

dr Wanda Matras-Mastalerz
Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie
Polskie Towarzystwo Biblioterapeutyczne we Wrocławiu

Czytanie aktywizuje pięć obszarów kompetencyjnych: koncentracji, komunikacji, inteligencji emocjonalnej, emocji odpoczynku

Koncentracja

Poprawia i wydłuża czas koncentracji, stymuluje proces skupienia uwagi, usprawnia zdolność myślenia analitycznego, angażuje i pobudza do współpracy obydwie półkule mózgowe.

Uczy myślenia logicznego, przyczynowo-skutkowego, krytycznego, refleksyjnego.

Zapobiega „przebodźcowaniu” na skutek nadmiernego kontaktu z nowoczesnymi technologiami.

Komunikacja

Wzbogaca słownictwo, poszerza doświadczenia językowe, uczy języka, pozwala odkrywać nowe pojęcia, wzmacnia swobodę mówienia i wypowiadania się.

Uczy wyrażania myśli i rozumienia sposobów mówienia innych ludzi.

Przeczytane w książkach historie uczą dostrzegania związków przyczynowo-skutkowych, odnajdywania zależności i wyciągania własnych wniosków. Czytanie kształtuje umiejętność samodzielnego myślenia i formułowania myśli – kompetencje niezbędne do właściwego funkcjonowania społecznego.

Inteligencja emocjonalna i wyobraźnia

Buduje zasoby osobiste czytelników. Zaspakaja potrzeby emocjonalne.

Rozwija wyobraźnię (mózg przemienia opisy na obrazy).

Rozwija zainteresowania, wyzwala ciekawość.

Uczy wartości odróżniania dobra od zła, rozwija wrażliwość moralną.

Wzmacnia poczucie własnej wartości młodych czytelników.

Buduje więzi pomiędzy czytającymi, wytwarza kod wzajemnego porozumienia.

Emocje

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.

Odpoczynek

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. Czytanie to świetna zabawa!