

# 学习障碍是什么？

作者：Trynia Kaufman 理学硕士

我们与Understood.org合作，为教育工作者和家庭提供有关学习差异的，经过专家审核、基于证据的资源。

## 概览

- 学习障碍是阅读、写作和数学方面的挑战。
- 5%到15%的人有学习障碍。
- 学习障碍不会随着年龄的增长而消失，但有一些策略和支持可以提供帮助。

学习障碍是阅读、写作和数学方面的终生挑战。这会影响到个人在学校、工作和日常生活中的表现。

5%到15%的人有学习障碍。有些人只在一个方面遇到困难。然而，在不止一方面遇到困难是很常见的。

学习障碍是由生理差异造成的。研究表明，有学习障碍的人的大脑结构和功能会有所不同。遗传也是部分原因。学习障碍往往有家族遗传。

学习障碍是真实存在的。有这些障碍的人并非“只是懒惰”。而且学习障碍与智力无关。

您可能会听到被称为学习困难或特殊学习障碍的学习障碍。您可能还会听到有关特定类型的学习障碍的术语，例如读写障碍或计算障碍。

大多数学习障碍都不会随着年龄增长而消失。但是，有一些策略、支持和教学方法可以帮助有学习障碍的人茁壮成长。

## 学习障碍的迹象

迹象取决于学习障碍的类型。种种迹象可能会在不同年龄和不同的人身上以不同的方式出现。并不是每个人都会遇到同样程度的困难。

您可能还会看到与技能没有直接关系的迹象。有学习障碍的人更容易产生焦虑或自卑感。孩子可能会试图通过在学校或家里恶作剧来掩盖他们面临的挑战。而且，各个年龄段的人都可能会逃避他们难以完成的任务。

- [了解读写障碍的迹象。](#)
- [了解计算障碍的迹象。](#)
- [了解书面表达障碍的迹象。](#)

## 学习障碍的原因

研究人员并不清楚导致学习障碍的确切原因。但是，他们确实知道基因和大脑差异是其中的一些因素。

学习障碍往往有家族遗传。如果一个人的父母或兄弟姐妹有学习障碍，他们自己亦有学习障碍的可能性是其他人的4到10倍。研究人员已经发现了多个可能起作用的基因。

了解显示有和没有学习障碍的人之间的大脑差异的[大脑成像研究](#)。

## 学习障碍的诊断方法

确定某人是否有学习障碍的唯一方法是进行评估。这可以在学校进行，也可以私下进行。

有几种类型的专业人员可以进行学习障碍评估。其中包括学校心理学家、临床心理学家和神经心理学家。

评估将察看个人在阅读、写作和数学技能方面的具体优势和挑战。

进一步了解学习障碍[评估](#)。

## 下一步

知道有一些教学方法和策略可以帮助培养这些技能这点很重要。得出诊断（学校称之为鉴定），将有助儿童在学校得到支持和服务，并可能让有学习障碍的成年人在工作中得到配合。

获得正确的帮助和支持可以让有学习障碍的人在学校、工作和社区中茁壮成长。

**父母和监护人：**了解如何申请免费的学校评估。

**教育工作者：**探索常见的学校无障碍设施和调整。

**成人和雇主：**了解工作场所无障碍配合措施。

## 作者

**Trynia Kaufman** 理学硕士是 Understood 的编辑研究高级经理。她曾是一名教育工作者，并经常在全国的教育会议上发言。

## 审稿人

**Ellen Braaten** 博士是 Massachusetts General Hospital（麻省总医院）LEAP（学习和情绪评估计划）的总监。