

7 powodów, dla których warto czytać książki



Wyniki badań poziomu czytelnictwa nie dają powodów do dumy: W ciągu minionych 12 miesięcy tylko 38% Polaków przeczytało przynajmniej jedną książkę - wynika z pierwszych informacji przekazanych przez Bibliotekę Narodową. Książka konkurować musiała także z nowymi mediami, po które sięgaliśmy znacznie chętniej. Wypadamy naprawdę kiepsko, ponieważ w większości krajów Europy poziom czytelnictwa to ponad 50 proc. Korzyści z czytania książek jest naprawdę bardzo wiele i warto sobie uświadomić, co tracimy, gdy dzieła literackie leżą nieużywane na półce.



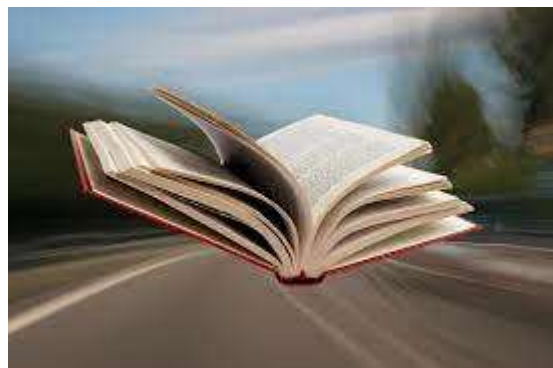
Poszerzanie wiedzy

- Im więcej czytamy, tym więcej wiemy. Oczywiście nie musimy czytać tylko encyklopedii, bardzo często książki przygodowe, powieści i dramaty mogą też nas czegoś nauczyć, przekazać cenne myśli. Na rynku dostępnych jest też wiele poradników i książek psychologicznych, które mogą pomóc rozwiązać problemy i rozwiać wątpliwości, a także nabyć cenną wiedzę.



Rozwijanie wyobraźni

- ▶ Czytanie sprawia, że wizualizujemy w głowie treści, które przyswajamy i dzięki temu widzimy je tak, jak nie zobaczy ich nikt inny. Stwarzamy sobie w głowie obraz miejsc, osób i wydarzeń. Można powiedzieć, że reżyserujemy przedstawiony w książce świat i na jego podstawie kręcimy film we własnej świadomości. Dzięki czytaniu potrafimy odnaleźć się w otaczającym nas świecie, szybciej zdawać sobie sprawę z różnych rzeczy, jesteśmy bardziej świadomi siebie i świata, lepiej go odbieramy i rozumiemy. Potrafimy przenieść różne sytuacje z książek do życia codziennego, zazwyczaj podświadomie, ale dzięki temu umiemy wiele przewidzieć i z wieloma zadaniami sobie poradzić.



Wzbogacanie słownictwa



- ▶ To niekwestionowana korzyść płynąca z czytania. Im więcej czytamy, tym więcej słów poznajemy. Pewnie zdarzyło się podczas czytania trafić na słowo, z którym dotychczas się nie spotkaliśmy. W ten sposób stajemy się bardziej elokwentni i zyskujemy większą łatwość w wypowiedaniu się. Obecnie pisarze prześcigają się w tworzeniu coraz to ciekawszych i bardziej błyskotliwych sformułowań, a niektóre z nich weszły już na stałe do języka codziennego.

Nabywanie cech dobrego rozmówcy

Czytanie czyni nas świetnymi rozmówcami i wyrabia nawyki prowadzenia mądrych dialogów. Książki możemy traktować jako źródło wiedzy, poszerzania horyzontów i wzbogacania słownictwa. Wybierajmy książki z różnych dziedzin, troszkę historii w tle, czyjejs biografii, książki psychologiczne, thrillery, a nawet kryminały. Każda z nich niesie ze sobą inny przekaz i inny rodzaj informacji. Za pośrednictwem książki jego autor się z nami komunikuje. Odbierając ten przekaz my również uczymy się komunikować z innymi.



Satysfakcja i zabijanie nudy



- ▶ Przy brzydkiej pogodzie znacznie trudniej jest się zmotywować do spędzania czasu na świeżym powietrzu, do spacerów czy do uprawiania sportów. Wystarczy wygodny fotel, lampka i dobra książka, aby w ciągu chwili przenieść się w inny świat i spędzić miło zimny i deszczowy wieczór. Czytanie rozwija naszą wiedzę. Przez to budujemy poczucie własnej wartości i świadomości zaznajomienia z kulturą. Czujemy się dumni, gdy słyszymy o pozycjach, które przeczytaliśmy, bo rozumiemy, o czym mowa. Sięgając po bestsellery i kultowe powieści otwieramy możliwość rozmów na ich temat i dbamy o swój duchowy rozwój, a będąc bliżej kultury czujemy się lepiej.

Poprawa koncentracji i pamięci

- ▶ To jedna z najcenniejszych zalet czytania. Dzięki książkom ćwiczymy mózg, bo musi on zapamiętywać nazwy, imiona, nazwiska, liczby, wątki i wiele innych szczegółów. Czasem nie możemy zapamiętać numeru telefonu, czyjegoś imienia czy nazwiska, ale pamiętamy, co przeczytaliśmy w książce. Dlaczego tak jest? Książka daje nam kompletną informację, zamkniętą i opracowaną pewną historią. Dzięki temu łatwiej się na niej skupiamy i zaciekawiamy tym, co prezentuje. Czytanie książki niejako wymusza na nas zdolność koncentracji. Podczas czytania mózg jest stale stymulowany, dzięki czemu zmniejsza się ryzyko zachorowania na chorobę Alzheimera lub demencję.



Dziękuję za uwagę!

Prezentacja multimedialna przygotowana w ramach realizacji „Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa 2.0 na lata 2021-2025”

Przygotowanie - mgr Halina Iwaniuk