

5

najważniejszych korzyści z czytania

Specjaliści zajmujący się rozwojem dziecka w sposób szczególny podkreślają wpływ czytania na aktywizację pięciu obszarów kompetencyjnych: komunikacji, odpoczynku, inteligencji emocjonalnej, koncentracji i emocji.

W dzisiejszym świecie książka nie jest dla naszych dzieci ani jedynym źródłem informacji, ani głównym źródłem rozrywki. Dlaczego zatem wciąż sięgają po książki? Dlaczego nam, rodzicom, powinno zależeć, aby to robiły?

1. Komunikacja

Czytanie poszerza doświadczenia językowe dziecka, rozwija słownictwo, uczy wyrażać myśli i rozumieć sposoby mówienia innych ludzi. Im bogatszy język, tym sprawniejsze wyrażanie własnego zdania, lepsza umiejętność werbalizowania uczuć i potrzeb. Przeczytane w książkach historie uczą dostrzegania związków przyczynowo-skutkowych, odnajdywania zależności i wyciągania własnych wniosków. Jednym słowem, czytanie kształtuje umiejętność samodzielnego myślenia i formułowania myśli – kompetencje niezbędne do właściwego funkcjonowania społecznego.

2. Odpoczynek

Są dzieci, które mają spore trudności ze zrelaksowaniem się, wyciszeniem i odpoczynkiem od nadmiaru stymulacji i wrażeń. Bywają przez to nadmiernie pobudzone i chaotyczne w działaniu.

Czytanie książek to jeden z najlepszych sposobów relaksu. Podróż w świat wyobraźni daje wytchnienie i tak potrzebną współczesnym dzieciom ciszę, zwłaszcza po zbyt długim oglądaniu telewizji czy graniu na komputerze.

3. Inteligencja emocjonalna

Samodzielne czytanie wymaga od dziecka podjęcia wysiłku oraz wytrwania w nim dla osiągnięcia celu (przeczytania książki do końca). Wyrabia w dziecku cierpliwość i umiejętność oczekiwania na nagrodę odroczoną w czasie. Nagrodę tym większą, że osiągniętą wyłącznie własną pracą. Realizowanie przez dzieci zadań z tzw. odroczonym efektem wpływa pozytywnie na rozwój ich inteligencji emocjonalnej, niezbędnej do prawidłowego funkcjonowania psychicznego.

Nauka samodzielnego czytania jest częścią mądrego wychowania, polegającego między innymi na stworzeniu klimatu, w którym nie wszystko musi być szybko, natychmiast. Kształtuje postawę cierpliwości, skupienia i refleksji nad tym, co się robi.

4. Koncentracja

Brak koncentracji u dzieci jest naturalnym zjawiskiem na jednym z etapów rozwoju. Obecnie jednak psychologowie dziecięcy, wychowawcy, a także rodzice napotykają coraz większe trudności w pracy z dzieckiem nad umiejętnością skupiania uwagi. Wynika to z rosnącej liczby bodźców, jaka otacza nas w codziennym życiu. Dzieci bywają niespokojne i nadmiernie pobudzone. Nieumiejętność skupienia się na rzeczach istotnych sprawia, że stają się niepewne siebie i trudno znoszą porażki.

Ćwiczenie koncentracji uwagi to bardzo trudne zadanie, ale niezbędne do prawidłowego rozwoju intelektualnego. Rodzice i bliscy dorośli powinni wspierać dzieci we wszystkich aktywnościach, które pomagają wydłużać czas koncentracji,

szczególnie na tych zadaniach, które wymagają niepodzielności uwagi. Jedną z takich aktywności jest właśnie nauka czytania.

5.Emocje

Treść książki często staje się pretekstem do rozmowy z rodzicami czy rówieśnikami na ważne dla dziecka tematy.

Czytanie odpowiednich książek jest polecane jako forma leczenia psychoterapeutycznego dzieci nieśmiałych, nadmiernie agresywnych, z szeroko pojętymi trudnościami w rozwoju emocjonalno-społecznym. Książka może pomóc zarówno w poznaniu sytuacji, z którymi dziecko się nie zetknęło, jak też posłużyć za temat rozmowy o trudnych emocjach, których samo doświadcza. Czytanie uczy empatii i wrażliwości.

Wspierajmy, cieszymy się z postępów, czytajmy!

Nie ma wątpliwości, że czytanie jest niezbędne dla rozwoju naszych dzieci. Na szczęście stanowi jedną z niewielu konieczności życiowych, która jest zarazem przyjemna. Sprzyja harmonijnemu rozwojowi intelektualnemu i emocjonalnemu oraz, co najważniejsze dla samego czytelnika, przynosi **mnóstwo frajdy!**

Jako rodzice **kibicujemy naszym dzieciom** w tej nauce. Zamiast sprowadzać czytanie do kolejnej metody stymulującej rozwój dziecka, spróbujmy traktować je jak wartościową zabawę lub rozrywkę, którą przecież w gruncie rzeczy jest.

Nauczmy się uznawać za sukces każdą sytuację, w której nasze dziecko samo sięga po książkę: ogląda okładkę, ilustracje, czyta pierwsze słowa, a potem zdania. Propagujmy takie zachowania, okazując zainteresowanie, rozmawiając z dzieckiem o tym, co właśnie obejrzało i przeczytało.

Pamiętajmy też, aby nigdy nie traktować czytania jak kary! Z praktyki zawodowej wiem, że niektórym rodzicom zdarza się, w odpowiedzi na złe zachowanie dziecka, stosować wariant kary „nie ma telewizji – będziesz czytać!”. Kto polubi coś, co musi robić za karę?

Kupując dzieciom zabawki edukacyjne i zapisując je na zajęcia mające rozwijać ich zainteresowania, czasem chyba zapominamy, że czytanie książek także zaspokaja wiele dziecięcych potrzeb, a nam rodzicom ułatwia życie. Umożliwienie dziecku kontaktu

z książką nie wymaga przymusu ani nacisku, pozbawione jest trudności organizacyjno-logistycznych, a dzięki niewielkim nakładom finansowym (chwała bibliotekom) książka znajduje się wprost na wyciągnięcie ręki.

Czytanie książek nie jest lekarstwem na wszystkie trudności naszych dzieci w nauce, ale niewątpliwie jest jednym z najlepszych sposobów na ich uniknięcie. Powtórzę jednak raz jeszcze: **czytanie to także świetna zabawa!**

Iwona Chądrzyńska, psycholog dziecięcy, terapeuta pedagogiczny (absolwentka Uniwersytetu Łódzkiego). Pracuje w warszawskiej poradni, gdzie zajmuje się diagnozą i terapią dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Wykładowca przedmiotów psychologicznych na studiach dla przyszłych i obecnych nauczycieli, od wielu lat prowadzi warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców. Jest zwolennikiem przysłowia chińskiego, że lepiej zapalić świecę w ciemnościach niż przeklinać, że nic nie widać. Uwielbia namawiać dzieci i rodziców do czytania.

Tekst pochodzi ze strony: <https://czytamsobie.pl/5-najwazniejszych-korzysci-z-czytania>

ZAPRASZAMY DO BIBLIOTEKI

