

# Dyslexie / Dysorthographie

## En quelques mots

La dyslexie-dysorthographie est un trouble neurologique qui entraîne des difficultés importantes à **lire** et à **écrire**.

**Dyslexie:** Trouble persistant de l'acquisition et de l'automatisation de la **lecture**. Ce trouble affecte la vitesse et la précision en lecture. Il engendre donc souvent une lecture imprécise qui nuit grandement à la **compréhension**.

**Dysorthographie:** Trouble persistant de l'acquisition et de la maîtrise de l'**orthographe**. Il affecte principalement l'apprentissage et l'automatisation de la correspondance entre l'unité sonore à son unité écrite ainsi que la capacité à se représenter visuellement l'orthographe des mots. À l'écriture, ce trouble engendre fréquemment des omissions (*fagile* pour *fragile*), des inversions (*fargile* pour *fragile*) et des substitutions de lettres ou de syllabes (*vragile* pour *fragile*).



Attention! Les personnes vivant avec la dyslexie-dysorthographie ont malgré tout de grandes forces cognitives qu'elles peuvent mettre à profit pour développer des stratégies qui compenseront leurs lacunes.

## Pour mieux me reconnaître

- Je peux confondre les lettres miroirs (b/d, p/q) et les sons proches (ch/j, d/t).
- Je peux éprouver des difficultés importantes au niveau du décodage (lecture lente et saccadée).
- Je devine parfois les mots en me fiant aux premières lettres.
- J'inverse des lettres ou des syllabes à l'intérieur des mots.
- J'éprouve des difficultés majeures en orthographe.
- Je prends beaucoup de temps pour accomplir les tâches qui demandent de lire et/ou d'écrire ou je les évite tout simplement.
- Je sens le besoin de lire à voix haute ou, à l'inverse, je refuse systématiquement de le faire.
- Ma compréhension à la lecture est difficile puisque je suis centré à essayer de décoder ce que je lis.
- J'ai peu de mémoire pour les consignes verbales.
- J'ai une faible estime de moi.

## Pour bien m'intégrer

### En activité

« Je peux prendre beaucoup de temps pour les activités ou les tâches qui demandent de lire ou d'écrire. Je peux même éviter de faire les tâches qui requièrent de la lecture ou de l'écriture. »



**TRUCS :** Autant que possible, limitez la lecture à certaines parties du texte ou de l'activité. Accordez plus de temps pour lire. Ne mettez pas de pression sur la personne. Accompagnez-la dans sa lecture : lisez chacun une partie! Limitez les distractions pour favoriser la concentration. Assurez-vous qu'elle a compris ce qu'elle a lu. Remplacez, à l'occasion, le texte pour une activité par un enregistrement audio, des images ou des photos (ex. : chasse au trésor imagée, énigmes illustrées, rallye photo).

### Estime de soi

« Puisqu'il m'arrive de ne pas bien comprendre ce que je lis ou de ne pas prononcer les bons mots quand je lis, cela affecte mon estime de moi. »



**TRUCS :** N'obligez jamais la personne à lire à voix haute si elle ne se sent pas à l'aise. Si elle souhaite le faire et qu'elle se trompe ou que sa lecture est lente et ardue, n'exercez pas de pression sur elle. Encouragez-la! Montrez-vous sensible aux réactions des autres. Établissez un climat de respect.

Prenez garde de tout faire ou tout lire à la place de la personne! Celle-ci doit se sentir autonome et compétente pour ce qui lui est demandé.

### Face aux consignes

« Pour que je puisse bien respecter les consignes qui me sont données, il est important que je les comprenne. »

Si cela est vrai pour l'ensemble des personnes, c'est aussi le cas de celles vivant avec la dyslexie. La transmission des consignes se doit d'être inclusive.



**TRUCS :** Évitez les textes en trop sur les affiches de consignes ou de règles : phrases courtes et mots simples. Illustrez les textes avec des images, ce qui sera aussi bénéfique pour le reste du groupe. Plus visuelles, les consignes seront mieux comprises. Expliquez-les verbalement aussi.

### À GARDER EN TÊTE!

- Les activités et le sport peuvent redonner confiance aux personnes dyslexiques-dysorthographiques.
- Faire régulièrement de l'activité physique permet à ces personnes d'améliorer leur concentration, leur mémoire et leur attention, facilitant ainsi leur motivation à faire face aux difficultés d'apprentissage.
- Accompagnez (lecture, écriture), encouragez et félicitez chaque petite réussite!