása valamilyen fizikai tulajdonságával
 - o Tevékenységek összekapcsolása
 - o A megtanulandó anyag többféle helyzetben történő ismételtetése és előhívása – túltanulás
- Legyen „nem árt felírni” füzet, amibe a fontosabb teendőket felírja
- Játsszunk vele memórijátékokat

IV. Feldolgozási sebesség problémákra javaslatok:

- Ne süssünk
- Adjunk több időt:
 - o Szóbeli kérdésnél a szóbeli válaszra
 - o Tevékenységek közötti választásnál a döntésre
 - o a feladatmegoldásra vagy csökkentjük az adott idő alatt elvégzendő feladatok mennyiségét
- Másolásnál ne várjunk el gyorsaságot, adjunk több időt a hibák korrigálására
- Tanítsuk meg a gyerekeknek, hogy hogyan tudja követni az egyes feladatokkal töltött időt (pl. stopper/ sütőóra használata, jegyezze fel a kezdést és a befejezést)
- Olvasson gyakori szavakból álló listán, amilyen gyorsan csak tud
- Számoljon ki egyszerű matematika példákat a lehető leggyorsabban
- Számítógépes fejlesztő programok használata
- 20-30 percenként szünet beiktatása

Egyéb:

- Tanulás iránti motiváció fenntartása:
 - o Gyakori dicséret
 - o Ne az elért eredmény, hanem az erőfeszítést értékelje, jutalmazza
 - o Egyértelmű, rövidtávú és hosszútávú célok megfogalmazása

(Mészáros Andrea, 2012.)