

Dislexia en adultos

La mayoría de los adultos disléxicos han aprendido estrategias de compensación para lidiar con las dificultades que genera la dislexia y muchas veces los demás ni siquiera perciben el gran esfuerzo que realizan. El contenido presentado en este libro puede trasladarse en gran medida a la vida adulta.

Posibles dificultades: errores aislados de lectura en voz alta, faltas de ortografía, dedicar más tiempo a las tareas de lectura y escritura. En la práctica, estas dificultades pueden traducirse en evitar escribir cuando hay personas delante, o en encontrar dificultades a la hora de rellenar cuestionarios (Capítulo 1).

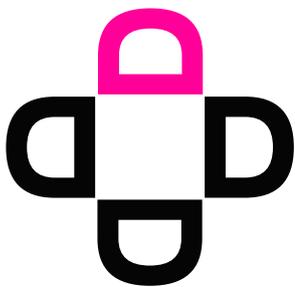
Estrategias de compensación: alta capacidad de trabajo, uso frecuente de soportes complementarios al texto escrito (vídeos, mapas mentales, imágenes), estrategias lingüísticas creativas para evitar errores (uso de sinónimos, cambiar frases), revisión de textos importantes, convertirse en autodidacta, o desarrollar capacidad para mantener la calma, pues el estrés aumenta las dificultades (Capítulos 6 y 7).

Tecnología asistida: para compensar es frecuente el uso de correctores automáticos, así como el uso del dictado automático para escribir textos, correos electrónicos o mensajes en el teléfono móvil, y el uso de lectores de texto para comprender textos especialmente largos (Capítulo 2).

Autoestima: la mayoría de las personas con dislexia han sufrido una falta de autoestima y, de adultos, se pueden disparar las dudas sobre sus capacidades. Algunos, tras superar la dislexia, sufren el síndrome del impostor, creyendo que la gente los percibe falsamente como inteligentes. Es recomendable usar estrategias para reforzar la autoestima (Capítulo 8).

Fortalezas: alta capacidad de trabajo, perseverancia, resiliencia, capacidad autodidacta, alta capacidad de adaptación al cambio, creatividad para resolver proble-

CHANGE DYSLEXIA



www.changedyslexia.org

mas y relacionar las ideas de manera más simple, pensamiento «fuera de la caja» o novedoso, memoria declarativa muy desarrollada, altas habilidades visoespaciales, uso del aprendizaje visual, pensamiento holístico y altas aptitudes para el emprendimiento (Capítulo 9).



www.changedyslexia.org